



**UNIVERSIDAD  
DON VASCO**

UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

INCORPORACIÓN No. 8727-25 A LA

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.

---

---

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

RASGOS DE PERSONALIDAD EN LA CIBERADICCIÓN DE LOS  
ALUMNOS DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA DE LA  
UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

TESIS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LAURA LIZETH ROBLEDO ESPINOSA

ASESORA: LIC. ERIKA SEGOVIA FIGUEROA

URUAPAN, MICHOACÁN. A 7 DE FEBRERO DE 2020.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

# ÍNDICE

## **Introducción.**

Antecedentes del problema . . . . .	1
Planteamiento del problema . . . . .	4
Objetivos de la investigación . . . . .	6
Instrumentos de campo . . . . .	7
Justificación del estudio . . . . .	8
Marco de referencia . . . . .	9

## **Capítulo 1. Personalidad.**

1.1 Definición de personalidad . . . . .	13
1.2 Componentes de la personalidad. . . . .	20
1.3 Teorías de la personalidad. . . . .	24
1.4 Rasgos de la personalidad. . . . .	40

## **Capítulo 2. Ciberadicción.**

2.1 Definición de ciberadicción. . . . .	44
2.2 Ciberadicción como adicción psicológica. . . . .	48
2.3 Síntomas de la ciberadicción.. . . .	55
2.4 Factores de riesgo de la ciberadicción. . . . .	61
2.5 Uso del internet. . . . .	73
2.6 Perfiles de la ciberadicción. . . . .	79

### **Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.**

3.1 Descripción metodológica. . . . .	83
3.1.1 Enfoque cualitativo. . . . .	84
3.1.2 Estudio etnográfico . . . . .	87
3.1.3 Diseño transversal . . . . .	87
3.1.4 Alcance descriptivo . . . . .	88
3.1.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos. . . . .	88
3.2 Población y muestra . . . . .	92
3.3 Descripción del proceso de investigación . . . . .	93
3.4 Análisis e interpretación de resultados . . . . .	95
3.4.1 Categoría 1: Apertura-Cerrazón. . . . .	96
3.4.2 Categoría 2: Responsabilidad-Baja responsabilidad. . . . .	101
3.4.3 Categoría 3: Extraversión-Introversión. . . . .	104
3.4.4 Categoría 4: Amabilidad-Dureza emocional. . . . .	107
3.4.5 Categoría 5: Estabilidad emocional-Neuroticismo. . . . .	111
Conclusiones . . . . .	116
Bibliografía . . . . .	118
Hemerografía . . . . .	120
Mesografía . . . . .	121
Anexos.	

# INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el uso y el desarrollo de la tecnología es un fenómeno que ha evolucionado rápidamente y que ha traído diversos cambios en la sociedad y en las formas de vida de la humanidad, que ha estado viviendo en un proceso de adaptación a las nuevas tecnologías y se ha encontrado con el problema de cómo implementarla correctamente en su vida, esto es, realizar un balance armonioso entre el hombre y la tecnología, lo cual no siempre es fácil de conseguir; como consecuencia, surgen problemáticas como lo es el uso excesivo del internet o la ciberadicción.

## **Antecedentes del problema**

Los estudios sobre la personalidad han sido, desde hace más de un siglo, el estudio fundamental de la psicología, siendo un fenómeno de interés como causa de diferentes procesos propios del ser humano, por ello, en el presente estudio se buscaron algunos de ellos que pudieran ser un referente de lo que a últimas fechas se ha realizado en ese tenor, con enfoque en el desarrollo y presentación de la dependencia a las tecnologías virtuales, tal como se presentan a continuación.

En primer lugar, se parte de definir el indicador central, que es el término personalidad, entendida como "...la organización dinámica, dentro del individuo, de

los sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos al ambiente.” (Allport; 1938: 48).

El segundo indicador a definir es la ciberadicción, que, según Jean y Lejoyerux (2003), es también conocida como adicción al internet, y que se establece como la pérdida de control frente al uso normal del internet; consiste en utilizar de manera excesiva el internet, lo cual interfiere con la vida diaria del sujeto y desencadena distintas consecuencias en diferentes áreas de la vida.

En los últimos años, se han desarrollado diferentes investigaciones que tienen como meta buscar si existe una relación entre las características de la personalidad y la adicción al internet, ya que el uso de este conjunto de redes se ha incrementado considerablemente en los últimos años, manifestándose de manera clara con los jóvenes, por lo que los investigadores se han preguntado si existe alguna relación entre la personalidad y el uso excesivo del internet. Las indagaciones se han realizado en distintos países de Europa y se mencionarán a continuación.

Una de las primeras investigaciones actuales, encontradas al respecto es la de Pacher (2009) quien la realizó en España, con el objetivo de encontrar la relación que existe entre el uso del internet y las características de la personalidad propias de los usuarios. Para llevar a cabo este cometido, se aplicó un cuestionario sociodemográfico, el Internet Adiction Test (IAT), que indica el grado de dependencia al internet y la prueba 16PF-5, que indica rasgos significativos de la personalidad. El estudio se aplicó a una muestra de estudiantes universitarios conformada por 101 sujetos, de los cuales 28 fueron hombres y 73 mujeres.

Los resultados obtenidos en esta investigación muestran que los sujetos más propensos a desarrollar una adicción al internet son aquellos que cuentan con un alto nivel de impulsividad, con baja tolerancia a estímulos desagradables y con un bajo nivel de autoestima.

Otra investigación realizada en el año en la Universidad de Cádiz por Pereira y Sánchez (2014), cuyo objetivo radicó en conocer la relación que tienen los factores de personalidad con el uso y abuso de las nuevas tecnologías, utilizando para ello un Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), la Escala de Autoestima de Rosenberg, el Inventario Cinco Factores (BEO-FFI), el cual otorga información sobre la personalidad de los sujetos, y la Escala de Impulsividad Estado (EIE). En el estudio participaron 229 estudiantes de la Universidad de Cádiz, de los cuales el 76.9% fueron mujeres y el 22.9%, hombres.

Los resultados de esta investigación sugieren que las personas que usan de manera excesiva la tecnología, son sujetos con bajo nivel de responsabilidad, escaso control de impulsos e inestabilidad emocional.

Una última investigación identificada fue la realizada en Perú por Astonitas (2005), quien aborda el tema de la personalidad y los hábitos relacionados con la adicción al internet. Para encontrar esa relación se utilizó un instrumento filtro, el cual sirvió para identificar a aquellas personas que abusan del internet. Para identificar rasgos de personalidad, se utilizó el inventario de personalidad NEO-PI-R, el cual

permitió obtener una medida comprensiva de la personalidad. En este estudio participaron 66 estudiantes de una universidad de Lima, de los cuales 34 fueron mujeres y 32 hombres.

Los resultados de esta investigación sugirieron que las personas que usaban excesivamente el internet tenían bajo nivel de control de impulsos, con poca determinación y motivación, también contaban con escasez de metas personales, poca preocupación por el futuro y carencia de ambiciones.

Por lo que se ha descrito anteriormente, se muestra, tal como se afirma al inicio del apartado, que existen investigaciones relativamente recientes que han estudiado las variables de personalidad y adicción al internet, buscando si una influye en la otra, por lo que se puede afirmar que existen antecedentes que proporcionan información valiosa para la presente investigación.

### **Planteamiento del problema**

Al hablar de adicción, se puede afirmar que ha estado presente en la historia de la humanidad, sin embargo, en la época actual las adicciones representan una problemática, debido a que en los últimos años se ha dado un incremento en su aparición, lo cual ha generado que los trastornos relacionados con las adicciones sean de los problemas de salud pública más relevantes.



Cuando se habla de adicciones, la mayoría de las personas piensan que se refiere a tomar drogas, sin embargo, la drogadicción no es la única de las adicciones que existen, hay una variedad de estas que no implican el consumo y abuso de drogas, por ejemplo, al sexo, al trabajo, a las compras o al internet, entre otras.

Esta investigación se centra en la adicción al internet, la cual ha tenido un incremento en los últimos años con el desarrollo inminente de nuevas tecnologías. La ciberadicción es un fenómeno relativamente nuevo, ya que la humanidad se encuentra cada vez más inmersa en la tecnología, en este sentido, se habla de una afectación que puede ocurrir a cualquier persona que tenga el acceso a los diferentes aparatos electrónicos que proporcionen una conexión a internet.

Cada vez es más común ver a las personas utilizando su teléfono celular en espacios públicos o en reuniones familiares o con amigos, así como también distintos dispositivos tecnológicos como tabletas electrónicas y computadoras, con el objetivo de establecer y mantener una conexión a internet, aunque se encuentren con las personas frente a frente; se ha normalizado el que se mantengan conectados con alguna red social, mientras se encuentran reunidos en un lugar.

Dentro de la Universidad Don Vasco, se ha observado un incremento en el uso del celular, ya que la mayoría de los estudiantes cuentan con un dispositivo que les permite mantenerse conectados a la red, siendo el más común el celular. El uso del internet se ha incrementado a tal grado que los estudiantes permanecen conectados en las horas de clase, los profesores han tenido que llamar la atención

en varias ocasiones a diferentes alumnos para que dejen sus celulares, ya que lo emplean de manera constante durante la clase. Algunos maestros han tomado medidas ante estos hechos, pidiendo a los alumnos que entreguen sus celulares antes de comenzar la clase y pueden tomarlos al final de la misma.

Debido a lo anterior, ha surgido el cuestionamiento acerca de las causas personales que pueden relacionarse con la ciberadicción, es decir:

¿Cuáles son los rasgos de personalidad en la ciberadicción de los alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, de Uruapan, Michoacán?

### **Objetivos de la investigación**

El presente estudio tuvo como lineamientos reguladores a los objetivos que se enuncian enseguida.

#### **Objetivo general**

Determinar cuáles son los rasgos de personalidad en la ciberadicción de los alumnos de cuarto semestre de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, en la ciudad Uruapan, Michoacán.

## **Objetivos particulares**

1. Definir el concepto de personalidad.
2. Describir el concepto de ciberadicción.
3. Explicar diferentes teorías sobre la personalidad.
4. Señalar las características de personalidad que tienen en común quienes padecen ciberadicción.
5. Establecer los rasgos de personalidad que poseen los alumnos de la Escuela de Psicología de la universidad Don Vasco, de Uruapan, Michoacán, con ciberadicción.
6. Identificar los rasgos más comunes de personalidad de los estudiantes de psicología de la universidad Don Vasco, de Uruapan, Michoacán, en la ciberadicción.

## **Instrumentos de campo**

Para la realización del presente estudio, se utilizó un instrumento que sirvió únicamente como filtro para identificar a aquellos estudiantes que padecen de ciberadicción, el cual es el Internet Adiction Test (IAT), que indica el grado de dependencia al internet. Posteriormente, se realizó una entrevista semiestructurada con las personas que resultaron tener una alta dependencia al internet, para identificar los rasgos de personalidad predominantes que están teniendo influencia sobre la ciberadicción.

La entrevista semiestructurada es definida como una guía de asuntos o preguntas en donde el investigador tiene la libertad de agregar preguntas adicionales para favorecer el proceso de indagación y obtener mayor información, según Hernández y cols. (2014).

Para la variable de personalidad, en instrumento que se utilizó es el guion de entrevista, el cual consta de 15 preguntas base, fundamentada en la teoría los 5 grandes de Lewis Goldberg. Se estructuraron las preguntas según 5 rasgos de personalidad principales que establece este autor en su teoría.

### **Justificación del estudio**

Actualmente, la sociedad está siendo manejada por la tecnología, cada vez se realizan más innovaciones y avances en dicho sentido, que conectan al ser humano a un mundo virtual. En estos tiempos, se encuentra un fenómeno relativamente nuevo para la historia de la humanidad: la ciberadicción. Lo mejor para combatir esta problemática es la prevención, por lo que identificar los rasgos personales que influyen en el desarrollo de esta adicción proporcionará una importante herramienta para evitar que se llegue a una situación de ciberadicción, al poder identificar las alarmas y factores de riesgo de manera temprana.

Este fenómeno aparentemente no es de mucha importancia, ya que, hasta cierto punto, se considera normal utilizar diferentes aparatos electrónicos que permiten al usuario una conexión a internet. Las personas que nacen en este siglo prácticamente crecen con la tecnología en sus vidas, es cada vez más común ver a

niños, adolescentes y jóvenes jugando en un celular, una tableta o una computadora en lugar de salir a jugar o convivir con otros.

El internet es un gran avance tecnológico y una ventaja sustancial, aporta muchos beneficios a la humanidad, pero, así como utilizar el internet tiene un lado positivo, también cuenta con un lado negativo, que se hace presente cuando las personas utilizan de manera excesiva el internet, cuando se desconectan del mundo real y se quedan atrapadas en un mundo virtual

Todos estos hechos han inspirado la presente investigación, la cual aporta a la sociedad una mejor comprensión del fenómeno de la ciberadicción y, a su vez, la psicología tendrá aportaciones como resultado de la indagación realizada sobre los rasgos o los tipos de personalidad que se pueden relacionar con la ciberadicción.

### **Marco de referencia**

La investigación fue realizada en la Universidad Don Vasco, la cual es una institución escolar que ofrece estudios de preparatoria y universidad. Esta Universidad tiene como misión: “Ser una institución formadora de personas con inquebrantable robustez de espíritu; forjadora de jóvenes responsables, generosos, críticos y creativos; conscientes de su trascendencia en cuanto a su origen y destino y reconstructores de la sociedad desde una amplia mejor perspectiva.”

La Universidad Don Vasco cuenta con una filosofía humanista, ya que se piensa que el hombre se realiza una vez que ha logrado desarrollar sus capacidades y habilidades, cuando logra crecer como persona y humanizar al mundo que le rodea.

Este centro educativo tiene como visión buscar que sus estudiantes sean capaces de tomar decisiones que les ayuden a superar situaciones adversas y desarrollen la determinación para luchar por aquello que quieren en su vida. Para la institución, el hombre es valioso debido a que posee valores en su interior y al externarlos al mundo, muestra su grandeza y su humanidad.

La Universidad Don Vasco ofrece diez licenciaturas, de las cuales una es en Psicología, ciencia que se centra en el estudio de las conductas y experiencias humanas con una visión integradora del hombre en sus diferentes ámbitos: biológico, emocional, social y espiritual.

Después de un estudio que realizó la Universidad Don Vasco para saber qué carreras tenían mayor demanda de las inexistentes en la ciudad de Uruapan, se decidió crear la Escuela de Psicología para incorporarla a las carreras de la universidad, por lo que se comenzaron a realizar los trámites necesarios. Finalmente, la Escuela de Psicología fue inaugurada en el año 2004, comenzando a impartir el programa con 2 grupos de 50 alumnos, los cuales originalmente eran 45, pero debido a la gran demanda que tenía esta escuela, se solicitó a la UNAM aumentar los grupos a 50 personas, petición que fue autorizada y se abrieron 10 lugares más.

Se busca que los alumnos de la Escuela de Psicología posean un conocimiento integral de las diferentes corrientes que han contribuido al desarrollo de la psicología, para que tengan un panorama más completo de esta ciencia y puedan aplicar esos conocimientos utilizando distintas herramientas y estrategias en su vida profesional. Además de ello, la escuela promueve que sus alumnos tengan un desarrollo de competencias integrales, por lo que, además de desarrollar habilidades para su futura profesión, también se forman valores que contribuirán a una ética profesional.

La Universidad Don Vasco es una institución privada, por lo cual, los alumnos se encuentran en un nivel socioeconómico medio-alto, esto les permite acceder a la educación que brinda la institución, asimismo, una gran parte de la comunidad estudiantil cuenta con creencias religiosas, ya que se trata de una escuela católica. Las edades de los estudiantes suelen oscilar entre los 18 y los 25 años de edad.

La Escuela de Psicología es de las carreras más recientes que ha inaugurado la Universidad Don Vasco. La formación en la carrera consta de 8 semestres, sus estudiantes son mayormente mujeres, abarcando un 80% aproximadamente y un 20% de varones. Los alumnos de cuarto semestre suman un total de 30, de los cuales 26 son mujeres y 4 son varones, las edades van desde los 19 a los 30 años.

La Escuela de Psicología cuenta con gran variedad de estudiantes, predominando en ella las mujeres, y con gran amplitud de edades, pues se

encuentran estudiantes que van desde los 17 hasta los 30 años, de igual manera, existen diversas personalidades, lo cual enriquece el ambiente de la Escuela de Psicología.



# **CAPÍTULO 1**

## **PERSONALIDAD**

Durante la historia del ser humano, se han dado diferentes estudios sobre el comportamiento humano, su pensar y su sentir, con el objetivo de tener una mayor comprensión del propio ser, desde cuál es su propósito en el mundo hasta por qué actúa de cierta manera. Debido a esto, el estudio de la personalidad es de gran interés para la psicología y lo ha sido para distintos autores que, a lo largo de la historia, han realizado distintos estudios y desarrollado diferentes concepciones de qué es la personalidad.

