

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como
predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios
de Juliaca, 2024**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Josue Quispe Larico

Lisvet Yulisa Condori Mamani

Naysha Nallely Silva Santos

Asesor:

Mg. Santos Armandina Farceque Huancas

Juliaca, junio de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mg. Santos Armandina Farceque Huancas, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO PREDICTORES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE DOS COLEGIOS DE JULIACA, 2024”** de los autores **Josue Quispe Larico, Lisvet Yulisa Condori Mamani, Naysha Nallely Silva Santos** tiene un índice de similitud de 14 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 17 días del mes de junio del año 2025.



Mg. Santos Armandina Farceque

Huancas

Asesor



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiari, a Cuatro día(s) del mes de Junio del año 2025, siendo las 14:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Rita Gordava Sarco, el (la) secretario(a) Mg. Celia Soledad Mochaca Tito y los demás miembros Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco y el (la) asesor(a) Mg. Santos Armandina Fareque Huancas

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado Adición a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024.

- de los (las) bachilleres: a) Josue Quispe Larico b) Lisvet Yulisa Condori Mamani c) Naysha Nallely Silva Santos

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogo (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Josue Quispe Larico

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: Aprobado, 15, B-, Bueno, Muy bueno.

Bachiller (b): Lisvet Yulisa Condori Mamani

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: Aprobado, 15, B-, Bueno, Muy bueno.

Bachiller (c): Naysha Nallely Silva Santos

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: Aprobado, 14, C, Aceptable, Bueno.

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signature of President/a

Signature of Secretario/a

Signature of Asesor(a)

Miembro

Miembro

Signature of Bachiller (a)

Signature of Bachiller (b)

Signature of Bachiller (c)

Lista de Contenido

Resumen	v
Abstract	vi
1 Introducción	7
2 Metodología.....	13
2.1 Diseño Metodológico	13
2.2 Diseño muestral	13
2.3 Técnicas de Recolección de Datos	14
2.3.1 Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).....	14
2.3.2 Escala de dependencia emocional ACCA	15
2.3.3 Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J).....	17
2.4 Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de la Información	17
2.5 Aspectos Éticos.....	18
3 Resultados	18
4 Discusión	22
5 Conclusión	23
6 Recomendaciones	24
7 Referencias	25
8 Anexos	30

Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024

Addiction to social networks and emotional dependence as predictors of psychological well-being in students of two schools in Juliaca, 2024

Josue Quispe Larico¹, Lisvet Yulisa Condori Mamani², Naysha Nallely Silva Santos³, Santos Armandina Farceque Huancas⁴

^a *EP. Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión.*

Resumen

El objetivo principal es determinar la predictibilidad de las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de estudiantes del Colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda; es un estudio empírico de estrategia asociativa, con un diseño predictivo transversal, su enfoque es cuantitativo y tiene un corte transversal, se empleó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), la Escala de Dependencia Emocional ACCA y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J), se encontró que la adicción a las redes sociales y sus dimensiones (obsesión, falta de control, y uso excesivo) se relaciona negativamente con el bienestar psicológico ($r = -0.288, p < .001$; $r = -0.272, p < .001$; $r = -0.287, p < .001$; $r = -0.278, p < .001$), asimismo, la dependencia emocional se relaciona negativamente con el bienestar psicológico ($r = -0.352, p < .001$), del mismo modo, tanto la adicción a redes sociales como la dependencia emocional predicen el bienestar psicológico en un 13,8%; se concluye que la adicción a redes sociales y la dependencia son predictores del bienestar psicológico.

Palabras clave: Adicción a redes sociales, dependencia emocional, bienestar psicológico

Abstract

The main objective is to determine the predictability of social media use and emotional dependence on the psychological well-being of students from the Colegio Adventista Americana and the José Ignacio Miranda Institution. This is an empirical study with an associative strategy, using a cross-sectional predictive design, a quantitative approach, and a cross-sectional scope. The Social Media Addiction Questionnaire (ARS), the Emotional Dependence Scale (ACCA), and the Psychological Well-being Scale (BIEPS-J) were used. It was found that social media addiction and its dimensions (obsession, lack of control, and excessive use) are negatively related to psychological well-being ($r = -0.288, p < .001$; $r = -0.272, p < .001$; $r = -0.287, p < .001$; $r = -0.278, p < .001$). Likewise, emotional dependence is negatively related to psychological well-being ($r = -0.352, p < .001$). Furthermore, both social media addiction and emotional dependence predict 13.8% of psychological well-being. It is concluded that social media addiction and emotional dependence are predictors of psychological well-being.

Keywords: *Social Media Addiction, Emotional Dependency, Psychological Well-being*

1 Introducción

En estos últimos tiempos, las redes sociales se han convertido en un aliado de las relaciones tóxicas. Según Kemp (2023) en la revista “The Digital 2023 April Global Statshot Report”, las cinco principales actividades en internet de jóvenes de 16 a 24 años a nivel mundial son: recolección de información (60.1%), mantener conexiones asociadas a familiares y amigos (59.3%), ver series de TV, videos o películas (57.8%), reproducir canciones (54.2%) y temas educativos (52.4%). Otras razones incluyen pasar el tiempo (41.8%), buscar contenido (33.4%), temas en tendencia (31.0%), leer historias nuevas (30.1%), compras o actividades (27.7%) y seguir influencers o celebridades (24.5%). En cuanto al uso de redes sociales, Facebook lidera con 2963 millones de personas, seguido de la plataforma de videos en línea “YouTube” con 2527 millones de usuarios. WhatsApp e Instagram tienen cada uno 2000 millones de usuarios, mientras que WeChat cuenta con 1313 millones y TikTok con 1092 millones.

En el Perú, de acuerdo a la revista de redes sociales Statista (2023) el 13% de peruanos utilizan las redes sociales y el 80% la usa diariamente. Un 13% de los encuestados lo utiliza varias veces a la semana, demostrando también un uso regular, aunque menos frecuente. Un pequeño porcentaje, del 2%, utiliza el servicio una vez por semana o varias veces al mes, sugiriendo una menor necesidad o interés. Solo un 1% reporta usarlo con menos frecuencia, y ninguno de los encuestados afirma nunca haberlo usado.

Según el Ministerio de Salud (MINSA, 2021), afirmó que el 29.6% de adolescentes que se encuentran en el rango de 12 a 17 años de edad presentan riesgos de experimentar dificultades de salud mental tanto como emocional, incluyendo la dependencia emocional. Por su parte, Sosa (2021) indica que, la dependencia emocional caracteriza por la necesidad de que otra persona asuma obligaciones significativas en la vida del individuo, afectando la capacidad de tomar decisiones autónomas y generando temor a la separación y a la desaprobación. Además, INFOCOP (2023) enfatiza la importancia de que las instituciones educativas cuenten

con un área psicológica dedicada, que proporcione asesoría y sesiones para promover el bienestar psicológico entre los estudiantes.

Respecto a la primera variable de adicción a las redes sociales, Soria & Villegas (2024) lo definen como el uso descontrolado de estas plataformas, lo cual afecta la capacidad de vivir libremente y deteriora el bienestar de la persona que sufre dicha adicción como de sus seres cercanos. Además, esta adicción impacta negativamente en las relaciones sociales en general.