### **1.1 Definición de personalidad**

No existe una definición universal de lo que es la personalidad, ya que cada autor tiene su propio concepto de ella. La personalidad se basa en las particularidades de un sujeto, por ello, existen diferentes definiciones de personalidad, algunas de las cuales se presentan a continuación.

Los estudios sobre la personalidad se basan en aquellos aspectos que hacen a un individuo diferente del resto, en aquellas cualidades que posee, tomando en cuenta que existen similitudes entre las personas, es decir, las características que posee una persona también las puede poseer otra, puesto que no son exclusivas; también invita a no ver a la persona por partes, sino como una totalidad.

Con base en ello, se encontró la siguiente definición: “El estudio de la personalidad se ocupa de las diferencias individuales. Partiendo de reconocer que todas las personas son similares en muchos aspectos.” (Pacher; 2009: 47).

En otras definiciones, la personalidad se expresa de manera externa y observable, siendo la conducta su manifestación principal, así como también sus pensamientos y sentimientos. Al relacionar estos aspectos, se tiene como resultado una forma de ser para cada persona y respecto a ello, Pervin (referido por Pacher; 2009) afirma que la personalidad representa características del individuo que da explicación a sus patrones de pensar, sentir y actuar.

Otro de los autores que estableció su definición de personalidad fue Allport, quien después de revisar distintas definiciones de personalidad para diferentes ciencias y disciplinas como la psicología, la teología, filosofía, derecho y sociología, propuso una definición: “Personalidad es la organización dinámica, dentro del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos al ambiente” (Allport; 1938: 48).

Esta definición considera la personalidad como un sistema organizado, cuyos elementos se encuentran en continuo movimiento e interacción dentro del individuo, los cuales son utilizados por el sujeto para realizar ciertas conductas que le permitirán responder a las demandas de ambiente y adaptarse a él, de manera que sea funcional en los diferentes ámbitos de su vida. De la definición que da este autor de la personalidad se pueden rescatar los conceptos principales:

Se refirió en primer lugar a la *organización dinámica*, respecto a la cual Allport utilizó dicho término al definir la personalidad, para destacar que es una organización activa que se desarrolla a través de un proceso de evolución e integración de todo lo que la persona ha experimentado.

No todas las teorías sobre la personalidad comparten este concepto de organización. Desde el enfoque del psicoanálisis, la personalidad se divide en partes que están en conflicto, con lo que Allport no estaba de acuerdo, pensaba que el psicoanálisis tiene una concepción restringida de la personalidad, es decir, está basado en poblaciones con sintomatologías que impiden que su personalidad se integre por completo.

Un segundo elemento son los *sistemas psicofísicos*. Este término hace referencia a que la personalidad cuenta con influencias biológicas y psicológicas, de manera que la mente y el cuerpo se encuentran unidos. También menciona el temperamento como aportador de características de la personalidad basadas en la biología, que se manifiestan como reacciones emocionales ante diferentes estímulos, los cuales pueden ser nuevos o percibidos como amenazadores. Este autor estaba de acuerdo en que el temperamento es una base biológica heredada que forma parte de la personalidad.

Allport (1938) definió los elementos principales de la personalidad y las llamo las *tres principales materias primas de la personalidad*, las cuales eran la psique y la inteligencia heredadas, junto con el temperamento. Para este autor, la herencia tenía

una gran importancia como determinante de la personalidad, lo cual expresó en su frase: “Ningún rasgo de la personalidad carece de influencias hereditarias.” (Allport; 1938: 105).

También afirmaba que la personalidad es influida por la experiencia y diseñó una expresión matemática para resolver la personalidad:  $\text{Personalidad} = f(\text{herencia}) \times (\text{ambiente})$ . Este autor expresó que, si alguno de estos valores estuviera ausente o fuera un cero, no habría personalidad, siendo esta el resultado de interrelación de los factores mencionados en su fórmula.

El primer elemento de la personalidad son las *determinantes*, este concepto fue utilizado por Allport para plasmar que la personalidad es una causa de la conducta, pensaba que la personalidad es algo y hace algo. Menciona, sobre los rasgos de personalidad: “Los rasgos no son creaciones en la mente del observador, no son ficciones verbales; son aceptados aquí como hechos biofísicos, disposiciones psicofísicas reales relacionadas -aunque nadie sabe cómo- con sistemas nerviosos persistentes de estrés y determinación” (Allport; 1938: 339).

Con esta afirmación, Allport confirma que los rasgos son determinantes de la personalidad, lo cual da pie para concebir la personalidad partiendo de que los rasgos de personalidad son abstracciones conceptuales, herramientas que son de utilidad para lograr predecir la conducta de un individuo y así lograr comprender las acciones que realiza y el porqué de ellas.

El segundo elemento es *único*; para este autor, los rasgos de la personalidad son originales y propios de cada individuo, se encontraba en desacuerdo con los teóricos que afirmaban que la personalidad tenía una motivación específica; él expresaba, en cambio, que las personas encuentran motivadas por diferentes rasgos, es decir, no había algo universal que los motivara.

El tercer elemento son los *ajustes al ambiente*. Allport señalaba que la personalidad cuenta con funciones de afrontamiento y adaptación al medio ambiente: “La personalidad resulta de los intentos del sistema nervioso central por establecer seguridad y comodidad para el individuo que se atormenta ante sus propios anhelos afectivos y las demandas rigurosas de su ambiente” (Allport; 1938: 118). Lo anterior sugiere que el individuo está en constante adaptación a diferentes ambientes y puede lograrlo gracias a su personalidad, la cual brinda ajustes únicos para cada sujeto por las diferencias hereditarias y del ambiente en que se desarrolla.

Con estos tres elementos se describe que la personalidad, según Allport, es única, ya que cada individuo cuenta con rasgos propios que forman parte de ella; de la misma forma, afirma que estos rasgos que son determinantes, están relacionados con la conducta del individuo y con la adaptación a distintos contextos.

Como se observa, no todas las definiciones de personalidad toman en cuenta los mismos aspectos o consideran los mismos elementos, más bien se tienen ideas variadas que dan un panorama más amplio a esta definición. Existen diferentes concepciones de la personalidad plasmadas en diferentes definiciones por diversos

autores. A continuación, se describen algunas de estas definiciones retomadas de Torres (2010).

Para Kotler (referido por Torres; 2010), la personalidad está conformada por características psicológicas que distinguen a una persona y que conducen las respuestas que da al ambiente, es consistente y permanente.

Freud (referido por Torres; 2010) definió la personalidad como un patrón de pensamientos, sentimientos y conducta que la persona manifiesta a través de sus acciones y palabras, es persistente a lo largo de la vida y atraviesa distintas situaciones.

Eysenk (referido por Torres; 2010) se refiere a la personalidad como una organización, la cual es relativamente estable y duradera; incluye dos elementos, los cuales son el temperamento e intelecto del individuo. Como consecuencia, la personalidad determina la adaptación única al ambiente.

Folloux (referido por Torres; 2010) señala que la personalidad es una configuración única que se forma según la historia del sujeto y es responsable de la conducta, por lo que hace énfasis en que cada individuo tiene una personalidad propia, la cual dirige el comportamiento.

Para Morris (referido por Torres; 2010), la personalidad es un patrón de pensamientos, sentimientos y conductas que caracterizan a un individuo y que persiste a lo largo del tiempo y los acontecimientos de la vida.

Ivancevich (referido por Torres; 2010), por su parte, concibe la personalidad como un conjunto estable de comportamientos y sentimientos que se han formado por medio de factores genéticos y ambientales significativos en el sujeto.

Según Robbins (referido por Torres; 2010), la personalidad es la suma total de las formas en que un individuo reacciona ante distintas situaciones e interactúa y se relaciona con los demás.

Cloninger (2003) define la personalidad como la suma de los patrones conductuales y potenciales de un organismo, los cuales son determinados por la herencia y su medio social. Tiene su origen y desarrollo en la interacción de cuatro factores: el sector cognoscitivo, referido a la inteligencia, el sector conativo, relativo al carácter, el sector afectivo, aludiendo al temperamento y el sector somático, ubicado en la constitución corporal.

Se puede afirmar que el estudio de la personalidad es un tema muy amplio y complejo, debido a que existen numerosas teorías y definiciones tratando de explicar lo que es, cómo se crea y cómo se define, por lo que conveniente dar tomar en cuenta las diferentes perspectivas de los distintos autores que han realizado estudios

sobre la personalidad, ya que cada teoría y cada definición tiene algo valioso que aportar al tema.

## **1.2 Componentes de la personalidad.**

La personalidad está integrada por diferentes componentes, cada uno de ellos cuenta con una función específica y aporta ciertas características o rasgos a la personalidad. Estos componentes varían según los autores, por lo que se describen, a continuación, los componentes de la personalidad según diferentes autores.

La personalidad está integrada por componentes físicos y psicológicos. Según Mancilla (2008), los primeros tienen un gran papel en la personalidad, pero lo que conforma en mayor medida la identidad de cada individuo son los componentes psicológicos.

Dentro de los elementos que componen la personalidad, existen algunas que son de tipo hereditario, así como también la existencia de condiciones que son adquiridas por el sujeto de manera involuntaria o voluntaria, haciendo uso de su capacidad de elección, las cuales se describen a continuación.

- *Las condiciones adquiridas involuntariamente:* Se refiere a las situaciones que son adoptadas por el sujeto sin elegirlo o sin desearlo, estas son resultado de los ambientes en lo que se desarrolla el individuo, como el ambiente social o



familiar. Estas condiciones son adquiridas por el sujeto a través de la educación.

- Las *condiciones adquiridas voluntariamente*: Estas provienen de las actividades que realiza el sujeto; el punto principal que diferencia a las condiciones adquiridas de manera voluntaria de las condiciones adquiridas involuntariamente está en que la persona puede tomar sus propias decisiones y adoptar aquello que elija.

Continuando con Mancilla (2008), se propone un listado de los componentes más reconocidos e importantes dentro de la psicología de la personalidad, los cuales se describirán a continuación.

El primer elemento de la personalidad es el *componente físico*, el cual se refiere a la composición orgánica de los seres humanos, lo que otorga al individuo ciertas características corporales, así como también psicológicas. Estas características dependen principalmente de la información que el sujeto tiene en su carga genética, pero cabe aclarar que estos factores hereditarios no se encuentran exentos de las influencias del medio ambiente.

El segundo componente de la personalidad es *la inteligencia* de un individuo, la cual está conformada por un conjunto de elementos como la memoria, la capacidad de observación, la atención, el aprendizaje, habilidades sociales y emocionales, entre otros.

El nivel de rendimiento que se tiene en las actividades cotidianas depende de diferentes factores, como la cantidad de atención que se presta a la tarea y qué tan concentrada se encuentre la persona en ese momento; además de esto, también intervienen otros factores que facilitarán al sujeto obtener un mejor desempeño en sus tareas o que, al contrario, le dificultarán un buen rendimiento. Algunos de esos factores son la estabilidad emocional, la salud física y la psicológica.

La inteligencia es la capacidad para asimilar, elaborar y utilizar estrategias para resolver problemas. Aunque los animales también son capaces de utilizar estrategias para resolver problemas, el ser humano va más allá, desarrollando capacidades que le permiten iniciar, y controlar las operaciones mentales.

Humphreys (retomado por Mancilla; 2008), por su parte, describe la inteligencia como un repertorio de habilidades, conocimientos y sistemas de aprendizaje que han sido adquiridos, los cuales son de naturaleza intelectual y se encuentran disponibles en cualquier momento para el uso de la persona.

El tercer elemento de la personalidad es *el temperamento*, que está formado por las maneras de ser y comportarse, es uno de los factores hereditarios de la estructura de la personalidad, lo cual le dará al sujeto ciertos factores genéticos que resultarán característicos en la persona.

Torres (2010) expresa que al hablar de temperamento, se hace referencia a la dimensión biológica de la personalidad, estos rasgos heredados por el individuo cran predisposiciones a comportarse de cierta manera específica.

El cuarto elemento de la personalidad es *el carácter*, que es un componente influido por el ambiente en el que se desarrolla e interactúa el sujeto constantemente; existen diferentes factores que influyen en el desarrollo del carácter, como la cultura, la educación, el ambiente social, la familia, el ambiente laboral y las amistades.

Según Torres (2010), el carácter es el componente aprendido de la personalidad, que aparece como consecuencia de las experiencias vividas por el sujeto y que influyen en su manera de ser.

Por lo expuesto anteriormente, se puede afirmar que la personalidad no es un elemento único, sino que está conformada de diferentes componentes, los cuales, tal como se ha descrito en todo el subtema, incluye componentes psicológicos y físicos; los primeros se desarrollan con la interacción del individuo con el ambiente, y los segundos tienen una carga genética. Debido a esos estudios, se han podido conformar las teorías acerca de la personalidad, que permiten respaldar el conjunto de los descubrimientos acerca de la misma desde un punto de vista específico, tal como se muestra a continuación.

### **1.3 Teorías de la personalidad.**

Una teoría está constituida por una serie de informaciones respaldadas en investigaciones científicas acerca del fenómeno que se describe. En ese sentido, se describen enseguida tres teorías que se consideran adecuadas para la interpretación de los datos que se consideran importantes a estudiar en la investigación que se está llevando a cabo. La primera de ellas llamada teoría de los rasgos, que se enfoca precisamente a esos elementos como constituyentes de la personalidad; la segunda teoría elegida es la psicoanalítica, que proporciona una visión de la estructura de la personalidad tomando en cuenta los aspectos conscientes e inconscientes de la misma; la tercera teoría elegida es la psicología de los constructos personales, que destaca los pensamientos de los individuos, concentrándose en la personalidad individual y tomando en cuenta las experiencias de los individuos. Enseguida se describe cada una de ellas.

#### A) Teoría de los rasgos.

Esta teoría es presentada por Cloninger (2003), quien refiere que fue elaborada por Gordon Allport, considerado como uno de los primeros teóricos de la personalidad en un ambiente académico. El bosquejo que realizó Allport de la personalidad tuvo un gran impacto y los rasgos de personalidad se han convertido en un tema de gran interés para las investigaciones sobre la personalidad.

Allport alentaba a los teóricos del campo a tomar en cuenta las capacidades y cualidades únicas de los seres humanos, lo que marca la diferencia entre los animales y las personas. Él consideraba a la persona como un todo y pensaba que el expandir diferentes teorías y reformular las ya existentes, es necesario para hacer justicia a la riqueza y dignidad de la personalidad humana, en lugar de comprimir la personalidad en una sola teoría estructurada y cerrada de pensamiento.

Su teoría dice que la personalidad es estable y que hace que las personas se comporten de una manera consistente a través del paso del tiempo, Allport (1938), afirma que los seres humanos son estables, aun cuando su comportamiento varía de una situación a otra a lo largo del tiempo. Su teoría presenta los siguientes aspectos que se deben tomar en cuenta al hablar de personalidad:

El primer aspecto son las *diferencias individuales*, se refiere a que los sujetos cuentan con diferentes rasgos que son predominantes en su personalidad, algunos de estos pueden ser comunes o compartidos por varias personas y otros son únicos y pertenecen solo a esa persona. En ese sentido, aunque algunos rasgos son comunes, se combinan de forma diferente en cada individuo y si a ello le agrega las combinaciones que puede realizar con los rasgos únicos, las combinaciones pueden ser muchas, debido a lo cual, el autor presenta en su teoría un listado de combinaciones organizados en pares de rasgos extremos, en el entendido de que un individuo puede presentar cualquiera de esas combinaciones y en variados niveles del continuum.

Un segundo aspecto es la *adaptación y ajuste*, Allport (1938) expresaba que la psicología estaba equivocada si buscaba demasiado la enfermedad, ya que existen características de la personalidad que son sanas y que proporcionan al sujeto la capacidad de adaptarse y protegerse del ambiente. Muchas veces las personas son cuestionadas por su forma de comportarse, por presentar ciertas conductas que no son bien aceptadas socialmente, pero pocos son aquellos que reflexionan sobre lo que hay detrás de esas manifestaciones conductuales, ya que, algunas veces, las características que posee un sujeto en su personalidad le serán de gran ayuda para enfrentar las situaciones que se le presentan, por ejemplo, un sujeto ansioso podría tener un mejor rendimiento laboral, ya que tiene la necesidad de estar realizando actividades y terminar el trabajo pendiente lo más rápido posible.

El tercer aspecto es *la sociedad*, la cual es un factor de gran importancia para la personalidad, ya que conlleva un proceso de adaptación al ambiente. Allport (1938) hablaba en sus teorías del prejuicio, el rumor y la religión, como fenómenos que se dan dentro de la sociedad. Como seres humanos, la adaptación está presente de manera natural, a lo largo de la historia de la humanidad las personas se han adaptado a diferentes épocas, lo mismo ocurre en la parte psicológica: las características personales que tienen los individuos les proporcionan recursos para adaptarse dentro de los grupos sociales y regular su conducta ante lo que es socialmente aceptado.