Por su parte, Valencia (2021) indica que el uso problemático de las redes sociales tiende a generar un aislamiento social, distorsión de la realidad, baja autoestima, insomnio, ansiedad, estrés, problemas de salud, falta de atención a otras actividades y bajo rendimiento académico.

La dependencia emocional, según Marín (2019), es un fenómeno que se asocia a diversos problemas psicológicos, está vinculada a una necesidad extrema de afecto, lo cual genera pensamientos obsesivos hacia la pareja y sensaciones profundas de sumisión, tristeza, miedo a ser dejado, celos y envidia (Cáceres, 2023). Asimismo, Tavares (2023) señala que este fenómeno afecta a muchos individuos que buscan satisfacer sus necesidades emocionales a través de relaciones, descuidando su propio bienestar en diferentes ámbitos como relaciones románticas, familiares, amistosas o laborales.

Por otra parte, Díaz et al. (2023) explican que la dependencia emocional se manifiesta como una necesidad intensa y presencia constante de la pareja, lo que puede deteriorar la autonomía personal y afectar de manera negativa el bienestar psicológico. Asimismo, Pujante (2022) afirma que las personas que experimentan este trastorno emocional suelen presentar una baja autoestima, sentimientos recurrentes de culpa y patrones de pensamiento irracionales que refuerzan su dependencia. Estos factores contribuyen a una percepción distorsionada de las relaciones interpersonales, limitado la capacidad de las personas para establecer vínculos saludables y equilibrados.

El bienestar psicológico, según Aranguren & Irrazabal (2015), es conceptualizado a partir de finales de los años '80 por Carol Ryff. Ella define el bienestar psicológico similar a una valoración personal que el ser humano desarrolla en torno a distintos ámbitos de su vida (Ryff 1989).

Asimismo, Chapoñan (2022) explica que el bienestar psicológico implica la aptitud de percibir satisfacción y de integrar positivamente las experiencias a lo largo del desarrollo personal. Por otro lado, Brolrzovich (2023) destaca que el bienestar psicológico se enlaza con la capacidad de reconocer las propias cualidades y fortalezas, manteniendo una opinión positiva de sí mismo que conduce al sentido de plenitud y a la manifestación de sentimientos y comportamientos positivos.

Las redes sociales son indispensables en nuestra vida cotidiana, pero su uso inapropiado está generando la proliferación de problemas, especialmente en los jóvenes de estas nuevas generaciones. Este fenómeno tiene un efecto directo en la formación académica de los jóvenes, lo que lo hace relevante en su medio social y educativo (Muñoz et al., 2023).

Hoy en día, la tecnología está profundamente integrada en la vida cotidiana, abarcando tanto el ámbito educativo como el laboral. Se la considera una herramienta fundamental gracias a su acceso libre a información, plataformas y redes sociales que facilitan nuevas formas de comunicación. Esta integración impulsa a las personas a utilizar las redes para desempeñar diversos roles en la sociedad. Sin embargo, esta inmersión conlleva tanto ventajas como efectos negativos que inciden específicamente en el bienestar psicológico de los individuos (Arias & Isidro, 2022).

Además, las tecnologías de la información se encuentran propagados a nivel mundial, destacando el papel llamativo de las redes sociales, las cuales atraen inmediatamente la atención de los adolescentes. En ocasiones, estas plataformas asumen funciones de distracción, llevando

a que los adolescentes desarrollen una especie de adicción al deseo constante de estar al tanto de lo que está sucediendo. Se muestran inquietos y constantemente atentos a las notificaciones que reciben mediante medios sociales digitales como Facebook, WhatsApp, Instagram, entre otras (Casto, 2022).

Al realizar una revisión el estado actual del conocimiento acerca del presente tema, en diferentes bases de datos, se encontró lo siguiente:

A nivel internacional, Ponce & Miranda (2021) investigó la autoestima y la dependencia emocional en adolescentes y jóvenes mediante un enfoque cuantitativo y un método documental, seleccionando 103 artículos científicos de una amplia base de datos, publicados entre 2016 y 2021. Los resultados mostraron que el primer factor autoestima se ubicó en categorías medio y medio-alto, a diferencia del segundo factor dependencia emocional se situó en categorías medio-bajo y medio-alto, destacando la relación entre ambas variables.

En un enfoque similar Gómez et al., (2022) investigaron sobre la dependencia emocional en alumnos de la Universidad Cooperativa de Colombia, específicamente en la Facultad de Derecho, campus Villavicencio. Mediante un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo de corte transversal identificaron que los universitarios evaluados presentaban bajos niveles de dependencia emocional estos hallazgos sugieren que en el contexto académico los estudiantes tienden a desarrollar una mayor autonomía afectiva, influenciada por la formación jurídica que promueve el pensamiento crítico y la toma de decisiones independientes.

Asimismo, Acosta (2022) estudió qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la adaptación interpersonal en los adolescentes de Ambato. La investigación, de tipo cuantitativo y diseño no experimental, tuvo un alcance descriptivo-correlacional y de corte transversal. Participaron 285 estudiantes pertenecientes a la Unidad Educativa San Pío X, con edades entre 11 y 18 años. El análisis de los datos mostró una correlación débil entre las

variables estudiadas lo que sugiere que, si bien el uso excesivo de las redes sociales puede influir en la adaptación interpersonal otros factores pueden desempeñar un papel más determinante en la dinámica social de los adolescentes.

En el panorama nacional, Fernández & Garcia (2022) investigaron la relación entre la adicción a redes sociales y las emociones negativas en alumnos de nivel secundario procedentes de Oyón. Empleando un enfoque cuantitativo y diseño no experimental, los autores encontraron una correlación significativa entre el uso excesivo de estas plataformas y el desarrollo de emociones negativas, lo que resalta la necesidad de comprender como el uso prolongado de redes sociales puede afectar el bienestar emocional de los jóvenes en entornos educativos. Estos hallazgos enfatizan la importancia de implementar estrategias de prevención para mitigar el impacto psicológico del consumo desmedido de redes sociales.

De manera similar, Roque (2019) estudió la dependencia emocional en relaciones adolescentes de una entidad educativa ubicada en la ciudad Huancayo. En el cual entrevistó a 10 parejas de adolescentes de tercer a quinto grado de secundaria. Cuyos hallazgos revelaron que la dependencia emocional es expresada en la necesidad excesiva del otro, priorizando a la dupla sentimental por, sobre todo, idealizándola, presentando sumisión, temiendo la posibilidad de una ruptura y adopción de creencias de la pareja, afectando su desempeño cotidiano y académico. Estos resultados evidencian la vulnerabilidad emocional de los adolescentes en sus relaciones afectivas y la importancia de fomentar el desarrollo de una autoestima saludable y habilidades de independencia emocional.

Por otra parte, Espantoso & Mannheim (2021) investigaron la adicción a redes sociales y el bienestar psicológico en alumnos de Ciencias de la Salud en el área Metropolitana de la ciudad de Lima. En el cual evaluaron a 281 jóvenes de 18 a 25 años con el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A). Encontraron una correlación inversa entre el consumo desmedido de redes sociales y el bienestar psicológico, con

diferencias en función del género y la duración de la conexión, lo que sugiere la necesidad de considerar factores individuales en el análisis del impacto de las redes sociales en la salud mental de los estudiantes universitarios.