Un cuarto aspecto es la *influencia genética*, para este autor, todas las conductas son influidas en una parte por factores genéticos, ya que la personalidad

cuenta con factores hereditarios que hacen al sujeto predisponente a comportarse de cierta manera, por las características de su carga genética.

En este sentido, algunas características de la personalidad tienen un origen hereditario, es decir, que vienen en el código genético de los individuos, sin embargo, esto no quiere decir que sea una realidad que manifestará estas características, ya que esto dependerá del ambiente en el que se desarrolle la persona.

El quinto aspecto es el *desarrollo infantil*, el yo mismo se va desarrollando a través de varias etapas por las que la persona va pasando a lo largo de sus primeros años de vida, es decir, que la personalidad se va formando a lo largo de la vida del sujeto, siendo los primeros años de vida de mucha importancia para que comience este proceso. Los niños aprenden fácilmente a través de lo que les rodea, de lo que ven, escuchan, sienten y de lo que experimentan. En este sentido, la personalidad comienza a formarse en esta etapa, para posteriormente seguirse desarrollando.

El sexto aspecto es el *desarrollo adulto*, este consiste en la integración de los desarrollos previos que el sujeto ha tenido a lo largo de su vida, es decir, que logre unir todas aquellas experiencias por las que ha pasado para encontrar un equilibrio en su vida que le permitirá ser funcional en su ambiente. Las experiencias que el individuo ha vivido son parte determinante de la personalidad, ya que en función esas experiencias la persona hará uso de sus recursos y se comportará de cierta manera según el ambiente se lo exija.

En conclusión, esta teoría propone que la personalidad no es solamente un elemento único, sino que está conformada de diferentes partes y tiene varios elementos, los cuales están relacionados con las experiencias del individuo, además toma en cuenta el ambiente, lo que se encuentra interactuando de manera constante. A continuación, se describirá la siguiente teoría de la personalidad, la cual cuenta con un enfoque psicoanalítico.

#### *B) Teoría de la estructura de la personalidad.*

Esta teoría fue elaborada por Freud hace varias décadas, su enfoque es totalmente psicoanalítico, lo cual quiere decir que solamente se centra en el sujeto y en los procesos que ocurren en su mente. No se le da una real importancia al medio ambiente en la formación de la personalidad, ya que, según se propone, el ser humano cuenta con estructuras natas, las cuales se describirán a continuación.

Freud (referido por Cloninger; 2003) describió en su teoría su hipótesis estructural, en la cual se mencionan tres estructuras en las que se divide la personalidad, cada una de ellas se encuentra en contacto constante con las demás para lograr una personalidad integral:

La primera estructura de la personalidad es el *Ello*, la cual es la parte primitiva, es la fuente de los impulsos biológicos y es inconsciente. Esta estructura contiene los instintos biológicos y es la única que se encuentra presente desde el nacimiento;



funciona bajo el principio del placer, por lo que su objetivo es satisfacer sus deseos, reduciendo la tensión por medio del placer.

La segunda estructura de la personalidad es el Yo, la cual es la parte racional y competente de la personalidad, es un mediador entre el Ello y el Superyó. Esta estructura es la que mantiene unida a la personalidad y la que está en contacto con el mundo real, por lo que actúa bajo el principio de realidad. El Yo puede comprender la realidad y adaptarse a lo que demanda el mundo externo.

La salud mental requiere de un Yo fuerte que se pueda enfrentar a la ansiedad que asecha a la persona, en cambio, un Yo débil no podrá defenderse de esta ansiedad y si este colapsa, ocurre un episodio psicótico.

La tercera estructura de la personalidad es el Superyó, que está formado por reglas e ideales de la sociedad que el individuo ha adoptado, una parte de él es consciente, pero la mayoría permanece en el inconsciente. Esta estructura es la representante de las reglas y las restricciones que son impuestas por los sistemas como la familia y la sociedad, por lo que es el responsable de generar culpa o malestar cuando el sujeto actúa rompiendo las reglas establecidas.

El Superyó se presenta como un Yo ideal, el cual es lo que se quiere ser, tiene que ver con los estándares propios que el sujeto desea alcanzar, esta estructura se desarrolla a temprana edad, por lo que representa una forma inmadura y rígida de la moralidad.

Cada estructura tiene una función diferente, por ejemplo, una persona tiene hambre y quiere comer, entonces el Ello cumple con esta función motivacional, pero antes de comer es necesario preparar la comida, comprarla o ir a un restaurante a consumirla, estas funciones de planeación y resolución de problemas son propias del Yo. También se deben considerar diferentes aspectos, como los alimentos que son más nutritivos y pueden aportar mayores beneficios al cuerpo y cuales no lo son, estos ideales morales pertenecen al Superyó.

Además de estas tres estructuras de las que se conforma la personalidad Freud (citado por Cloninger; 2003) habló de algunos conceptos que se encuentran relacionados con ella:

Un primer concepto es el *conflicto intrapsíquico*. Las estructuras de la personalidad, el Ello, el Yo y el Superyó no siempre se encuentran conviviendo pacíficamente, ya que el Ello demanda una gratificación inmediata de los impulsos y necesidades, mientras que el Superyó amenaza con la culpa si se intenta satisfacer a todos los impulsos, por lo tanto, existe un conflicto intrapsíquico en donde el Yo intenta reprimir los deseos que son inaceptables según la moralidad de Superyó, pero no siempre tiene éxito.

El segundo concepto es la *energía psíquica: Libido*. Freud (retomado por Cloninger; 2003) afirma que el Ello es la fuente de la energía psíquica, la cual llamó libido, que es una energía de tipo sexual, de esta proviene la motivación para todos los aspectos de la personalidad. La base de la motivación es la energía sexual, la cual se puede transformar a través de la socialización para lograr cumplir objetivos,

por ejemplo, los logros culturales, académicos, artísticos o laborales son energía sexual que ha sido transformada.

Un tercer concepto son los *instintos de vida y de muerte*. La energía psíquica es de dos tipos: por un lado, está el *Eros*, el instinto de vida, su función es motivar los comportamientos relacionados con el mantenimiento de la vida y el amor. En un principio, Freud afirmaba que toda libido era de este tipo de energía, sin embargo, posteriormente propuso un segundo tipo de energía psíquica, llamada *Thánatos*, el instinto de muerte, que es una fuerza destructiva que dirige al ser humano de una manera inminente hacia la muerte, es el último alivio para la tensión de vivir. Esta energía es la que motiva las agresiones, incluyendo el suicidio.

Freud (citado por Cloninger; 2003) afirmó que el funcionamiento de la personalidad tenía su base en la energía instintiva que se regía por principios para la regulación de los instintos, por lo cual describió los elementos para entender dicho funcionamiento organizándolos en fuente, ímpetu, finalidad y objeto.

Iniciando con la descripción de la *fuentes*, se ubica como la energía psíquica que se deriva de procesos biológicos, aclarando que no hay energía que sea en su totalidad mental o separada por completo del organismo. La energía que tiene una persona no cambia a lo largo de toda su vida, aunque puede ser transformada de manera diferente. La energía psíquica es dirigida en un primer momento hacia las necesidades biológicas, posteriormente, esta energía puede ser redirigida hacia otros aspectos como el trabajo y la escuela.

El autor continúa describiendo lo correspondiente al *ímpetu*, que se refiere a la fuerza del instinto. En ese sentido, la fuerza del instinto es alta cuando el estímulo no se satisface, y una vez que se satisface su fuerza será menor. Por ejemplo, cuando se tiene hambre, existe un alto ímpetu al estímulo del hambre, pero una vez que se consumen alimentos y se satisface el hambre, la fuerza del ímpetu disminuirá.

El siguiente elemento descrito es la *finalidad*, acerca de lo cual refiere que los instintos funcionan de acuerdo con el principio de homeostasis, por lo que intentan preservar el estado ideal de equilibrio para el organismo. Los cambios que salen de este estado de equilibrio son experimentados como tensión por la persona. La finalidad de los instintos es reducir la tensión mediante el placer, ya que actúan bajo el principio del placer, de manera que están dirigidos a producir placer al sujeto para lograr reducir su tensión.

El último aspecto revisado en este proceso funcional de la personalidad instintiva es *el objeto*, del cual se dice que es la persona u objeto deseado para que el individuo pueda ser satisfecho. El que la libido pueda ser dirigida hacia diferentes objetos se llama plasticidad del instinto, la cual es mayor en los seres humanos que en las demás especies que habitan la tierra. El Yo tiene la tarea de seleccionar los objetos según las posibilidades de la persona y del ambiente para lograr satisfacer el instinto y, al mismo tiempo, adaptándose a la realidad.

Esta teoría ha sido blanco de numerosas críticas por aquellos que no están de acuerdo con sus postulados o que argumentan que le faltan más elementos, sin embargo, es una teoría muy completa y fundamentada en hechos que el mismo Freud presencié en sus pacientes, proporcionando de esta manera bases importantes para el desarrollo de la psicología. A continuación, se presenta la siguiente teoría de la personalidad.

*C) Psicología de los constructos personales.*

Esta tercera teoría se puede decir que es como un punto medio entre las teorías descritas anteriormente, ya que toma en cuenta el ambiente y las características individuales como lo hace Allport en su teoría de los rasgos de la personalidad, pero también se centra únicamente en el individuo y su procesamiento psíquico.

Kelly (1955) propuso una teoría de la personalidad que destaca los pensamientos de los individuos, esta teoría se concentra en la personalidad individual y se refería a ella como la teoría del burro, ya que integra la naturaleza del animal. Este autor no utiliza constructos teóricos abstractos e inobservables, se centra en la experiencia del individuo y a diferencia de varias teorías de la personalidad; se omite la motivación, siendo esta una de las más fuertes críticas a la teoría, sin embargo, la razón por la que no se incluye ninguna fuerza o motivación que impulse a la persona se debe a que no es necesario, debido a que ya se encuentra activa.

Para Kelly (1955), las personas no son *títeres de la realidad*, ya que son capaces de construir su propio destino dependiendo de la forma en la que interpretan los acontecimientos experimentados en su vida. Dentro de esta teoría, sobresalen los constructos personales, que le permiten a la persona predecir lo que ocurrirá en su vida. Esta teoría describe varios aspectos de la personalidad de los individuos que se presentan a continuación:

Un primer aspecto son las *diferencias individuales*, ya que los individuos utilizan constructos personales que aplican en su vida al realizar alguna actividad, a partir de estos constructos surgen las emociones y las conductas. En ese sentido, cada persona posee diferentes constructos, los cuales le ayudan a manifestar sus comportamientos y sentimientos de una manera particular, de ahí la explicación al por qué las personas reaccionan de forma diferente ante la misma situación.

Un segundo aspecto es la *adaptación y ajuste*, ya que los constructos pueden predecir diferentes situaciones y sucesos. Si se actúa de cierta manera en situaciones similares, podría decirse que la persona es más adaptativa, ya que utiliza sus recursos en diferentes situaciones para lograr integrarse al ambiente que la rodea. Existen personas que pueden convivir e integrarse fácilmente entre un grupo de desconocidos, así como también individuos a los que les cueste más trabajo lograrlo, esto dependerá de los constructos de cada persona.

Un tercer aspecto son los *procesos cognoscitivos*, las cogniciones son fundamentales para la personalidad, los cuales tienen gran importancia en esta

teoría elaborada por Kelly (1955), debido a que a partir de ellos surgen las emociones y los comportamientos del individuo. Cada persona procesa las circunstancias de una manera diferente, habrá quienes, apenas su padre les suba la voz, romperán en llanto, y habrá individuos que griten más fuerte, esto depende de cómo interpreten la situación que estén viviendo en ese momento.

Un cuarto aspecto es *la sociedad*. Según Kelly (1955), las relaciones sociales requieren que una persona pueda comprender los constructos personales de la otra, existiendo así una retroalimentación entre los individuos que interactúan. En otras palabras, las personas formarán una estrecha relación si comparten aspectos en común, ya que, de esta manera, se podrán entender fácilmente y se sentirán cómodas interactuando entre ellas.

Un quinto aspecto son los *constructos preverbales*. Esta teoría no considera como tales a los factores biológicos como parte de la personalidad, sin embargo, habla de los constructos preverbales, ideas sobre el intercambio de constructos y emociones, las cuales tienen implicaciones en la salud de la persona. Constantemente, los individuos se encuentran aprendiendo uno del otro, al interactuar con los demás no solo se intercambian palabras, también sentimientos y comportamientos, es normal que se adopten ideas o conductas de una persona cercana.

Un sexto aspecto es el *desarrollo infantil*. En este sentido, este autor no se centra en la etapa de la niñez, por el contrario, menciona que los niños van formando

sus propios constructos para dar sentido a las experiencias que van viviendo, de manera especial para comprender aquellas que involucran a otras personas. En un principio, para los niños todo es nuevo, cada experiencia es una nueva aventura de la cual hay mucho que aprender, utilizan los recursos que poseen para dar sentido a la realidad donde se encuentran.

Un séptimo aspecto es el *desarrollo adulto*. Al respecto, Kelly (1955) describe que los adultos continúan utilizando los constructos personales que desarrollaron anteriormente, los cuales pueden ser modificados o creados al tener diferentes experiencias. En este sentido, la personalidad no está determinada, sino que se puede modificar con el paso de los años, ya que no se termina de desarrollar completamente de un momento a otro, a lo largo del tiempo se va volviendo más estable.

Este autor propone en su postulado fundamental: “Los procesos de una persona están psicológicamente canalizados por las formas en que anticipa los eventos” (Kelly; 1955: 46). Lo anterior sugiere que las personas se preparan para los acontecimientos que anticipan; esta antelación, la cual puede ser precisa o imprecisa, es determinante de las acciones del individuo, así como también de sus pensamientos y emociones.



*D) Teoría de la personalidad de los 5 grandes.*

La personalidad se compone de diferentes rasgos, cada individuo posee diferentes combinaciones de ellos y en diferente medida. Esta teoría de Lewis Goldberg (referido por García; 2018) menciona que existen cinco rasgos principales de la personalidad, cada uno de estos rasgos o factores representa un rango entre dos extremos, conformándose de esta manera 5 categorías, las cuales cuentan con seis facetas o rasgos secundarios, los cuales se enlistan y describen a continuación:

La primera categoría es *Apertura-Cerrazón*, que se refiere a la apertura a las nuevas experiencias. Las personas que poseen altos niveles de apertura son aquellas que disfrutan de la aventura, son curiosas, lo cual les motiva a investigar y estudiar, son apreciadoras del arte, son creativas y les atraen las situaciones novedosas. Las personas que tienen bajos niveles de apertura son todo lo contrario, prefieren no salir de la rutina y evitan las nuevas experiencias, se apegan a lo conocido y no les interesa demasiado el explorar o el descubrir nuevas circunstancias, poseen una curiosidad mínima y se conforman con lo que ya saben. Las facetas secundarias de esta categoría son la fantasía, estética, sentimientos, acciones, ideas y valores.

La segunda categoría es la *Responsabilidad – Bajo nivel de responsabilidad*, las personas que poseen este rasgo en altos niveles son personas organizadas y tienen un gran sentido del deber, son disciplinadas y centradas en cumplir sus objetivos, son personas planificadoras.

Las personas que, por el contrario, tienen un bajo nivel de responsabilidad, son más espontáneas y despreocupadas, tienden al descuido y al olvido. Este rasgo es de mucha utilidad en los ámbitos laborales y académicos. Las facetas secundarias de esta categoría son la competencia, el orden, sentido del poder, necesidad de logro, autodisciplina y pensamiento planificado.

La *Extraversión-Introversión* es la tercera categoría, siendo el rasgo más reconocible de la personalidad, así como también es una de las que más se repiten en distintos modelos de dicha variable. Mientras más extrovertido sea el sujeto, más disfruta socializando, tiende a conversar mucho y disfruta de las reuniones sociales, tiende a ser asertivo y alegre al interactuar con los demás.

Por el contrario, las personas introvertidas necesitan tiempo para estar a solas y disfrutan de ello, frecuentemente la introversión se confunde con la timidez, pero son diferentes: la timidez implica miedo a las interacciones sociales o dificultades para desenvolverse socialmente. Una persona introvertida puede estar animada en alguna fiesta, solo que prefiere estar solo o en grupos pequeños. Las facetas de este rasgo son afecto, asertividad, búsqueda de excitación o emociones y emociones positivas.

La cuarta categoría es la *Amabilidad-Dureza emocional*, que mide la calidez y la bondad de una persona estableciendo que, mientras más amable sea el sujeto, también será más compasivo, confiable y dispuesto a ayudar. En tanto, el rasgo contrario, que es la dureza emocional, describe personas frías, generalmente

desconfiadas y que no se encuentran dispuestas a cooperar o a proporcionar su ayuda. Las facetas de esta categoría son confianza, franqueza, altruismo, actitud conciliadora, modestia y juicio benévolo.