Asimismo, Ramírez (2019) analizó la relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en estudiantes del nivel secundario en dos centros educativos ubicados en Cercado de Lima. Utilizando un diseño descriptivo-correlacional, evaluó a 281 adolescentes de cuarto y quinto grado de secundaria con la Escala BIEPS-J y la Escala de Dependencia Emocional ACCA. Los resultados indicaron que no había una relación significativa entre dichas variables, aunque un 22.8% mostró un bajo grado de bienestar psicológico y el 84.7% mostró una inclinación a la dependencia emocional. Estos hallazgos reflejan que a pesar de la ausencia de una relación directa entre ambas variables la prevalencia de la dependencia emocional en los adolescentes evaluados es notablemente alta, lo que podría estar influenciado por factores externos como el entorno familiar, social y cultural.

A nivel local Guato (2022) investigó la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa denominada Salcedo. Con un enfoque cuantitativo no experimental y de alcance descriptivo-correlacional, incluyó a 288 estudiantes. Utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), encontrando una correlación entre bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento, proponiendo soluciones para mejorar el bienestar psicológico en la etapa adolescente lo que sugiere que aquellos con mecanismos efectivos para gestionar el estrés y la presión emocional tienden a experimentar mejores niveles de bienestar emocional.

Hoy en día, las redes sociales son parte del día a día de los jóvenes, pero su uso excesivo puede generar ansiedad, baja autoestima y una gran dependencia emocional, afectando su bienestar psicológico, muchos adolescentes llegan a sentirse inseguros o necesitan la aprobación de otros para sentirse bien, lo que impacta su desarrollo personal y sus relaciones.

Por ello, esta investigación busca entender cómo estos factores influyen y predicen su bienestar psicológico. Con los resultados obtenidos, se podrá brindar información clave para que los colegios, familias y docentes desarrollen estrategias que ayuden a los jóvenes a encontrar un equilibrio entre su vida digital y emocional, promoviendo su bienestar y una mejor calidad de vida. Además, este estudio contribuirá a ampliar el conocimiento sobre la relación entre el uso de redes sociales, la dependencia emocional y la salud mental en adolescentes.

Por ello, el objetivo general de esta investigación es determinar la predictibilidad de las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de estudiantes del Colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda. Como primer objetivo específico, se determinó la relación entre la adicción a redes sociales, sus dimensiones y el bienestar psicológico. En segundo lugar, se determinó la relación entre la dependencia emocional, sus dimensiones y el bienestar psicológico.

2 Metodología

2.1 Diseño Metodológico

La presente investigación es un estudio empírico de estrategia asociativa, con un diseño predictivo transversal, su enfoque es cuantitativo y tiene un corte transversal, porque, se buscan predecir una variable usando otras dos que la explican, además, la recolección de datos se realizó en un momento específico (Ato et al., 2013).

2.2 Diseño muestral

La población está compuesta por los alumnos de cuarto y quinto año del Colegio Adventista Americana y la Institución Educativa José Ignacio Miranda. Según la información proporcionada por los directores de ambas instituciones, el Colegio Adventista Americana cuenta

con 133 estudiantes, mientras que la Institución José Ignacio Miranda tiene 273 estudiantes, lo cual, nos da un total de 406 estudiantes en la población.

La muestra se determinó a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual permite elegir a las personas que estén disponibles y quieran participar (Otzen & Manterola, 2017), de este modo, se criterios empleados fueron:

Criterios de Inclusión

- Alumnos matriculados en cuarto o quinto año de secundaria del Colegio Adventista Americana o de la Institución Educativa José Ignacio Miranda.
- Estudiantes de 15 años a 18 años de edad.
- Alumnos que tenga una relación sentimental

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no se encuentren matriculados en cuarto o quinto año de secundaria del Colegio Adventista Americana o de la Institución Educativa José Ignacio Miranda.
- Alumnos menores de 15 años de edad
- Estudiantes que no tengan una relación sentimental

2.3 Técnicas de Recolección de Datos

2.3.1 Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

El cuestionario de Adicción a Redes Sociales fue desarrollado por Escurra & Salas (2014), quienes tomaron como referencia el DSM-IV-TR; un manual que, aunque no reconoce las adicciones psicológicas como trastornos, ha servido como referencia para muchos autores que estudian este tipo de adicción, para su adaptación se cambió el concepto “sustancias” por “redes sociales”; este proceso se realizó con la ayuda de 3 psicólogos expertos en psicología clínica,

educativa y psicometría; de este modo se logró crear el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS); los mismos autores realizaron la validación de contenido a través de juicios de experto, seguidamente el cuestionario fue aplicado a cinco universidades con la cantidad de 380 alumnos, los cuales se tenían edades de 16 a 42 años; de esto modo definieron que el instrumento estaría integrado por 24 ítems que valoran tres dimensiones: obsesión por las redes sociales (ítems 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23), falta de control personal en el uso de las redes sociales (ítems 4, 11, 12, 14, 20, 24) y uso excesivo de las redes sociales (ítems 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21). Las respuestas se registran en una escala ordinal: Siempre (S), Casi siempre (CS), Algunas veces (AV), Rara vez (RV) y Nunca (N), donde siempre era 5 y nunca era 0. Posteriormente, Torres (2021) analizó las propiedades psicométricas del cuestionario en estudiantes de nivel secundario de Lima Norte, donde aplicó el cuestionario a adolescentes que tenían un rango de edad de 14 a 17 años de edad; el V de Aiken de todos los ítems fueron mayores al .80, lo que indica un buen contenido, asimismo, el análisis factorial confirmatorio mostró buenos índices de ajustes ($\chi^2/gl= 2.09$, GFI= .90, SRMR= .02, RMSEA= .05, CFI =.96 y el TLI =.96), además se obtuvo un alfa de Cronbach de 0.87 y un omega de McDonald's de 0.97, lo que indica que el instrumento posee una consistencia interna adecuada.

2.3.2 Escala de dependencia emocional ACCA

La escala de Dependencia Emocional ACCA, se fundamenta en la teoría del modelo conductual cognitivo y fue desarrollada por Anicama et al. (2016), asimismo, ellos determinaron sus propiedades psicométricas en 150 estudiantes de psicología de Lima metropolitana, además se hicieron varios grupos de validación psicométrica con otros 100 sujetos; los resultados mostraron que las pruebas de validez por contenido redujeron los ítems de 54 a 42 con el método de Aiken, asimismo a través del análisis factorial por componentes principales y rotación Varimax obtuvieron 9 factores.