La quinta y última categoría es *Neuroticismo-Estabilidad emocional*, en este orden de ideas, las personas que tienen niveles altos de neuroticismo se preocupan frecuentemente y pueden sentir ansiedad o depresión con facilidad, en tanto que las personas que tienen bajos niveles del mismo rasgo, tienden a ser emocionalmente más estables y equilibradas. El neuroticismo está relacionado con diferentes problemas de salud, ya que la ansiedad y el estrés enferman al cuerpo de manera progresiva, especialmente si se lleva padeciendo de estos malestares por mucho tiempo. Las facetas de esta categoría son: ansiedad, hostilidad, depresión, ansiedad social, impulsividad y vulnerabilidad en estrés.

Por lo expuesto anteriormente, se puede afirmar que existen muchas teorías de la personalidad, cada una con sus enfoques particulares, sus propios conceptos e ideas, sin embargo, existen elementos en los que los autores concuerdan, uno de ellos es que la personalidad cuenta con características que diferencian al individuo de los demás, esto es lo que Allport llamó rasgos de la personalidad, los cuales se describen a continuación.

#### **1.4 Rasgos de la personalidad.**

Al tratar de describir a una persona se hace uso de ciertos términos como, por ejemplo: “es una persona amable, trabajadora, honesta, paciente, sociable...” esto puede traducirse a características de la personalidad, las cuales en conjunto se encargan de formar una combinación integral que da paso a la personalidad de un individuo.

Tal como se revisó en el tema anterior, según Allport, un rasgo es la unidad primaria de la personalidad, es decir, que si se crea una lista de rasgos acerca de una persona, esto proporcionaría una descripción sobre su personalidad, entendiendo que un rasgo se define como: “un sistema neuropsíquico generalizado y focalizado (peculiar al individuo), con la capacidad para hacer muchos estímulos funcionalmente equivalentes y para iniciar y guiar formas consistentes (equivalentes) de conducta adaptativa y expresiva” (Allport; 1938: 146).

Lo que esta definición sugiere es que los rasgos son un conjunto de elementos que interactúan entre sí, para guiar la conducta del sujeto según las diferentes situaciones o fenómenos que se presenten en el ambiente externo, con la finalidad de que la persona logre ejecutar una conducta adaptándose al ambiente en el que se encuentra, haciéndolo de una manera particular que lo distingue de los demás.

Allport (1938) propone que los rasgos se desarrollan con las experiencias que el sujeto vive a lo largo de su vida, y que pueden cambiar, ya que el individuo puede

aprender nuevas maneras de adaptarse al ambiente y responder a las situaciones que se le presenten. Se han identificado diferentes tipos de rasgos, de acuerdo con este autor:

El primer tipo son los *rasgos individuales*, que son poseídos por una sola persona, el segundo tipo son los *rasgos comunes*, que se presentan en muchas personas, pero en diferentes grados, es decir, aunque los individuos compartan un mismo rasgo, no será en la misma medida.

De acuerdo con lo anterior, es muy común que de manera cotidiana se utilicen rasgos comunes para describir a las personas, por ejemplo, podría decirse que Walt Disney era una persona creativa, o que Albert Einstein era una persona inteligente, sin embargo, la creatividad y la inteligencia son rasgos comunes que son compartidos por muchas personas, la diferencia es que algunas tienen más de ese rasgo y otras tienen menos.

Por otra parte, Allport (1938) clasificó los rasgos de la personalidad en tres niveles dentro de su teoría de los rasgos, cada uno con sus características y diferentes aspectos; el primer nivel son los rasgos cardinales, el segundo, los rasgos centrales y el tercero, los rasgos secundarios, los cuales se describen a continuación:

Los *rasgos cardinales* se desarrollan con el paso del tiempo, son los que le dan forma a la persona y sentido de sí misma, son tan dominantes que influyen en

las emociones, actitudes y el comportamiento de un individuo. Estos rasgos caracterizan la personalidad del individuo, por ejemplo, un rasgo cardinal de Abraham Lincoln fue su honestidad.

Los *rasgos centrales* son un conjunto de características que describen la personalidad de cada individuo, aunque no son tan dominantes como los cardinales, son las principales características que se utilizan para describir a otra persona. Según la teoría Allport (1938), cada persona tiene de entre 5 y 10 rasgos centrales que se encuentran presentes, estos pueden ser comunes como el ser inteligente, alegre o tímido, entre otros.

Los *rasgos secundarios* son aquellos que se relacionan con las actitudes o preferencias, se refieren a rasgos que las personas muestran de manera ocasional en algún momento o situación específica, estos son difíciles de detectar, ya que su manifestación es provocada de manera situacional, por diferentes estímulos, por ejemplo, una persona pacífica que se muestra agresiva ante una situación de robo.

En conclusión, la personalidad es lo que define quién se es, es la manera que caracteriza el pensar y actuar. Para comprender al ser humano, el estudio de la personalidad es fundamental, por lo que se han elaborado diferentes estudios y teorías que tratan de darle una explicación.

Las diversas teorías que existen sobre personalidad se basan en diferentes enfoques, como el social, el humanista y el psicoanalista, por lo que actualmente se

puede tener una visión más completa de lo que es la personalidad, cómo se conforma y cómo se desarrolla, todo ello al comparar las teorías y hacer una integración de las ideas y aportaciones que proponen los diferentes autores.

## **CAPÍTULO 2**

### **CIBERADICCIÓN**

La ciberadicción se ha convertido en los últimos años en un problema común, cada vez se puede observar con más frecuencia que los individuos del siglo XXI juegan con los celulares, tabletas electrónicas y computadoras, lo cual hace unas décadas no ocurría.

Los niños y los adolescentes salían a jugar con sus amigos, corrían, brincan y se divertían al pasar tiempo interactuando con otros, lo cual cada vez es menos común de observar, ya que ahora se prefiere jugar con algún dispositivo tecnológico en lugar de salir e interactuar. “La cultura del siglo XXI está cada vez más influenciada por los aconteceres del espacio psicosocial de Internet. El espacio real está siendo suplantado por uno virtual” (Balaguer; 2003: 25).

#### **2.1 Definición de ciberadicción.**

El aumento en el uso de la tecnología ha traído como consecuencia un fenómeno descrito como la necesidad de estar en contacto permanente con los medios electrónicos, aunque no se estén usando. En dicho sentido, se puede observar que incluso, la separación de dichos medios provoca ansiedad y/o angustia en los individuos, mostrando una conducta desesperada que se observa de manera más frecuente entre los jóvenes.



Este fenómeno ha llamado la atención de los investigadores, proponiendo que al igual que con sustancias adictivas, el cerebro se habitúa al uso de la tecnología que, de cierta forma, le ayuda a evitar el afrontamiento con situaciones que ponen en riesgo la estabilidad mental.

La humanidad vive en la actualidad en una época en la que todos los jóvenes tienen algún tipo de contacto con la tecnología de manera cotidiana, por tanto, la mayoría de ellos cuenta con un celular o dispositivo electrónico, el cual usan de manera constante. La tecnología se ha vuelto parte común de la vida, ya que no pasa un día sin que se haga uso de ella.

Para Serna (2017), las adicciones no distinguen género, edad, clase social, raza o nivel económico, ya que se pueden presentar en cualquier momento de la vida de cualquier persona, sin embargo, en la etapa de la adolescencia es donde algunas pueden hacerse más evidentes, debido a la tolerancia social que existe hacia ellos y a la exploración de nuevas conductas realizadas por los mismos jóvenes al llegar a esta etapa de la vida. “Las adicciones, sobre todo las comportamentales, no parecen distinguir entre género ni edad, pudiéndose presentar en cualquier momento de la vida, aunque es durante la adolescencia donde parece que algunas se hacen más patentes” (Serna; 2017: 5).

De la misma manera en que los jóvenes pueden experimentar conductas positivas o saludables, también experimentan con conductas negativas y es en este punto cuando aparecen las primeras prácticas adictivas, por tanto, se plantea que de

la misma forma en que sucede con el uso de drogas, el cerebro reacciona al uso cotidiano y permanente de los dispositivos electrónicos, generándose la ciberadicción.

Al hablar de ciberadicción, se ven involucrados dos conceptos, los cuales son adicción e internet. Todos han escuchado hablar sobre el internet, la mayoría de las personas lo han utilizado por lo menos una vez en su vida, pero pocos se preguntan lo que verdaderamente es el internet y cuál es su finalidad. Para Balaguer (2003), el internet es una herramienta creada por el hombre del siglo XX, la cual forma parte de la tecnología que este ha desarrollado a lo largo de su historia y es a la vez un medio de búsqueda de información.

El internet puede ser utilizado para muchas situaciones, generalmente ha sido usado para buscar información, así como también para navegar en distintos buscadores; también es una herramienta para el intercambio de información académica, es un medio de comunicación, incluye música, videojuegos y distintas plataformas online, por lo cual el internet presenta un gran abanico de opciones para la vida de los sujetos.

Respecto a las adicciones, para Gavilanes (2015) no solamente se refieren al consumo de sustancias químicas, alcohol, nicotina, marihuana o alguna clase de medicamentos, sino que también existen otros tipos de adicciones, las cuales se nominan como adicciones psicológicas o adicciones sin droga, las cuales son consecuencia de conductas repetitivas realizadas por una persona y que le resultan

placenteras en un principio, pero conforme va avanzando el tiempo, el sujeto va perdiendo el control sobre esta conducta.

En ese sentido, se puede ir revisando por qué el uso constante de los medios electrónicos conectados a las redes virtuales comienza a identificarse como una adicción ya que, tal como lo dice el autor anterior, se va a identificar por conductas repetitivas y que reportan un grado considerable de placer, al cual se aficiona el individuo y también busca de forma constante. Tan solo el hecho de observar el rostro de las personas que están manejando dichos instrumentos permite darse cuenta de ello, debido al grado de concentración que muchas veces va acompañado de sonrisas, expresiones de respuesta a lo revisado y el aislamiento a su entorno.

Si se puede imaginar lo anterior, también es posible comprender la ansiedad, angustia y enojo que el sujeto presenta en el momento en que se ve obligado a regresar al mundo real que le exige y le impone, y por ello, su esfuerzo por estar mucho más tiempo conectado con el mundo virtual que se ajusta a sus intereses y necesidades, desarrollando así la adicción al mundo de la web.

Continuando en ese tenor, según Jean y Lejoyerux (2003) señalan que la ciberadicción, también conocida como adicción al internet, se puede definir como la pérdida de control frente al uso normal del internet, consiste en utilizar de manera excesiva el internet a través de diferentes dispositivos, como son las computadoras, celulares o tabletas electrónicas, entre otros dispositivos, lo cual interfiere con la vida

diaria del sujeto y desencadena distintas consecuencias en diferentes áreas de la vida.

Se puede asumir, por tanto, que existe un trastorno de ciberadicción cuando la persona pasa la mayor parte del día conectada a la red a través de cualquier dispositivo tecnológico que se lo permita, generando tensión ante la carencia del mismo, así como el esfuerzo que realiza para tener acceso a esta actividad, interfiriendo incluso con las actividades que el sujeto realiza de manera cotidiana en su vida normal.

El uso del internet reduce el tiempo de la persona para dedicarse a otras actividades, esta condición puede aumentar gradualmente hasta el punto en que el individuo deje de realizar las actividades que antes efectuaba de manera normal, afectando las áreas sociales, laborales y emocionales de su vida cotidiana.

Es mayor el tiempo que estas personas pasan conectadas a sus dispositivos que el que pasan conectados a su realidad, a las personas que les rodean y a su propia vida; en eso consiste el factor de riesgo: cuando los jóvenes invierten todo su tiempo libre en el uso de dispositivos para mantenerse conectados a internet, perdiendo así contacto con otros individuos y, muchas veces, con la realidad.

## **2.2 Ciberadicción como adicción psicológica.**

Las adicciones no solamente se refieren a la dependencia física de algo, también se refieren a la dependencia psicológica hacia algo, cada vez surgen nuevas

adicciones, las cuales hace varias décadas no representaban una problemática o incluso eran inexistentes; durante este siglo, la humanidad se ha enfrentado a diferentes adicciones.

Respecto a las adicciones del siglo XXI, Guerreschi (referido por Pacher; 2009) habla de las nuevas dependencias, también llamadas nuevas adicciones o adicciones psicológicas, cuya principal característica es que no interviene ninguna sustancia química; el objeto de la dependencia del sujeto puede tratar de diferentes actividades que son socialmente aceptados y lícitos. Entre las diferentes dependencias que se pueden presentar en un sujeto, las más comunes son la dependencia a las compras, trabajo, alimento, sexo, internet y juegos de azar.

En ese sentido, las adicciones pueden ser desarrolladas hacia un objeto común o alguna actividad cotidiana, que para otras sea algo normal el consumir alguna sustancia o realizar una conducta, sin embargo, el punto culminante para desarrollar una adicción es el exceso, el consumir o realizar de manera repetida, constante y duradera una acción. Respecto a esto, Treuner y Furedi (2001) indican que las adicciones se caracterizan por la falta de control y la dependencia referente hacia la realización de cierta actividad que sea satisfactoria para el sujeto.

En toda adicción, llega un punto en el que el sujeto se vuelve esclavo del estímulo o la acción: no puede dejarlo, el control y el poder que tenía sobre la decisión desaparecen, solamente sabe que necesita hacerlo y genera una dependencia psicológica hacia el objeto de la adicción.

Con base en lo anterior, Alvarado (referido por Gavilanes; 2015) señala que en una adicción psicológica intervienen factores genéticos, psicológicos, sociales y ambientales que influyen en el desarrollo de la dependencia hacia ciertas actividades, por ejemplo, en la sociedad actual el uso del celular y del internet son muy comunes, lo cual puede ser un factor que favorece la ciberadicción en un sujeto.

De acuerdo con el mismo autor, las adicciones psicológicas muestran un patrón común, las etapas evolutivas que se presentan en el sujeto son las siguientes:

Una primera etapa es que *la conducta le produce placer al sujeto y es gratificante*. La persona busca el realizar la acción porque le gusta, siente una gran satisfacción y bienestar al ejecutarla, entra en un estado de comodidad, en donde lo único que importa es el mismo y las sensaciones agradables que experimenta, es un momento en donde la persona realiza aquello que le produce placer.

Una segunda etapa es que *existen pensamientos recurrentes relacionados con la conducta* en momentos en los que la persona realiza otras actividades. La persona está pensando constantemente en realizar una actividad específica, aunque se encuentre ejecutando acciones diferentes, como el estar en una clase o en el trabajo, el sujeto fantasea con el momento de hacer la conducta.

La tercera etapa es que *la conducta se hace más frecuente*, tanto que el sujeto pierde el interés por realizar actividades diferentes. A la persona solamente le interesa una tarea, realizar aquella acción que tanto le agrada y que necesita para

sentirse bien, por lo tanto, todo lo demás que sucede a su alrededor se vuelve insignificante y pierde importancia.

La cuarta etapa es que *aparece un proceso de negación*, en el que la persona ignora y niega la importancia que tiene la actividad para ella. Es común que cuando alguien realiza constantemente una actividad, quienes le rodean empiezan a señalarle que es mucha la cantidad de tiempo que pasa ejecutando dicha actividad, a lo cual la persona responde negando tal afirmación y aclarando que él tiene el control completo y puede realizar o dejar de realizar la acción cuando quiera.

Una quinta etapa es que *surge un deseo en el sujeto cada vez más intenso de realizar la actividad*, además, existen altas expectativas sobre aliviar el malestar y el placer que le producirá el hacer la actividad. Cuando la persona se vuelve dependiente a ella, cada vez que pasa mucho tiempo sin ejecutarla comienza a sentirse mal, empieza a sentirse ansiosa, cae en un círculo vicioso, ya que la falta del estímulo le causa malestar y este lo lleva a la búsqueda del estímulo.

En la sexta etapa *la conducta es mantenida por la persona*, a pesar de que comienza a experimentar consecuencias negativas; en este punto, la persona se justifica con la creencia de que no existe ningún problema. Aunque el realizar de manera constante la actividad haya llevado al sujeto a un aislamiento del mundo, a dejar de lado sus demás actividades y tener enfrentamientos con las personas que señalan su problemática, tiene la firme creencia de que no existe problema alguno.

La séptima etapa es que *con el paso del tiempo los síntomas y la conducta aumentan gradualmente*, en este punto la persona comienza a darse cuenta de su dependencia y trata de controlar su conducta con varios intentos fallidos. El sujeto se da cuenta de que algo no anda bien, comienza a ser consciente de las consecuencias negativas que le ha traído su dependencia, además, busca demostrar que él tiene el control, sin embargo, falla constantemente.

En la octava etapa *el sujeto mantiene la conducta por el alivio del malestar* que le proporciona el realizarla, pero esta sensación cada vez dura menos. En este punto, la persona necesita realizar la acción para sentirse bien, no puede pasar mucho tiempo sin ella, ya que cada vez el bienestar que le produce se limita al tiempo que dure ejecutando la conducta.

La novena etapa es que *el sujeto muestra cada vez menos tolerancia a las frustraciones* de la vida cotidiana, por lo que el realizar la actividad a la que es dependiente se convierte una en salida, un escape de la realidad. Cuando el sujeto realiza aquella acción a la que es dependiente, entra en un lugar donde solamente se encuentra él y el mundo deja de existir; por un momento, los problemas y preocupaciones desaparecen.

En la décima y última etapa *la conducta adictiva aumenta en gravedad*, hasta que algún acontecimiento afecte al sujeto de manera significativa, de modo que el sujeto comienza a buscar ayuda, ya que no pudo controlar por sí mismo la situación.



En este punto, el sujeto acepta que tiene un problema, lo que motiva a las personas a salir a buscar una solución, ya que ellos solos no pueden con su problema.

De acuerdo con las etapas descritas anteriormente, la ciberadicción es considerada como una adicción específicamente psicológica que comparte características comunes de las adicciones en general. Griffiths (referido por Pacher; 2009) afirma que cualquier comportamiento que cumpla con los 6 criterios siguientes será considerado como una adicción:

El primer criterio es la *saliencia*, la cual se refiere a cuando una actividad específica se convierte en la más importante en la vida del sujeto, y domina su pensamiento, sentimientos y conducta. Un ejemplo de este criterio son aquellas personas que viven obsesionadas con su trabajo, al grado que se vuelve la actividad más importante y ocupa todo su tiempo, ya que al término de la jornada laboral continúa trabajando en casa.

El segundo criterio es la *modificación del humor*, esto se refiere a que el humor del sujeto depende de la realización de la actividad específica, es decir, cuando se encuentra realizando la actividad a la cual es dependiente, se puede decir que se pone de buen humor, en cambio, cuando pasa mucho tiempo lejos del estímulo puede estar muy irritable y de un pésimo humor.

El tercer criterio es la *tolerancia*, este punto se refiere a incrementar la realización de una actividad para lograr ciertos efectos placenteros para el sujeto. El sujeto que se ha vuelto dependiente a un estímulo o la realización de una actividad se vuelve cada vez menos tolerante a lo que le rodea, ya que se ha vuelto una costumbre buscar la gratificación inmediata para aliviar su necesidad de dependencia.

El cuarto criterio es el *síndrome de abstinencia*, lo cual se refiere a estados emocionales desagradables acompañados de efectos físicos que surgen como consecuencia de interrumpir la actividad. Cada vez que el sujeto se encuentra lejos del estímulo al cual se ha vuelto dependiente, comienza a presentar una serie de malestares, los cuales son físicos (aceleración del pulso cardíaco) y emocionales (nerviosismo e irritabilidad).

El quinto criterio es el *conflicto*, este se refiere a los distintos problemas que surgen en distintas áreas de la vida del sujeto como consecuencia de la realización excesiva de la actividad. El sujeto atraviesa diferentes problemáticas a causa de su adicción, presenta problemas en distintas áreas como la familiar, laboral, social y personal.

El último criterio es la *recaída*, el cual se refiere a la tendencia del sujeto a regresar a la realización excesiva de la actividad después de meses o años de controlar su conducta. Las recaídas son parte de las adicciones, es muy común que

una persona con este problema se interne en un centro especializado, después de un tiempo sea dado de alta y en algún momento regrese a internarse de nuevo.

Como se ha descrito, la ciberadicción presenta síntomas y cumple con los criterios de una adicción, sin embargo, como se ha mencionado anteriormente, las adicciones no se dan solamente por una dependencia física, sino que también existe una dependencia psicológica detrás, ya que el placer y la sensación de bienestar emocional son los principales promotores de las conductas dependientes. Una vez que se ha descrito esto, se revisará la sintomatología que presentan las personas con ciberadicción.

### **2.3 Síntomas de la ciberadicción.**

Se considera que un sujeto es adicto al internet cuando presenta una total falta de control relacionada con el uso de aparatos tecnológicos que le permitan estar conectado a internet, manifestándolo con un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. La persona que presenta ciberadicción realiza un uso excesivo de él, lo cual genera distorsiones en sus objetivos personales, familiares, sociales y laborales. Los sujetos pueden llegar a un punto en que no les interese ninguna otra situación o actividad fuera de mantenerse conectado a internet.

Goldberg (2007) propone la primera definición de los trastornos relacionados con el uso del internet, este autor considera que para hablar de que una persona padezca ciberadicción deben estar presentes los siguientes síntomas:

El primer síntoma es la *necesidad de aumentar la cantidad de tiempo de conexión a internet*. Debido a que el tiempo que la persona pasa conectada a la red va aumentando de manera gradual, cada vez es más el tiempo que invierte en ello a través de sus diferentes dispositivos electrónicos, debido a que siente gran comodidad al estar conectada, por lo que busca extender esa sensación lo más posible.

El segundo síntoma son las *reacciones ante la abstinencia de internet*. Se presentan diferentes síntomas y reacciones en el sujeto al estar desconectado del internet o al privarse de los dispositivos que le permiten tener esta conexión, los más comunes y los más importantes se enumeran a continuación.

1. Agitación psicomotora.
2. Ansiedad.
3. Pensamientos obsesivos respecto al internet.
4. Fantasías o sueños relacionados con el internet.

El tercer síntoma son los *daños en el área social, laboral o en otras áreas importantes de la vida del sujeto*. El tener este tipo de adicción provoca diversos cambios en la rutina del sujeto, normalmente comienza a afectar el área social y el de las relaciones interpersonales, ya que el sujeto comienza a aislarse de los demás, lo que posteriormente le provoca diferentes problemáticas en el área escolar o laboral.

El cuarto síntoma es *el uso del internet tiene como objetivo aliviar ansiedad*. Comúnmente, los sujetos que padecen esta adicción tienen ciertos niveles ansiedad, la cual se disminuye o se minimiza con la navegación por internet, convirtiéndose en una salida para que puedan liberar su ansiedad a través del uso del internet; esta acción se convierte en un escape, donde el sujeto puede sentirse tranquilo, algunas personas afirman que el mantenerse conectados a internet a través del celular les ayuda con su ansiedad.

El quinto síntoma es que la persona *se conecta con internet de manera frecuente y por tiempos más largos de los esperados*. Cada vez es mayor la frecuencia y el tiempo que el sujeto pasa conectado a la red, estos dos factores van aumentando al igual que la adicción va progresando, este es uno de los indicadores más comunes e importantes en la ciberadicción, se puede observar a personas que no se separan del celular, todo el día transcurre mientras ellos lo utilizan y no se separan del dispositivo.

El sexto síntoma es que *se reducen o dejan de realizarse otras actividades de tipo social, escolar, laboral y recreativo*. El sujeto se encuentra totalmente inmerso en un mundo virtual, por lo que el mundo real pierde importancia y de manera paulatina se dejan de realizar actividades debido a la pérdida de interés que el sujeto tiene en ellas. Es común ver a las personas aisladas de los demás por estar inmersas en sus celulares, ya que prefieren mantenerse conectados que convivir directamente con los demás.

El séptimo síntoma es que *se continúa utilizando el internet a pesar de padecer diversas problemáticas por su uso*. Después de un tiempo de presentar esta adicción, el sujeto tiene diferentes conflictos en distintas áreas de su vida, por ejemplo, problemas físicos, sociales, laborales, psicológicos, conyugales, pérdida de sueño, entre otros, y a pesar de todo lo que le genera al sujeto el uso excesivo del internet, no reduce su uso, sigue utilizándolo constantemente.

Además de los síntomas expuestos anteriormente, Pacher (2009) considera que el padecer esta adicción le trae consigo al sujeto una serie de problemas en distintas áreas de su vida, así como también comienza a presentarse una serie de problemas en el funcionamiento corporal de la persona, las problemáticas más comunes se mencionan a continuación.

La problemática más común son los *trastornos del sueño*, los cuales surgen como consecuencia de estar conectado mediante algún dispositivo a internet hasta altas horas de la noche, muchas personas afirman que utilizar el celular antes de dormir produce alteraciones en el sueño, como el insomnio, por lo cual es recomendable dejar de utilizar el celular por la noche para poder dormir adecuadamente.

La segunda problemática es el *cansancio excesivo*. Al no tener las horas de sueño necesarias para tener una buena regeneración y un buen descanso, estas personas se encuentran cansadas durante su día, es común escucharlas quejándose

de que no pueden dormir bien y que se sienten muy cansadas, lo cual afecta su rendimiento en las tareas de la vida cotidiana.

Una tercera problemática es el *debilitamiento del sistema inmunológico*. Surge como consecuencia de la falta de horas de un sueño reparador, lo cual provoca que el sujeto tenga una mayor predisposición a enfermarse, el sueño es necesario para el cuerpo, las células deben descansar para tener una regeneración, estar listas para las tareas del día siguiente, es lo que ayuda a recargar el cuerpo de energía y a mantenerlo sano.

Una cuarta problemática es la *irregularidad en la alimentación*. El sujeto que sufre esta adicción comúnmente se salta las comidas de manera voluntaria o involuntaria, con el objetivo de utilizar todo el tiempo posible para mantenerse conectado a internet. Muchas veces, las personas con ciberadicción piensan que el comer les quita tiempo del que pasan conectados, por lo que comen muy poco, a horarios muy irregulares y comúnmente lo hacen sin desconectarse del dispositivo electrónico.

Una quinta problemática es el *descuido personal*. La persona pierde interés por las actividades que no tengan que ver con navegar por el internet, por lo que comienza a dejar de cuidar su apariencia y su higiene, el cuidado y la limpieza personal requieren tiempo; en el caso de las personas que padecen esta adicción, los hábitos de limpieza se perciben como una pérdida de tiempo y se vuelven descuidados en este aspecto.

Una sexta problemática es el *síndrome del túnel carpiano*. El cual causa gran dolor y adormecimiento en las manos, surge por la posición de la mano para manipular el *mouse*, debido a que estas personas pasan mucho tiempo frente a la computadora, así como este padecimiento físico existen otros, por ejemplo, el dolor de los pulgares por pasar largas horas utilizando el celular.

Una séptima problemática es la presentación de *migrañas*. Esto se refiere a intensos dolores de cabeza producidos por las horas excesivas frente a una pantalla, sin embargo, esto no representa un gran impedimento para seguir conectados a la red, algunas personas creen que la luz de los dispositivos electrónicos tiene varios efectos negativos en el cuerpo humano, lo cual ha sido comprobado de manera científica, estos daños se han disminuido debido a los avances tecnológicos de las últimas décadas, sin embargo, este puede ser el factor que desencadena las migrañas.

Una octava problemática que se presenta son los *problemas oculares*. Como consecuencia de pasar mucho tiempo en distintos dispositivos tecnológicos; tal como se expuso en el punto anterior, la luz que emiten las pantallas puede provocar daño a los ojos, debido a la gran cantidad de tiempo que se pasa frente a la pantalla, este deterioro de la visión se puede comprobar en las personas que trabajan frente a un computador de manera cotidiana.

Los síntomas y las consecuencias que trae consigo la ciberadicción son variados, ya que no se limitan solamente a las molestias físicas, sino que también



incluyen factores internos del individuo, como son los psicológicos, que afectan de manera personal e individual al sujeto, así como también es influido en el área social, laboral o escolar y en sus relaciones con los demás. Por lo cual se puede decir que la ciberadicción es un padecimiento que desencadena diversas consecuencias en diferentes áreas de la vida del sujeto. Esta condición puede prevenirse y detectarse de manera temprana conociendo los factores que riesgo, los cuales se describirán a continuación.

#### **2.4 Factores de riesgo de la ciberadicción.**

Existen diferentes factores que pueden proporcionar las condiciones para que una persona tenga un libre acceso y utilización excesiva del internet, esto posteriormente podría terminar en una adicción al internet. Según Muñoz y cols. (referido por Pérez; 2013), existen dos factores principales por los que se propicia el uso excesivo del celular:

Los primeros son los *factores de vulnerabilidad psicológica*, los cuales tienen que ver con cuestiones internas del sujeto, como puede ser la baja autoestima, extraversión o impulsividad, entre otros. Este punto se refiere totalmente a las características personales de tipo psicológico que pueden hacer a la persona vulnerable a este tipo de adicción.

Los segundos son los *factores sociodemográficos*, los cuales tienen que ver con las condiciones de vida de la persona y el ambiente que la rodea, por ejemplo, la

edad que tiene o cuándo obtuvo su primer celular, entre otros. Estos factores hacen referencia al ambiente en el que se encuentra la persona y en que interactúa constantemente.

Wanajak (referido por Pérez; 2013) propone una clasificación de diversos factores que se deben tomar en cuenta al hablar de ciberadicción, ya que estos suponen un riesgo para que una persona padezca de esta afección, así como también los aspectos positivos y negativos que trae consigo el uso excesivo del internet, los cuales se mencionan a continuación.

#### A) Factores personales.

El primer factor personal es el *género*. Según la Organización Mundial de la Salud, el género se refiere a los conceptos sociales relacionados con las actividades, funciones, comportamientos y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres. Es común ver a los padres diciendo a sus hijos que los niños no juegan con muñecas, este factor se refiere aquello que las mujeres o los hombres deben o no hacer por el simple hecho de pertenecer a ese sexo.

El segundo factor personal es la *edad*, que se refiere a la etapa de vida en la que se encuentra el sujeto. Esta clasificación se realiza de acuerdo con el rango de años al que pertenece el sujeto, la clasificación más común es la infancia, adolescencia, adultez y vejez. Se ha encontrado que la edad de mayor riesgo para la

ciberadicción es la adolescencia, debido a que los jóvenes se encuentran en mayor contacto con la tecnología durante esta etapa.

El tercer factor personal es el *tiempo que se lleva utilizando el internet*. Dentro de este elemento se debe considerar el tiempo que el sujeto ha estado en contacto con el internet y ha tenido acceso a él, así como también para qué tipo de actividades lo utiliza de manera común, no es lo mismo el caso de una persona que no cuenta con internet en su casa y se conecta en algún establecimiento por una o dos horas, que alguien que tiene internet en casa y pasa todo el día conectado.

El cuarto factor personal es la *personalidad*, el cual se refiere al estilo propio de un individuo, su forma de pensar, sentir, comportarse y adaptarse; este factor es de suma importancia, ya que el poseer ciertos rasgos de personalidad, puede hacer al sujeto vulnerable a la ciberadicción. Se señala que individuos con ciertas características son más propensos a utilizar el internet en exceso.

El quinto factor personal es la *desinhibición*, el cual se refiere a que el sujeto puede actuar dentro del mundo virtual sin las limitaciones impuestas por la sociedad, o incluso las impuestas por sí mismo, ya que se reduce el miedo o la vergüenza que le impedirían actuar en una situación de la vida real, esto hace más atractivo el uso del internet para la persona, ya que se siente libre de actuar como quiera.

El sexto factor personal es el *anonimato*, que es un poder del que las personas buscan sacar el mayor provecho posible, ya que si permanecen ocultos no

deben hacerse responsables ni aceptar las consecuencias de ningún acto o situación; por este factor, algunas personas no se limitan o contienen sus comentarios o publicaciones, ya que no tienen que responder por ellos después.

El séptimo factor personal es la *evitación de problemas personales*; al conectarse a internet, el sujeto entra a un mundo virtual donde todo es posible, donde no tiene ningún problema y no hay necesidad de tomar decisiones importantes o definitivas, donde puede escapar de su realidad. Como se ha mencionado anteriormente la red se vuelve una distracción para el sujeto y sus problemas desaparecen mientras se encuentra en ella.

El octavo factor personal es la *facilidad para evadirse*, ya que al estar conectado al ciberespacio el sujeto entra a otra realidad, donde todo lo que ocurre en su vida cotidiana no tiene importancia, de esta manera puede evitar aquellas situaciones que le desagraden o le preocupen, el mantenerse conectado hace que el sujeto evada su realidad.

#### B) Factores de internet:

El primer factor es el *tiempo que se pasa conectado a internet*, ya que este componente será determinante para la detección de la ciberadicción, es más propensa a tener esta adicción una persona que pasa más horas conectada que alguien que solo pasa una hora.

El segundo factor son las *actividades que se realizan en línea*, se refiere a el uso que el sujeto le da al internet, es decir, para qué se conecta, qué actividades o plataformas son las que más se frecuentan y con qué finalidad; actualmente, las personas se conectan a internet con más frecuencia para estar dentro de alguna red social.

### C) Factores familiares:

El primer factor es el *control parental*, se refiere a qué tan pendientes se encuentran los padres de las actividades que realizan sus hijos, qué tantas reglas existen en casa y qué tanta libertad de acción tiene el menor. Una persona sin restricciones sobre el uso del internet lo usará de manera prolongada y cada vez que le plazca.

El segundo factor es el *acceso a internet en casa*, se refiere a si los sujetos cuentan con servicio de internet en su vivienda, es decir, la facilidad o dificultad con la que se puede acceder a internet; actualmente, este servicio se ve como algo indispensable, algunas personas lo conciben tan importante como tener electricidad o agua en casa, por lo que es indispensable contar con él.