De este modo, el instrumento está constituido por 42 ítems que mide 9 dimensiones: miedo a la soledad (ítems 1, 2, 3, 4), expresiones límite (6, 7, 8, 9, 10), ansiedad por la separación (11, 12, 13), búsqueda de atención y aceptación (15, 16, 17), percepción de autoestima (18, 19, 20, 21), apego a la seguridad y protección (23, 24, 25, 26), percepción de autoeficacia (27, 28, 29, 30, 31), idealización de la pareja (33, 34, 35) y abandono de planes propios para satisfacer los de la pareja (36, 37, 38, 39, 40, 41). Adicionalmente, incluye la dimensión de deseabilidad social (ítems 5, 14, 22, 32, 42), que evalúa la autenticidad en las respuestas brindadas. El tipo de respuesta es dicotómica SI/NO; el objetivo del instrumento es analizar la dependencia emocional en una persona como una clase de respuesta inadaptada de las áreas que la conforman. La forma de aplicación es individual y colectiva, su duración es de 20 minutos y su edad de aplicación es de los 15 años en adelante.

Posteriormente, Anicama et al. (2016) realiza un estudio para discriminar los ítems, para ello, utilizó el método ítem-test, con el coeficiente de correlación de Pearson, encontrándose correlaciones que varían entre 0.278 y 0.635, con valores de $p < 0.001$ y $p < 0.01$, lo que indica, que los ítems se relacionan con el constructo, asimismo, obtuvo un alfa de Cronbach de 0.803, y en la prueba de mitades de Guttman se obtuvo un coeficiente de 0.826; además, el análisis factorial verificó la presencia de nueve factores propuestos anteriormente por el modelo cognitivo conductual, el cual explica el 52,62% de la varianza de los datos.

Cabe señalar que este instrumento ha sido utilizado en por otros autores en adolescentes, Tula (2021) lo aplicó en una población adolescente de la ciudad de Ayacucho, donde su rango de edad era de 14 a 18 años, mientras que Contreras et al. (2024) lo emplearon en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa en Huancavelica, donde su rango de edad era de 15 a 18 años.

2.3.3 Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

La Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) se basa en un estudio de la psicóloga Martina Casullo de nacionalidad argentina, por su parte, Niño De Guzmán (2023) en su estudio “Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo” realiza una validación de esta escala en el contexto peruano; se hizo la validación de contenido a través de 10 jueces expertos, donde se encontró que el V de Aiken tuvo un puntaje mínimo de 0.80, después de ello, se realizó el análisis factorial confirmatorio, donde de los 13 ítems iniciales se eliminó el ítem 1 y 7, quedando así solo 11 ítems, los cuales se distribuyen en 4 dimensiones: control (ítems; 5, 10 y 13), vínculos (ítems; 2, 8 y 11), proyecto (ítems; 3, 6 y 12), aceptación (ítems; 4 y 9). El tipo de respuesta es en escala de Likert, donde en desacuerdo es 1, ni de acuerdo ni en desacuerdo es 2, y de acuerdo es 3. Los índices de ajuste son adecuados ($X^2=157$ $p<.001$, $df=38$, $p<.001$, CFI = .936, TLI=.907, SRMR=.0388, RMSEA=.0553), lo cual indica que esta escala posee una estructura confiable.

2.4 Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de la Información

El análisis estadístico se realizó en el programa JASP versión 0.19.1., donde realizamos la estadística descriptiva la cual incluye: la media, desviación estándar, asimetría y curtosis; los valores de la asimetría y curtosis estaban en la rango +/- 1.5, por lo se asumió que las variables poseen una distribución normal (Pérez & Medrano, 2010), por ello, se utilizó el análisis paramétrico R de Pearson para el análisis correlacional; posteriormente, empleamos el software JAMOVI versión 2.3.28 para realizar el análisis de regresión lineal, además se hizo la comprobación de los cinco supuestos: normalidad de residuos, independencia de errores, homocedasticidad, linealidad y ausencia de colinealidad.

2.5 Aspectos Éticos

El Reglamento General de Investigación para la Realización de la Investigación según Unión de Universidades Peruanas (Unión, 2017) ofrece normas y políticas como el artículo 103, que establece que la realización del anteproyecto de investigación será guiada por sus asesores hasta la etapa de procesamiento y análisis de resultados, que apoya la tutoría por parte de tutores docentes con experiencia en investigación. Por otro lado, de las normas de ética publicadas en el sitio web de la unidad estructural de educación superior se desprende que la función del comité de ética es el uso de principios bioéticos en la práctica de la investigación, teniendo en cuenta el consentimiento informado, que garantiza que los participantes sean informados sobre el ámbito de actividad, contenido, riesgos y beneficios del trabajo de investigación. Teniendo en cuenta lo anterior, se siguió un procedimiento adecuado para obtener la autorización del comité de ética de la institución educativa, y al ser aceptado, los estudiantes estaban dispuestos a informar a los demás sobre las reglas de objetividad y confidencialidad. Luego de recibir el mensaje, los estudiantes decidieron participar en el estudio.

3 Resultados

La muestra está constituida por 308 estudiantes de las instituciones mencionadas; de los cuales el 45.8% tiene 15 años, el 45.2% tiene 16 años, el 7.8% tiene 17 años y solo el 1.3% tiene 18 años. En cuanto al grado académico, el 51.6% estudiantes están cursando cuarto y el 48.4% están en quinto de secundaria. Por otro lado, el 66.2% pertenece al Colegio José Ignacio Miranda, mientras que el 33.8% son del Colegio Adventista Americana.

Tabla 1*Datos demográficos*

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Edad	15	141	45.8%
	16	139	45.2%
	17	24	7.8%
	18	4	1.3%
Grado	Cuarto grado	159	51.6%
	Quinto grado	146	48.4%
Colegio	Colegio Adventista Americana	104	33.8%
	Colegio José Ignacio Miranda	204	66.2%
Total		308	100%

Análisis descriptivo

En la tabla 2, se puede observar que la adicción a redes sociales, sus dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control y uso excesivo de redes sociales; la dependencia emocional y el bienestar psicológico muestran distribuciones cercanas a la normalidad, esto debido a que sus valores de asimetría y curtosis se encuentran dentro umbral +/- 1.5 (Pérez & Medrano, 2010), por ello, en el análisis correlacional se usara el análisis paramétrico R de Pearson.

Tabla 2*Análisis descriptivo de las variables de estudio*

	Media	Desviación Típica	Asimetría	Curtosis
Adicción a redes sociales	50.653	19.484	0.028	-0.225
Obsesión por las redes	20.386	7.870	0.199	-0.262
Falta de control	13.062	5.362	-0.094	-0.156
Uso excesivo	17.205	6.952	-0.025	-0.356
Dependencia emocional	17.545	6.491	-0.279	-0.231
Bienestar psicológico	28.782	5.546	-0.074	-0.133

Análisis correlacional.

Según la tabla 3, el análisis realizado con el coeficiente R de Pearson muestra que existe una relación significativa y negativa entre la adicción a redes sociales, la dependencia emocional y el bienestar psicológico. La adicción a redes sociales muestra una correlación negativa moderada con el bienestar psicológico ($r = -0.288$, $p < .001$); lo mismo ocurre con la obsesión por las redes sociales ($r = -0.272$, $p < .001$), la falta de control ($r = -0.287$, $p < .001$), y el uso excesivo de las redes sociales ($r = -0.278$, $p < .001$); esto indica que a medida que aumenta la adicción y el uso descontrolado de las redes sociales, el bienestar psicológico de los participantes disminuye. Asimismo, la dependencia emocional también presenta una correlación negativa significativa con el bienestar psicológico ($r = -0.352$, $p < .001$), lo que indica que mayores niveles de dependencia emocional están asociados con un menor bienestar psicológico.

Tabla 3*Análisis correlacional de las variables de estudio*

Variable		Bienestar psicológico
Adicción a redes sociales	R de Pearson	- 0.288
	Valor p	< .001
Obsesión por las redes	R de Pearson	- 0.272
	Valor p	< .001
Falta de control	R de Pearson	- 0.287
	Valor p	< .001
Uso excesivo	R de Pearson	- 0.278
	Valor p	< .001
Dependencia emocional	R de Pearson	-0.352
	Valor p	< .001

Resultados de Regresión

Supuestos de regresión

Según Vilà et al. (2019), antes de interpretar un modelo predictivo, se deben verificar los cinco supuestos; el primero, la linealidad, que se cumple al encontrar una relación significativa entre las variables; segundo, la homocedasticidad, que también se cumple al no observar relación entre los errores y los valores predichos (ver anexo 5), en tercer lugar, la independencia de los errores, indica que los errores no deben estar correlacionados, se encontró un estadístico de Durbin-Watson de 2.01, valor que se encuentra dentro de rango 1.5 y 2.5, en cuarto lugar, la normalidad, la cual es confirmada por el gráfico Q-Q (ver anexo 4). Finalmente, el supuesto de colinealidad se cumple, ya que el FIV es menor a 10 y la tolerancia es superior a 0.10 (ver anexo 3).

El Modelo 1, con un intervalo de confianza del 95%, muestra que la adicción a redes sociales ($B = -0.160$, $p < 0.05$) y la dependencia emocional ($B = -0.274$, $p < 0.05$) son predictores significativos del bienestar psicológico, explicando el 13.8% de su variabilidad ($R^2 = 0.138$) y evidenciando una relación moderada entre las variables ($R = 0.371$). Ambos factores tienen un impacto negativo, siendo la dependencia emocional el predictor más fuerte, ya que su efecto sobre el bienestar psicológico es más pronunciado en comparación con la adicción a redes sociales.

Tabla 4

Análisis predictivo

Predictor	Estimador	EE	t	p	Estimador Estándar
Constante	35.3793	1.0285	34.40	< .001	
Adicción a redes sociales	-0.0484	0.0177	-2.74	0.007	-0.160
Dependencia emocional	-0.2463	0.0528	-4.67	< .001	-0.274

4 Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo principal evaluar la predictibilidad de las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de los estudiantes del Colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda, se encontró ambas variables son predictores significativos, explicando el 13.8% de la variabilidad del bienestar psicológico ($R^2 = 0.138$), donde la dependencia emocional tuvo el mayor impacto negativo ($B = -0.274$, $p < 0.05$), seguida de la adicción a redes sociales ($B = -0.160$, $p < 0.05$). Asimismo, los resultados evidencian que la adicción a redes sociales y la dependencia emocional afectan negativamente el bienestar psicológico, se encontró que la falta de control ($r = -0.287$, $p < .001$) y el uso excesivo ($r = -0.278$, $p < .001$), se asocia con una disminución del bienestar psicológico. Asimismo, la dependencia emocional también presentó una correlación negativa ($r = -0.352$, $p < .001$).

Estos resultados son consistentes con los de Ccorahua (2022), quien identificó una relación negativa significativa entre la adicción a las redes sociales y el bienestar psicológico ($p = 0.001$, $r = -0.227$). Este resultado es contrastado por Klimenko (2023) quien no encontró una correlación significativa con el bienestar psicológico, indicando que existe independencia entre las variables ($p > 0.05$). A su vez, Cervilla (2024) encontró que el uso excesivo de redes sociales tiene un impacto negativo en el bienestar emocional de los adolescentes, lo que incrementa sus niveles de ansiedad y disminuye su autoestima, además, afecta de forma negativa en su rendimiento académico. Asimismo, Sánchez et al., (2024) a través de su revisión narrativa, indican que, las redes sociales son un riesgo para la salud mental de los adolescentes, pero también oportunidades para el apoyo emocional y la construcción de relaciones significativas.

Por otro lado, Alarcón (2019) halló una correlación significativa inversa en adolescentes mujeres no violentadas ($r = -0.418$, $p < 0.05$). En contraste, Ramírez (2019) indica que no existe una correlación entre las variables bienestar psicológico y dependencia emocional, puesto que, si bien se muestra una relación inversa no es significativa ($p > 0.05$). Por otra parte, Palomino (2024) encontró que, la baja autoestima se relaciona con la dependencia emocional, lo que puede resultar en problemas como ansiedad, depresión y relaciones interpersonales disfuncionales.

5 Conclusión

En conclusión, la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional son predictores indirecto del bienestar psicológico, explicando un 13,2% de la variabilidad del bienestar psicológico, lo cual significa, que mientras más sea el uso de redes sociales y niveles de dependencia emocional sean altos, el bienestar psicológico se irá disminuyendo, estos resultados enfatizan la necesidad de fomentar hábitos saludables en el uso de las redes sociales y trabajar en la gestión emocional para reducir los efectos negativos sobre la salud mental.

6 Recomendaciones

Se recomienda ampliar la muestra con universitario y hacer un análisis comparativo para ver cómo la adicción a redes sociales y la dependencia emocional afectan su bienestar psicológico.

Se recomienda realizar estudios longitudinales para comprender cómo la adicción a las redes sociales y su uso excesivo evolucionan a lo largo del tiempo y su impacto en el bienestar psicológico.

7 Referencias

- Acosta, A. M. R. (2022). Adicciones a las redes sociales y su relación con la adaptación interpersonal en los adolescentes, 8.5.2017, 2003–2005. www.aging-us.com
- Alarcón, A. (2019). “Dependencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes mujeres víctimas de violencia de pareja y no violencia de una gran unidad escolar del Cercado de Lima, 2018”. Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29874>
- Anicama, J. (2016). La evaluación de la dependencia emocional: La escala ACCA en estudiantes universitarios. *Acta psicológica peruana*, 1(1), 83–106. <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/47>
- Aranguren, M., Irrazabal, N. (2015). Estudio de las Propiedades Psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes argentinos. *Ciencias Psicológicas*, 9(1), 73-83. Recuperado de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/56800>
- Arias, K., Isidro, D. (2022). Adicción a las redes sociales y bienestar psicológico en la generación z de lima presentada por lima – Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/11506>
- Ato, M., López, J. J., Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16728244043>
- Brolzovich, E. (2023). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Técnica en función a la carrera técnica elegida. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/20908>
- Cáceres, M. (2023). Dependencia emocional y su relación con el riesgo suicida en adultos jóvenes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 329–339. Recuperado de: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.247>
- Casto J. (2022). Adicción a redes sociales en adolescentes de nivel secundario en una institución educativa particular de Huancayo - 2022. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPLA_b67be01d114431947660d6801ce3ddf3/Details
- Cervilla, A. (2024). Influencia de las redes sociales en el bienestar emocional y rendimiento académico de los adolescentes. Obtenido de <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/19264>