El tercer factor es el *conocimiento de los padres acerca del internet*, se refiere a qué tanto saben los padres del sujeto acerca de este recurso, qué tan ajenos o cercanos se encuentran a las nuevas tecnologías y qué tanta comprensión tienen

sobre ellas; algunos padres se mantienen ajenos a las nuevas tecnologías, pero en los últimos años otros se han ido actualizando y haciendo uso de ellas.

#### D) Factores comunitarios:

El primer factor es la *influencia de los grupos sociales*, se refiere al tipo de personas con las que se relaciona el sujeto, ya que, si utilizan en exceso el celular, internet, las redes sociales, entre otros, es probable que el sujeto comience a adoptar estos hábitos para adaptarse al grupo, en busca de la aceptación y del sentido de pertenencia.

El segundo factor es el *ambiente escolar*, que se refiere a cuáles son las circunstancias de la escuela a donde asiste la persona y qué tanto se recurre a la tecnología dentro de esa institución; existen escuelas en donde hay internet libre para que los estudiantes lo utilicen, así como también existen instituciones en donde el uso del celular está limitado y otras en donde no lo está.

El tercer factor es el *entorno comunitario*, que se refiere a qué tan cotidiano es en la comunidad del sujeto el acceso a internet y el uso de la tecnología de manera habitual, es decir, ya que puede ser más fácil para una persona el acceder a estos servicios que para otra.

#### E) Factores positivos.

Con el uso constante del internet vienen consecuencias positivas para el sujeto, lo cual puede ser reforzante de su conducta, algunos de los beneficios más relevantes son los siguientes:

- Mejores relaciones con su grupo de amigos. Este punto se refiere a que el internet conecta a las personas y mantiene a los amigos en constante contacto virtual.
- Posibilidad de aprendizaje y obtención de conocimientos. El internet es una fuente de conocimiento, el que esté disponible es utilizado para incrementar los conocimientos sobre un tema o aprender de uno nuevo.

#### F) Factores negativos.

El uso del internet de manera excesiva le puede traer al sujeto diversas consecuencias perjudiciales para su vida, los más significativos son los siguientes:

- Problemas en el funcionamiento académico: es común que los jóvenes utilicen sus celulares durante las clases, perdiéndose así el contenido y la continuidad de las clases, lo cual afecta en el desempeño escolar y en sus calificaciones.
- Problemas sociales: si bien es cierto que el internet acerca a las personas que se encuentran separadas por la distancia, también es cierto que

separa a quienes se encuentran cerca; son comunes las peleas con las personas que rodean al sujeto por el constante uso del internet.

Como complemento de los factores anteriores, un estudio realizado por Álvarez, y cols. (referido por Pérez; 2013) sugiere algunos factores que destacan en este tipo de adicción:

El primer factor es el *aburrimiento y la carencia de relaciones sociales*. Las personas pueden recurrir a la utilización de dispositivos para conectarse a internet en sus tiempos de ocio y con mayor frecuencia cuando se encuentran solas, ya que recurren al ciberespacio para pasar su tiempo libre; mientras este sea mayor, más tendrán la idea de pasarlo conectados a la red.

El segundo factor es la *falta de habilidades para desenvolverse en el mundo real que les rodea*, ya que mediante el uso del internet se facilita el proceso de establecer vínculos con los demás, es más cómodo y menos aterrador para la persona el relacionarse con los demás a través de un monitor, además, no existe realmente un compromiso, es decir, en el momento que las personas decidan pueden dejar de contactarse a través del internet.

El tercer factor es *la timidez*, que se incrementa con el uso excesivo del internet en lugar de disminuir; la persona va perdiendo el gusto por interactuar cara a cara, prefiriendo de manera total el contacto virtual, deja de intentar relacionarse con



los demás por miedo a ser juzgada, ya que se siente más cómoda relacionándose de manera indirecta.

El cuarto factor es la *búsqueda de sensaciones en personas solitarias*; quienes que no poseen una vida social activa, buscan relacionarse con los demás a través del uso de la tecnología, ya que de esta manera satisfacen sus necesidades sociales, sin embargo, este contacto virtual va deteriorando las habilidades sociales por la falta de contacto con personas reales.

El quinto factor son los *bajos niveles de autoestima*; las personas con poca confianza en sí mismas suelen utilizar las nuevas tecnologías para relacionarse con los demás, debido a que no se sienten capaces de hacerlo en persona, lo cual está relacionado con la timidez que se abordaba en factores anteriores y la falta de habilidades sociales.

Anteriormente, se han abordado diferentes factores de riesgo de la ciberadicción. Continuando con ellos, Zboralski (referido por Pérez; 2013) afirma que existen algunos aspectos que se deben considerar para este tipo de adicción, los factores de riesgo más importantes en la ciberadicción se mencionan a continuación.

El primer factor de riesgo es *la juventud* (edad en la que se encuentra la persona), generalmente los adolescentes son los más vulnerables a padecer este tipo de adicción, debido a que el interés por las nuevas tecnologías está en su apogeo y la influencia de los grupos sociales es muy fuerte.

El segundo factor de riesgo son *pocas relaciones sociales*; en el caso de quienes carecen de una vida social, sus necesidades sociales no pueden ser satisfechas en el mundo real, por lo que buscan satisfacerlas de otras maneras, siendo perfecto el mundo virtual para cubrirlas. Las personas buscan amigos a través de las redes sociales y mantienen largas conversaciones con ellos, incluso pueden mantener este tipo de contacto diariamente.

El tercer factor de riesgo es el *ambiente familiar disfuncional*, muchas de las alteraciones que presentan las personas están relacionadas con las situaciones o las problemáticas que se tienen en casa, la deficiente relación entre los miembros o la intolerancia dan paso a diversas consecuencias negativas para la persona: dado que no puede convivir pacíficamente con los miembros de su familia, busca la convivencia a través del medio virtual, que le permite conectar con otros estando en casa.

El cuarto factor de riesgo es la *agresividad*, se refiere a personas irritables que tienen una poca tolerancia a la frustración y que buscan gratificación inmediata pueden encontrarla en el mundo virtual. Algo maravilloso del internet es que cuando se busca algo se encuentra de manera inmediata, además de abrir una amplia gama de opciones para proporcionar al sujeto la mejor experiencia con su búsqueda.

El quinto factor de riesgo son los *niveles altos de ansiedad*; en este sentido, la persona descarga su ansiedad mediante la utilización de dispositivos electrónicos para conectarse a internet, más comúnmente el celular, ya que es el dispositivo más

accesible y fácil de transportar consigo en todo momento, se puede observar a personas ansiosas mandar textos rápidamente a diferentes personas con las que mantiene sendas conversaciones, satisfaciendo así su necesidad de realizar una actividad.

Este autor señala un factor de riesgo muy importante, estando de acuerdo con los factores mencionados anteriormente. Carbonell (referido por Pérez; 2013), señala que el factor de riesgo principal son los padres que no tienen ningún conocimiento sobre cuestiones tecnológicas ni sobre el internet, por lo cual los adolescentes no cuentan con limitaciones para su uso y, hasta cierto punto los padres perciben estas conductas como normales o sin ningún significado.

Como un complemento de los factores mencionados anteriormente y una síntesis de los mismos, Tsai (referido por Pérez; 2013) afirma que existen tres factores de riesgo principales a los que se debe de prestar atención, ya que pueden desencadenar en una ciberadicción, los cuales se describen a continuación.

El primer factor es la *estabilidad mental que posea el sujeto*. Esto se refiere a los recursos con los que cuenta la persona para enfrentarse a diversas situaciones en su vida diaria: mientras más recursos se posean, menor será el riesgo para que el sujeto caiga en la ciberadicción, ya que será mayor su control y su independencia al uso de las nuevas tecnologías para mantenerse conectada a la red.

El segundo factor es el *apoyo social deficiente*; en las escasas relaciones sociales que el sujeto mantenga, la ausencia de personas que se relacionen con el sujeto, lo hacen buscar sus propias redes de amigos, las cuales él mismo puede elegir a sus gustos y preferencias, puede encontrar a quienes tengan muchas características en común, para hacer tener horas de conversación por delante.

El tercer factor son los *rasgos de personalidad neurótica* que se presentan en el individuo. Que el que el sujeto posea ciertos rasgos de personalidad, en este caso neurótico, lo puede hacer más propenso a desarrollar la ciberadicción. Como se ha mencionado anteriormente de acuerdo con los autores ya presentados, el tener ciertas características o rasgos personales predispone a la persona a la dependencia del internet.

En el sentido del texto anterior, un estudio realizado en Estados Unidos en el año 2006 con treinta pacientes ingresados en una institución mental con el diagnóstico de adicción a internet, mostró los siguientes resultados, la edad promedio de los adictos fue de 18.3 años, los rasgos de personalidad más frecuentes fueron los antisociales, el 80% de los participantes del estudio tuvo historial de disfunción familiar, el 56.7% de los participantes tuvo antecedentes psiquiátricos familiares, los síntomas más relevantes fueron irritabilidad y afecciones en el desempeño académico (Pérez; 2013).

En conclusión, con el texto descrito anteriormente se puede comprobar que los factores de riesgo que plantean los distintos autores son en verdad significativos

para el desarrollo de este padecimiento, además, todos ellos coinciden en los elementos que pueden hacer predisponente a un sujeto a la ciberadicción. Se debe poner atención a la alteración en cualquiera de estos factores, ya que son señales de alarma que pueden ayudar a detectar un problema a edad temprana e incluso a prevenirlo.

## **2.5 Uso del internet.**

El internet se puede diversos usos y da acceso a una gran cantidad de plataformas a las que el individuo puede conectarse de manera relativamente sencilla si se posee algún dispositivo tecnológico. “Internet es un campo extremadamente fértil para la investigación tanto online como offline. La red ofrece posibilidades increíbles de investigación de los sucesos que se dan en ella y los que se generan fuera y a partir de sí misma” (Balaguer; 2003; 17). Aunque Internet es el banco de información más grande creado de la historia, cada persona lo utiliza, de manera cotidiana, para conectarse a cierta plataforma de manera más frecuente de la que se conecta a otras, es decir, algunas personas pasan la mayor parte del tiempo utilizando aplicaciones como redes sociales y juegos.

Como se ha mencionado en el texto anterior, una de las actividades que se ha vuelto muy común en los últimos tiempos es utilizar el celular para mantenerse conectado a internet, estos aparatos incluyen cada vez más funciones que les permiten tener acceso a distintas plataformas de internet, así como el uso de diversas aplicaciones que requieren conexión a la red para que el usuario pueda

gozar de sus funciones y utilizarlas para sus necesidades personales, sociales, laborales o escolares.

Quedaron atrás los tiempos en los que la función esencial de los celulares era el realizar llamadas y el enviar mensajes de texto. Con el desarrollo de las tecnologías, estos aparatos han ido evolucionando cada vez más y de manera más constante, agregando nuevas funciones y aplicaciones, las cuales los sujetos utilizan con mayor frecuencia para comunicarse, al conectarse a internet para enviar mensajes o realizar llamadas de voz o video, en lugar de recurrir a las funciones básicas del celular, las cuales no necesitan una conexión a internet.

De acuerdo con el texto anterior, una investigación realizada en Estados Unidos por el Observatorio de Tendencias Nokia (2011), se estima que el sector de la población que utiliza con más frecuencia los celulares o los teléfonos inteligentes llamados *smartphones*, son los jóvenes de entre 16 y los 24 años, quienes emplean estos dispositivos en su mayoría para mantenerse conectados a internet y utilizar las diversas redes sociales y aplicaciones.

Otras investigaciones realizadas en los Estados Unidos por Madden y cols. (referido por Pérez; 2013), sugieren que el 78% de los adolescentes tiene un celular, de los cuales el 47% es un *smartphone*. También, según datos del Observatorio de Tendencias de Nokia (2011), aproximadamente un 55%, más de la mitad de los jóvenes del mundo, poseen un celular con el cual acceden a internet de manera frecuente cada día.

En el mismo sentido y en España, Chóliz y Marco (2012) sugieren que las mujeres utilizan de manera más frecuente el teléfono celular en comparación con los hombres. Recurren al celular para pasar el tiempo al sentirse aburridas, al sentir ansiedad o en momentos en los que se encuentran solas o con un estado de ánimo bajo, también se habla sobre que a las mujeres les afecta más el no recibir llamadas o mensajes de otras personas que a los hombres.

Ahora bien, Pérez (2013), propone un modelo afirmando que con la ciberadicción se pueden presentar distintos abusos que vienen relacionados con esta adicción y que pueden estar reforzando continuamente la problemática, los cuales se mencionaran a continuación:

El primer abuso es el *sexo virtual*, se refiere a tener conversaciones en línea de tipo sexual. Para Young (mencionado por Pérez; 2013) uno de los mecanismos psicológicos que llevan al sujeto hacia el uso excesivo del internet es la satisfacción sexual. El mundo virtual ofrece la posibilidad al sujeto de satisfacer sus fantasías y necesidades sexuales, haciendo uso de la red para buscar cumplirlas.

Para Ballester (citado por Pérez; 2013) los sujetos que realizan estas actividades pueden poseer una baja autoestima, presentar disfunciones sexuales o una imagen corporal insatisfactoria que, en consecuencia, les provocan inseguridad al tener relaciones sexuales reales o vincularse de manera directa con otra persona, sienten así más cómodo y más seguro mantener relaciones sexuales a través del uso del internet y de dispositivos tecnológicos.

El segundo abuso es la *pornografía*, se refiere al consumo de contenidos de tipo sexual a través del internet. Cada vez es más común el consumo de la pornografía, ya que el internet ofrece páginas con contenidos de este tipo de acceso de un modo relativamente sencillo, solo basta con realizar la búsqueda y el sujeto tendrá distintas opciones para acceder a los contenidos deseados.

Con la pornografía, existe una vulnerabilidad entre los niños y los adolescentes, ya que pueden encontrar contenidos de este tipo de manera accidental. El estudio llamado Protecting Children in Cyberspace, efectuado en 2008, indica que el 25% de los adolescentes han encontrado contenidos pornográficos sin pretenderlo. Según la investigación de ACPI-Protégeles, en 2012, uno de cada 4 menores de edad que participaron en el estudio han ingresado a páginas pornográficas mientras utilizan el internet (mencionados por Pérez; 2013).

Otras investigaciones realizadas en España sugieren que el 27% de los menores entre los 9 y 16 años se han encontrado con imágenes de tipo sexual que aparecieron de manera accidental. Lo cual demuestra de manera estadística que una buena cantidad de menores se encuentran expuestos a contenidos pornográficos que deambulan por internet.

El tercer abuso son los *juegos*, se refiere a plataformas o aplicaciones en línea que las personas pueden jugar con el hecho de acceder a estos sitios, descargar la aplicación o realizar una cuenta. Los adolescentes que realizan esta conducta de



manera excesiva suelen ser impulsivos, impacientes y tener una reducida tolerancia a la frustración.

En un principio, el tiempo que se pasa jugando es mínimo, pero la persona se engancha rápidamente por las ganancias que le aporta el juego, como pueden ser monedas, diamantes o puntos; cada vez el tiempo del juego aumenta y el control que tiene el adolescente sobre realizar esta actividad es cada vez menor, en este punto es cuando se comienza el aislamiento social y la pérdida de interés por otras actividades que antes se realizaban.

El quinto abuso es el *chat*, se refiere a utilizar de manera excesiva alguna o varios tipos de plataformas que permiten la mensajería virtual. Viñas (mencionado por Pérez; 2013) sugiere una relación entre el uso del internet para mantenerse conectado al chat con diferentes indicadores psicológicos, como son la depresión, ansiedad y alteraciones del sueño.

El uso excesivo del chat se relaciona el malestar emocional, insatisfacción en las relaciones y dinámicas familiares, problemas con la pareja y la deficiencia en las habilidades sociales para crear y mantener relaciones sociales.

Según Carbonell (referido por Pérez; 2013), los chats, así como los juegos de roles en línea, permiten al sujeto comunicarse con los demás y establecer cierta convivencia con los demás usuarios sin tener ningún tipo de consecuencia posterior, por lo que representa una gran atracción para quienes tienen dificultades para

relacionarse con los demás, ya que este tipo de plataformas facilita considerablemente el proceso.

El sexto abuso son las *compras en línea*, se refiere a la adquisición de productos o servicios mediante el internet, esta cuestión es más común en los adultos, ya que los adolescentes, aunque se interesan por realizar compras en línea y existen campañas publicitarias que van dirigidas hacia ellos, se encuentran limitados por la cuestión económica.

El séptimo abuso son las *redes sociales*, se refiere a la utilización de diferentes aplicaciones y plataformas que le permiten al usuario tener una vida virtual y mostrarla a los demás. Al hablar de redes sociales se alude a una nueva manera de relacionarse y mostrarse con los demás. Para García (referido por Pérez; 2013), los niños comienzan a interesarse por las redes sociales, ya que lo ven como un juego o una manera de pasar el tiempo divirtiéndose, así como también por imitar a las personas mayores que conviven con ellos; este interés se va incrementando a medida que el niño va creciendo.