- Ccorahua, S. (2022). Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de san juan de miraflores, 2021. Obtenido de <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2436/Ccorahua%20Estrada%2c%20Samira%20Mariori.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chapoñan, M. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de un Instituto Superior Público Chiclayo, 2021. <https://tesis.usat.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12423/4865>
- Contreras, Z. C. E., Chávez, C. D. A., Vásquez, O. A. (2024). Funcionamiento familiar y dependencia emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en una institución educativa pública de Huancavelica, 2023 [Universidad Continental]. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/15982/15/IV_FHU_501_TE_Contreras_Chavez_Vasquez_2024.pdf
- Díaz, J. R., Martínez, E. S. y Rojas, J. L. (2023). Dependencia emocional y síntomas de depresión en parejas mexicanas. Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época, 5(2023), 1-13. <https://doi.org/10.62364/cneip.5.2023>.
- Escorra Mayaute, M., Salas Blas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Libera bit Revista Peruana de Psicología, 20(1), 73–91. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt
- Espantoso Pazos, D., Mannheim Lira, E. (2021). Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de Ciencias de la Salud. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/657809>
- Fernández, I. S. H., Garcia, K. B. Z. (2022). Adicciones a las redes sociales y emociones negativas en estudiantes del nivel secundario de la provincia de Oyón 2021. 30. <http://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a08.pdf>. 2009 abr-jun; 13(2).
- Guato, A. (2022). Bienestar psicológico y su relación con las estrategias de afrontamiento de los adolescentes. Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/7538>
- Infocop. (2023, junio 20). 12% de los adolescentes en riesgo de problemas psicológicos. Infocop. <https://www.infocop.es/un-12-de-los-adolescentes-en-riesgo-de-problemas-psicologicos-y-conductuales/>

- Kemp, S. (27 de abril del 2023). Digital 2023 April Global Statshot Report. The Global State of Digital in April 2023. <https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overview-report>
- Klimenko, O., Hernández, N. E., Carmona, P., Mesa Herrera, J. A., Patiño Parra, J. G. (2024, septiembre-diciembre). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (73),38-71. <https://www.doi.org/10.35575/rvucn.n73a3>
- Marín-Ocmin, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(2). Recuperado de: <https://doi.org/10.35626/casus.2.2019.176>
- MINSA. (30 de septiembre 2021). Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. Gob.pe. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun->
- Muñoz Franco, R. M., Díaz López, A., Sabariego García, J. A. (2023). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: Estudio de Instagram y TikTok. *Ciencia Y Educación*, 4(2), 12 - 23. Recuperado a partir de <https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/163>
- Niño De Guzmán P. C. K. (2023). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo [Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2336>
- Otzen, T., Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*. Doi :<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Palomino, M. (2024). Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de 3ero y 4to de secundaria en una institución pública de Lima Sur. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.13067/3363>
- Pérez, E. R., Medrano, L. A. (2010). Análisis factorial exploratorio: Bases conceptuales y metodológicas. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>

- Ponce, C., Miranda, P (2021). Autoestima y dependencia emocional en adolescentes y jóvenes. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8194>
- Pujante, B. (2022, agosto 16). Dependencia emocional: Síntomas y causas. Somos Estupendas. <https://somosestupendas.com/dependencia-emocional-sintomas-causas/>
- Ramírez, E (2019). *Bienestar psicológico y dependencia emocional en adolescentes de secundaria de dos instituciones educativas de Cercado de Lima, 2019.* https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_08d89eec85b8036166ab0defad9fbe5e/Details
- Roque, J. (2019). Dependencia emocional en parejas adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de huancayo. 1–41. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8e6f6c4c-7723-47b1-bc22-54d28ab4f44c/content>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Sánchez-Valtierra, J. A., Barajas-flores, J., Garzón-Moreno, G. J., Palacios-Siancas, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *MQRInvestigar*, 8(2), 3153–3172. <https://doi.org/10.56048/mqr20225.8.2.2024.3153-31727>
- Soria, P., Villegas-Villares, N. (2024). ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES. doi: <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp19-29p>
- Sosa Guillén, J. L. (2021). Dependencia emocional y agresividad en jóvenes adultos del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2021. Universidad Norbert Wiener. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1edcb05c-ca9c-4733-8538-28ed99971a34/content>
- Statista. (2023). Frecuencia de uso de las redes sociales en Perú en 2023. <https://es.statista.com/estadisticas/1412986/uso-de-redes-sociales-por-frecuencia-en-peru/>

- Tavares, L. (2023). *Curación de La Dependencia Emocional*. Independently Published.
<https://es.slideshare.net/slideshow/curacin-de-la-dependencia-emocional-leonardo-tavares-muestra/265054528>
- Torres López, S. (2021). Propiedades psicométricas del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) en estudiantes de nivel secundario de Lima norte, 2021 [Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/70513>
- Tula, L. M. S. (2021). Apego y dependencia emocional en adolescentes de colegios estatales de Ayna, San Francisco, Ayacucho, 2020 [Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/60d16cdb-f1ee-4513-9fe9-61e47c3a04a0/content>
- Unión, U. P. (2017). Universidad peruana unión: reglamento de investigación. 1–128. https://drive.google.com/file/d/0B_9dRZmkTMQbZVpHMGdUWVAzR2ZtNUd2eGtwOWVDcU9na2U0/view
- Valencia, R., Cabero, J., Garay, U. y Fernández, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7758799.pdf>
- Vilà, R., Torrado, M., y Reguant, M. (2019). Análisis de regresión lineal múltiple con SPSS: un ejemplo práctico. *REIRE Revista de Innovación i Recerca en Educació*, 12(2), 1–10. <http://doi.org/10.1344/reire2019.12.222704>

8 Anexos

Anexo 1: Evidencia de sumisión



ISSN 0214-6118

ISSN electrónico 2386-2300

Revista Psicología de la Salud

<https://revistas.innovacionumh.es/>

Anexo 2: Instrumentos

Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico.

Instrucciones: Estimado(a) estudiante un gusto saludarlo(a). Marque con una (x) la respuesta que mejor se ajuste a su opinión en cada uno de los ítems. Marque solamente una respuesta por ítem. Por favor, llene todo el cuestionario, sin dejar de contestar ninguno de los ítems. Para ello se requiere su opinión sincera. Este cuestionario deberá ser llenado por usted en forma personal, confidencial y anónima. Por favor no comentar ni mostrar sus respuestas a otras personas. Le agradecemos de antemano su participación en el llenado de este cuestionario.

I. OTROS DATOS

Edad: _____ Grado: _____

Colegio: _____

Tiene enamorado (a): (Si) (No)

II. CUESTIONARIOS

Adicción a las redes sociales

S: Siempre **SC:** Casi siempre **AV:** A veces **RV:** Rara vez **N:** Nunca

N° ITEM	PREGUNTAS	RESPUESTAS				
		S	SC	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					

16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Escala de dependencia emocional ACCA

ITEM	PREGUNTA	VALORACION	
		SI	NO
1	Mi miedo se incrementa con la sola idea de perder a mi pareja		
2	Experimento un vacío intenso cuando estoy sin mi pareja.		
3	Necesito tener siempre a mi pareja conmigo		
4	Mi mayor temor es que mi pareja me abandone		
5	Estoy completamente libre de prejuicios de cualquier tipo		
6	Sin darme cuenta he arriesgado mi vida para mantener a mi lado a mi pareja		
7	Mi necesidad de tener a mi pareja conmigo me hizo realizar acciones contra mi vida		
8	Creo en la frase "la vida sin ti no tiene sentido"		
9	Pienso que al amor por mi pareja no tiene límites incluso el dar la vida		
10	Por evitar que mi pareja me abandone le he causado daño físico como también... a otras personas		
11	Cuando tengo que ausentarme por unos días de las actividades con mi pareja bajo mi responsabilidad me siento angustiado.		
12	Me preocupa la idea de no tener apoyo de nadie		
13	Me preocupa que dejen de quererme y se alejen de mí.		
14	Respondo inmediatamente los correos electrónicos que recibo.		
15	Hago todo lo posible para que los demás me presten atención.		
16	Necesito ser considerado siempre en los grupos sociales para sentirme bien		
17	Soy feliz cuando soy aceptado por los demás		
18	Si no consigo mis objetivos propuestos me deprimó con facilidad		
19	Me gusta mi carrera y permaneceré laborando en un área de la misma		
20	Tengo muchas razones para pensar que a veces no sirvo para nada		
21	Pienso que tengo motivos más que suficientes para sentirme orgulloso(a) de mí mismo(a)		
22	Nunca he dicho mentiras en mi vida.		
23	En general creo que, mis padres han dado lo mejor de sí mismos cuando era pequeño(a)		
24	Siento que no me gusta depender de los otros, sino ser independiente.		
25	Considero que me gusta sentirme seguro y tomo las medidas que el caso requiere.		

26	Me siento ansioso cuando me comprometo emocionalmente con otra persona		
27	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto para alcanzar mis metas propuestas.		
28	Me percibo competente y eficaz		
29	Puedo ser capaz de manejar eventos inesperados.		
30	Cuando enfrento un problema siempre dispongo de alternativas para resolverlo.		
31	Me considero capaz de atraer y gustar a otra persona.		
32	Todos mis hábitos o costumbres son buenos y correctos		
33	Quiero tanto a mi pareja que la considero insustituible.		
34	Hago siempre lo que dice mi pareja porque asumo que es correcto.		
35	Siempre me gusta hacer lo que mi pareja demanda o pide, para complacerla.		
36	Cuando estoy ocupado(a) y mi pareja propone hacer otros planes dejo lo que estoy haciendo para unirme a los de ella (él)		
37	Priorizo en primer lugar las necesidades de mi pareja antes que las mías.		
38	He renunciado a mi trabajo/estudios porque mi pareja así lo demanda para estar más tiempo cerca de ella (el).		
39	Me satisface ayudar y terminar las tareas de estudios /trabajo de mi pareja antes que las mías.		
40	Sustituyo el tiempo que dedico a mis amigos por mi pareja.		
41	Utilizo gran parte de mi tiempo en hacer las actividades de mi pareja antes que las mías.		
42	Solo algunas veces he llegado tarde a una cita o a mi trabajo.		

Escala de Bienestar Psicológico

ITMS	PREGUNTA	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	EN DESACUERDO
1	Tengo amigos(as) en quienes confiar.			
2	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
3	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
4	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
5	Me importa pensar que haré en el futuro.			
6	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
7	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
8	Si estoy molesto(a) por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
9	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

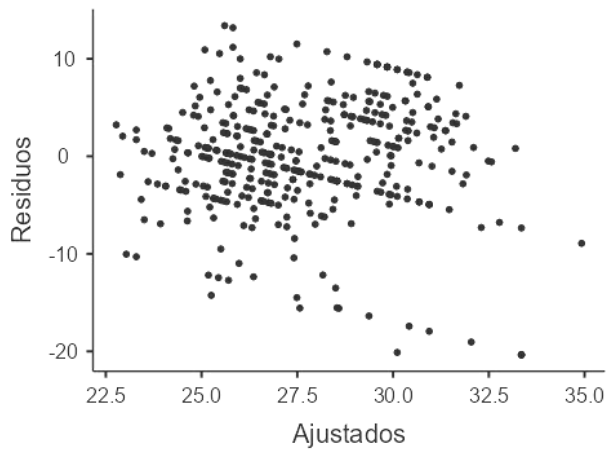
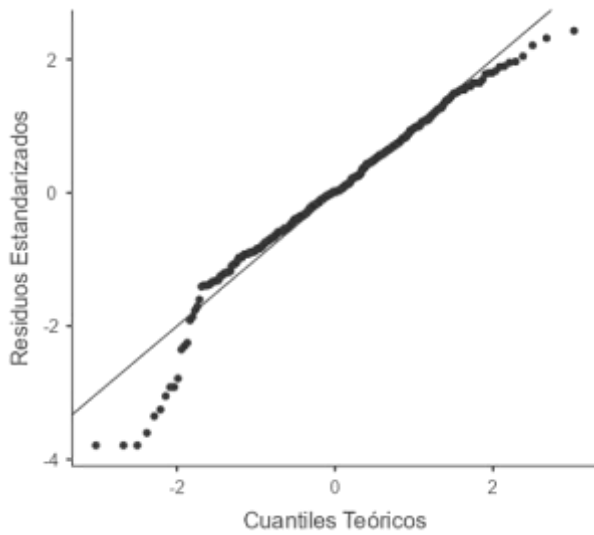
Anexo 3: Supuestos de regresión

Prueba Durbin-Watson de Autocorrelación

Autocorrelación	Estadístico DW	p
-0.00424	2.01	0.986

Estadísticas de Colinealidad

	VIF	Tolerancia
Adicción a redes sociales	1.22	0.822
Dependencia emocional	1.22	0.822



Anexo 4: Aceptación del comité de ética



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

RESOLUCIÓN N° 0457-2024/UPEU-FCS-CF

Lima, Ñaña, 26 de agosto de 2024

VISTO:

El expediente de **Lisvet Yulisa Condori Mamani**, identificado(a) con Código Universitario N° **201910354**, de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

• CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la designación del Comité Dictaminador del perfil de proyecto de tesis en formato artículo para la obtención del título profesional;

Que **Lisvet Yulisa Condori Mamani**, ha concluido el desarrollo de la tesis en formato artículo y con la opinión favorable de su asesor, solicita la designación del Comité Dictaminador respectivo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 26 de agosto de 2024 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Designar el Comité Dictaminador encargado de administrar el proceso de dictamen correspondiente a la tesis en formato artículo, titulado: *Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024...*; presentado por **Lisvet Yulisa Condori Mamani**, otorgándoles un plazo máximo de diez (10) días hábiles, posterior a la fecha de recepción de la presente resolución, para emitir el dictamen respectivo a través de la plataforma oficial.

Dictaminador 1: Mg. Celia Soledad Machaca Tito

Dictaminador 2: Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Regístrese, comuníquese y archívese.