La utilización de las redes sociales cubre algunas necesidades sociales y afectivas de las que la persona carece, por lo que algunos autores han debatido la cuestión de que los niños estén perdiendo las habilidades para conectarse y crear relaciones sociales, debido a que cada vez a más temprana edad los niños entran en contacto con la tecnología, el internet, los juegos y las redes sociales, lo cual cambia

la manera en que ellos se van desarrollando en el entorno que les rodea, así como también la manera de crianza que sus padres les proporcionan.

Como se puede observar, los abusos relacionados con la ciberadicción en su mayoría no son aceptados socialmente, a excepción de las redes sociales y del juego, ya que estos dos se pueden realizar de manera pública y no causa alarmas o críticas, ya que no es considerado un comportamiento inapropiado. Los abusos que se han descrito a lo largo de este apartado no son algo novedoso, ya que han existido de diferente manera a lo largo de la historia de la humanidad, sin embargo, la aparición del internet ha incrementado estos abusos, ya que facilita considerablemente la realización de esas actividades, las cuales realizan personas que poseen ciertas características o experiencias comunes, lo cual se describirá en el siguiente apartado.

## **2.6 Perfiles de la ciberadicción.**

Se ha encontrado que las personas que tienen una alta dependencia al internet, tienen ciertas características en común, las cuales pueden ir desde su edad hasta situaciones o acontecimientos específicos que se encuentren viviendo en ese momento de sus vidas. A continuación, se describirán aquellos elementos que poseen las personas con ciberadicción.

“La ciberadicción afecta a un 30% de los jóvenes que usan cotidianamente el internet, supone que uno de cada tres está en riesgo de padecer una adicción comportamental.” (Serna; 2017: 5).

Según Pérez (2013), las personas que hacen uso excesivo del internet o que padecen de ciberadicción tienen ciertas características en común, con base en esto, se han identificado perfiles de uso abusivo, los cuales se mencionan a continuación.

El primer perfil son los jóvenes que se inician en el mundo de la tecnología y descubren las posibilidades que proporciona el uso del internet, por lo que comienzan a utilizarlo por largos periodos de tiempo. El internet es visto como algo novedoso y emocionante que los sujetos buscan explorar, encontrando un gusto por su uso y fascinación por lo que ofrece.

El segundo perfil son las personas que tienen algún tipo de problemática en su vida, por ejemplo, la falta de amigos, atención o cariño. Este perfil coincide con algunos de los factores de riesgo mencionados anteriormente, quienes pasan horas conectados en la red lo hacen porque buscan algo que les está faltando en la realidad y pretenden satisfacer sus carencias.

El tercer perfil son las personas que no entran en ninguna de las categorías anteriores y que utilizan de manera excesiva el internet, ya que este uso excesivo se convierte en un riesgo potencial para que la persona se convierta en adicta, precisamente porque que el uso excesivo del internet es lo que define a la ciberadicción.

Como complemento de las categorías anteriores, Echeberúa y cols. (2008) afirman que existen ciertas características de personalidad que aumentan la vulnerabilidad psicológica a este tipo de adicciones, entre las cuales se mencionan:

La primera característica es la *disforia*, la cual se caracteriza generalmente por una emoción desagradable para el sujeto, como la tristeza, ansiedad o la irritabilidad. Una segunda característica es la *impulsividad*, que se refiere a una predisposición a actuar de forma inesperada y rápida ante una situación o un estímulo externo. Una tercera característica es la *intolerancia a estímulos displacenteros*, que se refiere a una baja tolerancia ante estímulos físicos y psíquicos, como pueden ser dolores, fatiga, preocupaciones o enojo, entre otros.

Coincidiendo con los autores anteriores Díaz (referido por Pérez; 2013) la ciberadicción está relacionada con la personalidad tímida excesiva, una baja autoestima y el rechazo de la imagen física propia, así como también la inmadurez emocional. Para Cortés (referido por Pérez; 2013), el perfil de una persona que padece ciberadicción es introvertida, tiene poco control de impulsos, narcisista, intolerante a estímulos displacenteros, baja autoestima, carente de habilidades sociales y falta de determinación para realizar sus objetivos o metas.

Según distintos autores, la personalidad y las conductas se relacionan con la ciberadicción, ya que se han encontrado ciertos rasgos de personalidad y patrones conductuales o situacionales que tienen en común las personas que tienen este tipo

de adicción, por lo cual se puede afirmar que existen diferentes factores que pueden hacer vulnerables a las personas para desarrollar este padecimiento.

En conclusión, la ciberadicción forma parte de las nuevas adicciones, aquellas que no necesitan de sustancias naturales o químicas para generarse. Actualmente, la tecnología es el mayor logro de la humanidad, pero también puede convertirse en un peligro y una amenaza para la salud de las personas, siendo los adolescentes los más vulnerables a caer en este tipo de adicción, debido a ciertas situaciones y características que tienen en común, por lo que se deben tener en cuenta los factores de riesgo y los indicadores que pueden ayudar a prevenir el problema o a detectarlo en etapas tempranas.

La humanidad vive en una nueva época, la era de la tecnología, en donde esta es parte de las personas y se ha vuelto una parte indispensable en sus vidas, porque se debe aprender a emplear de manera armoniosa para obtener sus beneficios.

## **CAPÍTULO 3**

### **METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

Todo estudio científico requiere de una estructura y un método para poder llevar a cabo la investigación y obtener resultados. El investigador puede elegir la manera en la que realizará su investigación, bajo qué enfoque la llevará a cabo y elegir los instrumentos que aplicará para obtener los datos necesarios. El autor diseña su investigación de acuerdo con sus objetivos, al tipo de estudio que llevara a cabo, según sus recursos (tiempo, dinero o colaboradores). En este capítulo se describe la metodología con la que se realizó el estudio y el análisis e interpretación de resultados.

#### **3.1 Descripción metodológica.**

Para realizar cualquier estudio, se debe seguir una serie de pasos, esto tiene como objetivo darle al estudio una estructura y mayor objetividad, de esta manera, el investigador podrá seguir un camino seguro al momento de comenzar su labor indagatoria.

En este apartado se describirá el procedimiento realizado para la obtención de los datos necesarios para llevar a cabo la presente investigación, así como también el tipo de enfoque, de diseño y de alcance que tiene este estudio.

### **3.1.1 Enfoque cualitativo.**

Esta investigación se realiza desde el enfoque cualitativo, ya que la intención de las investigaciones de tipo cualitativo es comprender la realidad a través de las perspectivas de diferentes actores, permitiendo rescatar diferentes panoramas, visiones, valores, ideas, sentimientos y experiencias de cada uno de ellos, según indica Galeano (2003). Esta investigación se realiza bajo dicho enfoque, debido a que se busca conocer la realidad de algunos sujetos y el comprender el porqué de ciertos comportamientos o actividades que realizan.

Hernández y cols. (2014) afirman que el enfoque cualitativo es guiado por áreas o temas significativos de investigación, y lleva consigo una acción indagatoria dinámica que se mueve entre los hechos y su interpretación. El enfoque cualitativo “utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (Hernández y cols.; 2014: 7). Lo anterior quiere decir que, a diferencia de la investigación cuantitativa, la cualitativa puede desarrollar las preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos de investigación. El enfoque cualitativo tiene las siguientes particularidades:

La primera característica es que el investigador plantea un problema, pero no sigue un proceso muy definido, ya que sus planteamientos iniciales no son tan específicos como en el caso del enfoque cuantitativo y las preguntas de investigación no se han definido completamente.



La segunda característica es que, en la búsqueda cualitativa, el investigador comienza revisando los hechos, y en el proceso desarrolla una teoría para dar explicación al fenómeno que observa. Este tipo de investigaciones se basa en la lógica y en un proceso inductivo, es decir, que van de lo particular a lo general.

La tercera característica es que la mayoría de las investigaciones con enfoque cualitativo no se prueban hipótesis definidas en un principio, sino que se van generando a lo largo del procedimiento en medida que se obtienen más datos del fenómeno estudiado.

La cuarta característica es que este enfoque se basa en métodos que no están determinados totalmente, ya que en la recolección de datos se obtendrá información sobre la visión y perspectivas de los sujetos estudiados, así como de sus experiencias, ideas, emociones y significados.

La quinta característica es que, bajo este enfoque, el investigador recolecta sus datos utilizando técnicas como la observación, entrevistas, revisión de documentos, registros de historias de vida, discusiones de grupo y la interacción directa con grupos o comunidades.

La sexta característica es que el enfoque cualitativo cuenta con un proceso de indagación más flexible: su propósito es reconstruir la realidad, basándose en cómo la observan los sujetos de un sistema social, es un enfoque holístico, ya que considera el todo en su globalidad.

La séptima característica es que el enfoque cualitativo estudia el desarrollo natural de los hechos, es decir, que no hay ningún tipo de manipulación o interferencia en la realidad de los sujetos que participan en la investigación.

La octava característica es que la investigación cualitativa se basa en una perspectiva interpretativa, lo cual quiere decir que el fundamento de este enfoque es la interpretación de los hechos, se centra en el significado de las acciones de los seres vivos.

La novena característica es que este enfoque dice que la realidad es definida mediante las interpretaciones de los sujetos que participan en la investigación sobre su propia realidad, por lo tanto, se obtienen diferentes realidades.

La décima característica es que el investigador se sumerge en las experiencias de los sujetos participantes y, a partir de ello, va construyendo el conocimiento; este tipo de investigación se centra en las ideologías y las cualidades de los individuos.

La decimoprimer característica es que los estudios cualitativos no pretenden generalizar los resultados obtenidos a otras poblaciones, como es en el caso de los cuantitativos.

La decimosegunda característica es que el enfoque cualitativo es un conjunto de prácticas interpretativas que transforman los hechos en observaciones,

anotaciones, grabaciones y documentos; es un estudio naturalista, ya que estudia los hechos y a los seres vivos en su ambiente natural (Hernández y cols.; 2014).

Como se puede observar, el enfoque cualitativo cuenta con diferentes características que lo definen y lo diferencian del cuantitativo. Para este enfoque lo más importante es el significado, es decir, lo que existe detrás de los hechos.

### **3.1.2 Estudio etnográfico**

El tipo de estudio de esta investigación es etnográfico, la etnografía tiene sus orígenes en la antropología y la sociología, siendo uno de los métodos más importantes que se utilizan en el estudio de la investigación cualitativa. Según Álvarez (2012), la etnografía es la descripción de un grupo social o cultural, lo cual es el interés central de los estudios etnográficos, esto ayuda a conocer las características de un grupo específico. Este tipo de estudio incorpora el análisis de aspectos cualitativos que han sido proporcionados por los individuos que participan en la investigación. El estudio etnográfico permite el estudio directo de personas o grupos, utilizando la observación o las entrevistas para conocer su comportamiento o características.

### **3.1.3 Diseño transversal**

Dentro de los diseños de investigación, se consideran dos tipos, el primero es el transversal y el segundo es el longitudinal. Esta investigación se realiza con un

diseño de tipo transversal, considerándose el más adecuado para realizar el presente estudio, ya propósito es estudiar las variables y analizar su interrelación en un momento específico de tiempo.

Según Liu y Tucker (citados por Hernández y cols.; 2014), los diseños de investigación transversal recolectan los datos en un solo momento y en un tiempo único.

#### **3.1.4 Alcance descriptivo**

Las investigaciones tienen diferentes alcances, en el caso de los diseños transversales existen tres tipos: el exploratorio, el descriptivo y el correlacional.

Esta investigación es de alcance descriptivo, ya que concuerda con los objetivos planteados en esta investigación, así como con la misma pregunta de investigación. “Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (Hernández y cols.; 2014: 92).

#### **3.1.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

Cuando se busca cumplir con un objetivo, es necesario elaborar una planificación que ayude a llegar a él, es decir, cuestionarse lo que se hará y los

recursos que se utilizaran para obtener aquello que se desea. En el caso de las investigaciones, se requiere de una técnica que guíe al investigador en el proceso, así como también una selección de instrumentos que le ayuden a obtener los datos necesarios para su estudio.

Según Galeano (2003), una técnica es un procedimiento o conjunto de recursos que se utilizan para obtener un resultado determinado, se refiere al trabajo en herramientas, materiales e instrumentos. Se puede aplicar en distintos campos, como en la ciencia, el arte y el deporte.

Dentro de las investigaciones cualitativas, se utilizan diferentes técnicas para la recolección de datos. La técnica que se utiliza en el presente estudio es la entrevista semiestructurada, que es definida como una guía de asuntos o preguntas en donde el investigador tiene la libertad de agregar preguntas adicionales para favorecer el proceso de indagación y obtener mayor información, a decir de Hernández y cols. (2014).

En el caso de la presente investigación, para la obtención de los datos se utilizó en un primer momento un instrumento como filtro, para posteriormente continuar con la recolección de datos con aquellas personas que poseen las características necesarias para realizar el estudio.

Según Galeano (2003), un instrumento es un objeto o recurso que se utiliza como medio para llegar a un fin, es el medio que permite conectarse con la meta que

se busca cumplir. Un instrumento de medición permite comparar y medir distintos fenómenos, estos instrumentos deben de ser precisos y confiables.

En esta investigación para la variable de ciberadicción se utiliza el instrumento conocido como Internet Adiction Test (IAT), el cual tiene por objetivo la evaluación de los síntomas de la adicción al internet. Fue Creado por la Doctora Kimberly Young en el año de 1998. Es una escala de 20 ítems que mide la presencia y la gravedad de la dependencia al internet en los adultos y adolescentes, este test es la escala de adicción al internet con mayor uso en el mundo, la prueba se ha traducido a diferentes idiomas, entre ellos el inglés, chino, francés, italiano, turco, coreano y español. El IAT es un instrumento de medida confiable que cubre las características del uso problemático del internet, la prueba evalúa diferentes grados de dependencia al internet, clasificándolos en leve, moderado y grave (Young; 2010).

Este instrumento es aceptado y validado en todo el mundo ya que cuenta con una alta fiabilidad. Se puntúa de acuerdo con la respuesta que otorga el sujeto, cada una se puede puntuar del 1 al 5, después se suman los puntajes de cada respuesta obtenida y se verifica en que categoría entra la puntuación obtenida. Hay tres categorías para los resultados, los cuales van de los 20 a los 100 puntos:

El primer rango es de 20-49, se trata de un usuario de internet promedio, puede ser que a veces pase demasiado tiempo conectado, pero no tiene ningún tipo de dependencia. El segundo rango es 50-79, se trata de un usuario que experimenta problemas ocasionales o frecuentes por el internet, se encuentra en riesgo de

padecer adicción a internet. El tercer rango es 80-100, se trata de un usuario al cual internet causa problemas significativos en su vida, en estos casos se podría hablar de presencia de adicción al internet.

Para la variable de personalidad, el instrumento que se utiliza es el guion de la entrevista, el cual consta de 15 preguntas base para comenzar con la indagación, fundamentada en la teoría los 5 grandes de Lewis Goldberg. Se han estructurado las preguntas según 5 rasgos de personalidad principales que establece este autor en su teoría. Se ha dividido el guion en 5 categorías, las cuales son: apertura a la experiencia, responsabilidad, extraversión, amabilidad y estabilidad emocional (Goldberg; 1993).

Las preguntas de la 1 a la 3 corresponden a la primera categoría, que es *apertura a la experiencia* que se refiere a la disposición para experimentar situaciones nuevas. Los individuos que poseen altos niveles de apertura son aquellos que disfrutan de la aventura, son curiosos, lo cual les motiva a investigar y estudiar, son apreciadores del arte, son creativos y les atraen las cosas novedosas.

Las preguntas de la 4 a la 6 corresponden a la segunda categoría, que es la *responsabilidad*, las personas que poseen este rasgo en altos niveles son organizadas y tienen un gran sentido del deber, son disciplinadas y centradas en cumplir sus objetivos, son planificadoras. Este rasgo de mucha utilidad en los ámbitos laborales y académicos.

Las preguntas 7 a la 9 corresponden a la tercera categoría: la *extraversión*; mientras más extrovertido sea el sujeto, más disfruta socializando, estas personas son habladoras y disfrutan de las reuniones sociales, tienden a ser asertivas y alegres al interactuar con los demás.

Las preguntas de la 10 a la 12 corresponden a la cuarta categoría, la *amabilidad*, que mide la calidez y la bondad de un sujeto estableciendo que, mientras más amable sea, se mostrará más compasivo, confiable y dispuesto a ayudar.

Las preguntas de la 13 a la 15 corresponden a la quinta y última categoría, la *estabilidad emocional*, refiriéndose a la capacidad de las personas para mantenerse constantes. Quienes tienen altos niveles de este rasgo, tienden a ser más estables y equilibrados emocionalmente.

### **3.2 Población y muestra**

Según Hernández y cols. (2014: 174), se entiende por población como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones”. La población está conformada por sujetos que comparten ciertas características en común y que los diferencian del resto.