Lili A. Fernández Molocho
Dra. Lili A. Fernández Molocho
DECANA



Maria Esther Valencia Orrillo
Mg. Maria Esther Valencia Orrillo
SECRETARIA ACADÉMICA

Anexo 5: Carta de presentación



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

Juliaca, Villa Chullunquiani, 29 de mayo de 2024

CARTA N° 0296-2024/UPeU –FCS-EP-P

Lic.:
Alfredo Ccoto Huaracha
Director del Colegio Adventista Americana
Presente

De mi especial consideración

Es grato dirigirme a Usted, para extenderle cordiales saludos a nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión – Campus Juliaca.

La presente tiene por objetivo solicitar permiso para que los bachilleres Josue Quispe Larico con DNI N° 75369967, Lisvet Yulisa Condori Mamani con DNI N° 73832010, y Naysha Nallely Silva Santos con DNI N° 77019884, puedan aplicar su instrumento de investigación "Cuestionario de adicción a las redes sociales" – "Escala de dependencia emocional" y "Escala de bienestar psicológico", a estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de la institución que usted preside. Esta investigación es parte del Proyecto de Tesis titulado: "Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024."; requisito para para optar el título de PSICÓLOGO y está bajo la asesoría de la Mg. Santos Armandina Farceque Huancas.

Sin otro motivo en particular, me despido de Ud. agradeciéndole por el apoyo que nos manifiesta y deseándole una jornada laboral amena y exitosa.

Atentamente,



Mtra. Helen Sara Flores Mamani
Coordinadora de la EP de Psicología
UPeU Juliaca



Anexo 6: Carta de Aceptación

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE INSTITUCIÓN

Yo Lic. Alfredo Ceato Huayacha
identificado con DNI 24888714 en mi calidad de Director de la institución
Alternativa del área de _____
de la institución educativa Adventista Americana
ubicada en la ciudad de Juliaca, provincia de San Román,
departamento de Puno.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

A: Josue Quispe Larico identificado con DNI. N.º 75369967, Lisvet Yulisa Condori Mamani identificada con DNI N.º 73832010 y Naysha Nallely Silva Santos identificada con DNI N.º 77019884, siendo los tres egresados de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión filial Juliaca. Dispongo a que utilice la siguiente información necesaria tales como, el nombre, resultados de la aplicación de las encuestas y otros relacionados de la institución, con la finalidad de que pueda desarrollar su trabajo de investigación, el cual lleva por título: "Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024" siendo este el requisito para optar el título profesional de Psicólogo.

Añadiendo a ello se da constancia de lo siguiente:

- Se ha pedido el permiso a las autoridades de la institución para la aplicación de las encuestas a los estudiantes.
- Se ha puesto en conocimiento a los estudiantes los fines, límites, alcances y objetivos de la investigación.
- Cada estudiante ha participado de manera voluntaria en el llenado de las encuestas, siendo esto parte del proceso de investigación.


Firma representante de los egresados
DNI: 75309567


Representante de la institución
DNI: 24888714

Los egresados declaran que los datos emitidos en esta carta y en el trabajo de investigación, el cual forma parte de su proceso de titulación profesional son auténticos los cuales se ponen a disposición de los interesados para sus intereses denotando que se centran en la creación de literatura científica, ética y verídica.

Juliaca, 19 de noviembre del 2024

Anexo 7: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024. / Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), Escala de dependencia emocional ACCA y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

Hola, nosotros somos: **Josue Quispe Larico, Naysha Nallely Silva Santos y Lisvet Yulisa Condori Mamani**, bachilleres en Psicología y formamos un grupo de investigación de la escuela profesional de Psicología/Facultad de Ciencias Sociales/ de la Universidad Peruana Unión. Este cuestionario tiene como propósito **recopilar información sobre la adicción a las redes sociales, dependencia emocional y bienestar psicológico**. Dicha información será usada con fines académicos para desarrollar nuestra investigación que tiene como objetivo Determinar la predictibilidad de las redes sociales y dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de estudiantes del colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda. Su participación es **totalmente voluntaria y no será obligatoria llenar dicha encuesta si es que no lo desea**. Si decide participar en este estudio, por favor responda el cuestionario, así mismo, puede dejar de llenar el cuestionario en cualquier momento, si así lo decide.

Cualquier duda o consulta que usted tenga posteriormente puede escribirme a josue.quispe@upeu.edu.pe o comunicarse al 952117375.

He leído los párrafos anteriores y reconozco que al llenar y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio

Si quieres participar escribe un (✓) o (+) dentro del recuadro, por otro lado, si no deseas participas no pongas ninguna de fichas anteriormente mencionadas.

Sí quiero participar

Anexo 8: Asentimiento Informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024.

Determinar la predictibilidad de las redes sociales y dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de estudiantes del colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda.

Hola, nuestros nombres son Josue Quispe Larico, Lisvet Yulisa Condori Mamani y Naysha Nallely Silva Santos, egresados del grupo de investigación de la escuela profesional de Psicología/Facultad de Ciencias Salud/ Bachiller en la Universidad Peruana Unión. Se está realizando un estudio para conocer acerca de la predictibilidad de la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico y para ello queremos pedirte que nos apoyes.

Tu participación en el estudio consistiría en que llenes adecuadamente los cuestionarios y de manera responsable si decides de manera voluntaria, debes leer bien las indicaciones o debes preguntar al grupo de investigación si hay preguntas que no entiendes.

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporcionas/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a seguir avanzando con nuestra investigación para optar nuestro título profesional, las respuestas recopiladas nos permitirán la predictibilidad de la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico.

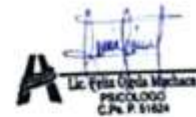
Esta información será de manera confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas de los cuestionarios, solo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrado de abajo que dice "Si quiero participar" y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Si quiero participar

Nombre: Feliz Ojeda Machaca


Lic. Feliz Ojeda Machaca
PSICOLOGO
C.P.N. 51624

Nombre y firma de la persona que obtiene el asentimiento:

Psicólogo "Americana"

Fecha: 13 de Junio del 2024.

ASENTIMIENTO INFORMADO

Adicción a las redes sociales y dependencia emocional como predictores del bienestar psicológico en estudiantes de dos colegios de Juliaca, 2024.

Determinar la predictibilidad de las redes sociales y dependencia emocional sobre el bienestar psicológico de estudiantes del colegio Adventista Americana y la Institución José Ignacio Miranda.

Hola, mi nombre es Josue Quispe Larico, estudiante y representante del grupo de investigación de la escuela profesional de Psicología/Facultad de Ciencias Sociales/ Bachiller en la Universidad Peruana Unión. Se está realizando un estudio para conocer acerca de la predictibilidad de la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico y para ello queremos pedirte que nos apoyes.

Tu participación en el estudio consistiría en que llenes adecuadamente los cuestionarios y de manera responsable si decides de manera voluntaria, debes leer bien las indicaciones o debes preguntar al grupo de investigación si hay preguntas que no entiendes.

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporciones/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a seguir avanzando con nuestra investigación para optar nuestro título profesional, las respuestas recopiladas nos permitirán la predictibilidad de la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico.

Esta información será de manera confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas de los cuestionarios, solo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrito de abajo que dice "Sí quiero participar" y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre: Juan Riquelme Gómez Gómez

Nombre y firma de la persona que obtiene el asentimiento:

Josue Quispe Larico

Fecha: 04 de Junio del 2024.