La población que se determinó para el presente estudio está conformada por estudiantes de la Universidad Don Vasco, de cuarto semestre, de la Escuela de



Psicología, quienes suman un total de 30, de los cuales 26 son mujeres y 4 son varones, las edades van desde los 19 a los 30 años.

Continuando con Hernández y cols. (2014), describen que la muestra es un subgrupo de la población, un conjunto de elementos dentro de una población específica y que pertenecen a un conjunto definido por características que comparten.

La muestra que se determinó para el presente estudio está conformada por 5 estudiantes con altos niveles de dependencia al internet de la Universidad Don Vasco, de cuarto semestre de la Escuela de Psicología, con estado civil de solteros; cuatro de sexo femenino, uno de sexo masculino, con edades de 20 a 22 años, de nivel socioeconómico medio.

### **3.3 Descripción del proceso de investigación**

Para realizar esta investigación, se recurrió en un primer momento a la consulta de información sobre las variables estudiadas, las cuales son personalidad y ciberadicción. Se consultaron diferentes fuentes bibliográficas e investigaciones realizadas en distintos países, las cuales sirvieran para dar un sustento a la parte teórica de esta investigación.

Se estructuró el sustento documental de la investigación y se realizó una planeación siguiendo la metodología del enfoque cualitativo, se buscaron y prepararon los instrumentos necesarios para la recolección de los datos.

En un primer momento para medir la variable de ciberadicción se utilizó un instrumento llamado Internet Adiction Test (IAT). Para la aplicación de este instrumento, se requirió la autorización del coordinador académico de la carrera mencionada y de permiso de los maestros para proporcionar tiempo de sus clases, de modo que los alumnos pudieran contestar el test. La aplicación del instrumento duro 15 minutos, aproximadamente. Después de la aplicación del IAT se procedió a su calificación para determinar el grado de dependencia al internet de los alumnos, obteniendo como resultado a los sujetos con alta dependencia al uso del internet, a quienes posteriormente se les aplicó una entrevista semiestructurada, para atender la variable de personalidad, la cual cuenta con 5 categorías, las cuales pretenden clasificar los rasgos de personalidad más importantes.

### **3.4 Análisis e interpretación de resultados**

En este apartado se da a conocer la información que se obtuvo al realizar las entrevistas con los sujetos seleccionados para la presente investigación. Se clasificará a los sujetos según las respuestas dadas en 5 categorías, las cuales son extremas, es decir, que, si el sujeto cuenta con el rasgo que se mide, pertenecerá a un rasgo; de no ser así, pertenecerá al rasgo contrario.

La interpretación de la información obtenida en la recolección de datos sigue un modelo inductivo, el cual es definido como un “proceso riguroso de sistematización que posteriormente facilitará el análisis de datos.” (Mejía y Sandoval; 2012: 157); por lo tanto, el modelo inductivo permite el análisis de los datos e información cualitativos, de una manera eficaz y sencilla, trabajando desde lo particular a lo general.

Existen cuatro operaciones que se realizan en este proceso, las cuales son: conceptualizar, categorizar, organizar y estructurar. En la conceptualización se ordenan las ideas, en la categorización se reúnen las ideas en grupos, en la organización se visualiza la forma en la que se estructura todo y, por último, en la estructuración se distribuyen y ordenan las partes en un todo (Mejía y Sandoval; 2012).

Continuando con los autores antes citados, el análisis de resultados requiere que se detecten patrones de conducta o una significación, lo cual se consigue mediante el estudio de las categorías y las subcategorías de los resultados.

A continuación, se presentan las categorías en las cuales se clasificaron los datos obtenidos, las cuales se basan en la teoría de los cinco grandes de Goldberg (1993):

Categoría 1: Apertura-Cerrazón.

Categoría 2: Responsabilidad-Baja responsabilidad.

Categoría 3: Extraversión-Introversión.

Categoría 4: Amabilidad-Dureza emocional.

Categoría 5: Estabilidad emocional-Neuroticismo.

#### **3.4.1 Categoría 1: Apertura-Cerrazón.**

Esta categoría, según Goldberg (1993), se refiere a la apertura que se tiene a las nuevas experiencias o, en el caso contrario, qué tan cerrado se encuentra el sujeto a las mismas. La teoría indica que las personas con apertura a la experiencia aprecian las ideas innovadoras y el arte, normalmente son imaginativas, se caracterizan por estar abiertas a las nuevas ideas, disfrutan las nuevas experiencias y son curiosas por naturaleza. Por otra parte, el contrario de la apertura es la cerrazón; según la teoría, los sujetos con baja apertura a la experiencia son

generalmente más cerrados, resistentes al cambio y más analíticos, se apegan a lo conocido y evitan las nuevas experiencias.

Sujeto 2: “Pues siempre me gusta estar alerta, a mí me gusta tener nuevas experiencias y la manera en la que las enfrento varía, porque... pues depende de la experiencia, entonces es casi siempre busco como algo que me haga sentir a mí cómoda y a partir de eso ya yo lo voy a ir a afrontando.”

Sujeto 4: “Intento enfrentar las experiencias nuevas con la mayor disponibilidad posible y no cerrarme, intentó llegar siempre de cara y con la actitud más positiva posible para que todo salga bien.”

Sujeto 5: “Pues tengo las experiencias muy abiertas como... o sea, lo que venga, estoy como muy abierta a recibirlo y ya después, una vez recibidas, empiezo a analizarlas, analizar lo que me hacen sentir.”

Sujeto 1: “Pues la verdad es que no me gustan los cambios y las cosas nuevas, así que cuando ocurre algo nuevo, tengo que adaptarme de nuevo y es difícil para mí el adaptarme, por lo que trato de evitar las nuevas experiencias.”

Sujeto 3: “Pues sí me da nervios, como un poquito de ansiedad, porque no sabes lo que va a pasar, es la primera vez que vas a realizar algo, entonces pues siempre está como la incertidumbre de que va a pasar, porque no tienes ningún esquema”

Sujeto 2: “Lo investigo y pregunto y lo vuelvo a investigar, surge en mí la curiosidad.”

Sujeto 4: “Siempre que conozco un tema que me interesa, que me llama la atención, siempre intento de menos investigarlo, si realmente veo que me interesa algo, hago una búsqueda bastante, soy una persona bastante curiosa.”

Sujeto 5: “Llego a buscarlo, pero como que me doy una ‘embarradita’ y hasta ahí”.

Sujeto 1: “Lo investigo, considero que soy una persona curiosa, a veces me obsesiono con algo y tengo que saber todo sobre eso.”

Sujeto 3: “A veces investigó y a veces no, porque tiene que gustarme mucho para que yo me ponga a buscar, porque hay cosas de las que tengo muchísimas dudas, pero son como temas muy fugaces y no es como para que yo me ponga investigar, tiene que gustarme mucho.”

Sujeto 2: “O sea, sí, yo considero que soy creativa y me gusta mucho imaginar y le doy vueltas y hago mucha solución de problemas y así, pero al momento de reproducirlo, no, a veces no sé cómo expresarme para poderlo reproducir, pero respecto a la imaginación y la creatividad sí.”

Sujeto 4: “Intento darme mi tiempo para pensar, para realmente crear algo que valga la pena, porque me parece que la creatividad no es algo que simplemente pueda usar cualquier persona, realmente se necesita un pensamiento muy abierto para tener creatividad, consideró que soy una persona creativa”

Sujeto 5: “Muchas veces me he metido a buscar, para darme ideas y una vez que tenga varias ideas, por ejemplo, para realizar un material didáctico, busco

muchas ideas, ideas, ideas... y una vez que ya tengo todo, como que las conjunto o combino a mi manera.”

Sujeto 1: “Pienso mucho, a veces no surgen las ideas creativas, pero creo que al final surge algo que considero novedoso, no me considero una persona muy creativa, pero tampoco considero que no tengo creatividad.”

Sujeto 3: “Pues yo digo que bien, o sea, yo no me considero una persona muy creativa, la verdad es que no, pero normalmente le pido ayuda a mi mamá porque ella sí lo es, entonces, si hay cosas en las que yo creo que puedo resolverlo, lo hago, pero para pedirle ideas o sugerencias, frecuentemente le pregunto a mi mamá.”

Según las respuestas dadas por los entrevistados, se puede afirmar que los sujetos 2, 4 y 5 entran dentro de la apertura a la experiencia, ya que se encuentran abiertos a las nuevas experiencias y tratan de vivirlas de una manera positiva, no les causa conflicto el vivir algo por primera vez, incluso uno de los sujetos menciona que le agrada el tener nuevas experiencias.

La curiosidad está presente en los sujetos, ya que por iniciativa propia investigan y dan búsqueda a aquello que les interesa, para resolver las dudas que tienen sobre un acontecimiento o tema que les agrada y quieren conocer más a profundidad, sin embargo, se puede observar que cada sujeto efectúa la búsqueda de manera diferente: hay quienes se sumergen completamente en el tema investigado y quienes se quedan un poco más cerca de la superficie. Además, se encuentra que los entrevistados son personas creativas y que utilizan esto para dar

resolución a sus problemáticas y proyectos escolares, incluso se toman el tiempo necesario para imaginar, crear y modificar a su manera, obteniendo como resultado su creación personal o una adecuada solución a las situaciones en las que se ven involucrados.

Por otra parte, los sujetos 1 y 3 entran en el otro extremo de la categoría, la cerrazón, porque no se encuentran abiertos de todo a las nuevas experiencias, ya que les provocan sentimientos como ansiedad, nervios y miedo, debido a la incertidumbre que existe en ese momento; además, las nuevas experiencias proponen un cambio en la rutina que lleva el sujeto en su vida cotidiana, lo cual no es del agrado de los sujetos que se encuentran dentro de este rasgo. La curiosidad se encuentra presente en uno de los sujetos, sin embargo, en el otro, no es una característica que logre apreciarse, ya que deben ser condiciones muy específicas para que nazca en él la iniciativa de investigar, además de no existir realmente un interés por dar resolución a las dudas que tiene sobre ciertos temas o acontecimientos.

Respecto a la creatividad, en estos sujetos se puede apreciar que les cuesta más trabajo el imaginar o el crear algo original, además de que por sí mismos no se consideran personas muy creativas, se ven en situaciones donde requieren de mucho tiempo para que se les ocurra algo o incluso recurrir a personas para que los apoyen en las tareas que requieren de imaginación y creatividad.



### **3.4.2 Categoría 2: Responsabilidad-Baja responsabilidad.**

Esta categoría, como su nombre lo señala, se refiere a qué tan responsable o irresponsable es una persona. La teoría de Goldberg (1993) refiere que una persona con responsabilidad prefiere seguir un plan que actuar de manera espontánea, por lo general, son sujetos que planifican y que poseen autodisciplina, están centrados en sus objetivos y cumplen con ellos. En el caso contrario, la teoría menciona que las personas que cuentan con baja responsabilidad son despreocupadas y tienden al olvido de sus pendientes.

Sujeto 1: “Me desespero y no sé cómo empezarlos, no sé por cuál empezar y estoy muy ansiosa y preocupada, pero siempre hago todos mis pendientes al final.”

Sujeto 2: “Pues dependiendo de la importancia del trabajo o de la materia, hago primero el que yo considero que para mí es más importante o la materia más importante, o el que sea como más pesado y ya, a partir de ahí, ya los voy entregando.”

Sujeto 3: “Organizo mi tiempo, yo creo que soy una persona que organiza muy bien su tiempo, a mí no me gusta estar un día antes realizando todos los proyectos, no me gusta, siento que no los hago bien, entonces sí intento organizar mi tiempo, yo al último dejo como pequeños detalles.”

Sujeto 4: “Empiezo con los más próximos; si se me juntan muchos, me enfocó primero los que son grupales, donde mi participación puede afectar a el trabajo de

otras personas, porque me da bastante ansiedad el sentir que la gente depende de mí”

Sujeto 5: “Me estreso bastante y trato de hacerlas con tiempo, pero no me salen bien, creo que trabajo mejor bajo estrés, entonces dejo a los últimos días y es cuando empiezo a hacerlo”

Sujeto 1: “Que no pueden aceptar ningún error y que siempre tienen que tener todo planeado, porque si no, se descontrolan.”

Sujeto 2: “Pues la verdad admiro a la gente que tiene organización en su tiempo, en la administración del tiempo y del espacio para realizar los proyectos, sin embargo, nunca me ha gustado ser como tan cuadrada o cosas así, entonces, pues soy muy desorganizada.”

Sujeto 3: “Somos lo mejor del mundo, yo creo que el orden y la organización son una parte importante, sobre todo en la carrera.”

Sujeto 4: “Pienso que muchas veces deberían salir un poquito de la caja, pienso que a veces la desorganización te da la perspectiva que necesitas, yo soy una persona para nada organizada.”

Sujeto 5: “La verdad me gustan, las admiro mucho, pero si las admiro mucho, me gustaría ser como ellas, aunque yo no puedo ser tan organizada.”

Sujeto 1: “Considero que sí, voy a todas las clases y siempre entrego todas las tareas y trabajos.”

Sujeto 2: “Sí, entrego todos mis trabajos y me presento a todas las clases.”

Sujeto 3: “Yo creo que de un 100% el 95.”

Sujeto 4: “Como un 70-30, un 70% lo entregó y 30 no lo hago.”

Sujeto 5: “Sí asisto a todas las clases, pero no entrego todos los trabajos ni tareas.”

Los sujetos 1, 2 y 3 presentan el rasgo de responsabilidad, ya que siempre buscan la manera de realizar todo aquello que deben; el cumplimiento de sus deberes y asuntos pendientes es una prioridad para estos sujetos, cada uno se organiza de una manera diferente para poder cumplir a tiempo y manera satisfactoria con sus obligaciones. Uno de los sujetos es más rígido en cuanto a la organización, es más lineal y planificador que los demás, sin embargo, se puede afirmar que los otros sujetos, aunque no se consideren muy organizados, demuestran cierto orden, tienen su propia estrategia y siguen el plan que más se adapte a su situación actual. Se puede afirmar que estos sujetos cumplen satisfactoriamente con aquello que les exige la escuela, ya que asisten a sus clases y entregan tareas y trabajos como es debido, lo cual es una notoria demostración de responsabilidad, ya que, al ser universitarios, surge en ellos la iniciativa para dar cumplimiento a lo que se les exige dentro la institución.

Por otra parte, los sujetos 4 y 5 cuentan con baja responsabilidad, ya que no cumplen con los trabajos y tareas que les pide la institución en donde realizan sus estudios universitarios, además de que no cuentan con una adecuada organización para poder realizar todos aquellos pendientes; adicionalmente, tener esas responsabilidades causa malestar en los sujetos, ya que sienten estrés y ansiedad.

### 3.4.3 Categoría 3: Extraversión-Introversión.

Esta categoría se refiere a qué tan extrovertido o introvertido es un sujeto. Goldberg (1993) indica en su teoría que mientras más extrovertida sea un sujeto, disfrutará socializando; estas personas son habladoras y disfrutan de las reuniones sociales, tienden a ser asertivas y alegres al interactuar con los demás. Por el contrario, quienes cuentan con el rasgo de introversión, necesitan tiempo para estar a solas y disfrutan de ello, son menos expresivos, se involucran en menos actividades sociales y suelen ser personas calladas y reservadas.

Sujeto 2: “Pues a veces me cuesta trabajo como relacionarme con otras personas, Pero en una fiesta pues bailo, platico o tomo o estoy ahí, o sea, tampoco como que voy y me aílo, pero de repente como platicar o así, como que soy tímida al principio, pero ya después me desenvuelvo bien.”

Sujeto 3: “Pues yo describo mi actividad social como buena porque, pues, no soy una persona introvertida para nada, al contrario, me gusta mucho platicar, este... por ejemplo, exponer me encanta, no me da pena el expresarme, entonces yo no tengo conflictos en un evento social en donde no conozco a nadie, porque, sí o sí voy a terminar platicando con alguien o estando con alguien.”

Sujeto 1: “Estoy muy incómoda, sobre todo si hay muchas personas, prefiero evitar esas situaciones.”

Sujeto 4: "Intentó adaptarme si estoy en un ambiente que me agrada, intentó adaptarme, pues... al ambiente, tratar de platicar con las personas y adaptarme a las diferentes personalidades que hay y pasármela bien"

Sujeto 5: "Depende si conozco a la gente: llego, los saludo, platico con ellos; si no los conozco, pues me siento y solamente estoy con la persona que conozco."

Sujeto 2: "Pues la verdad salgo con mis amigos cada 8 días, así que creo que es alta."

Sujeto 3: "Pues la frecuencia ha disminuido por la escuela, la verdad, pero es frecuente, cada fin de semana salgo con alguien o así."

Sujeto 1: "Ninguna, solo las de la escuela y ya."

Sujeto 4: "Últimamente, te estoy diciendo como hace 6 meses, muy poco, debido a la escuela y a las responsabilidades que tengo si se ha disminuido esta parte social que tengo"

Sujeto 5: "En las que se puedan presentar, por ejemplo, en mi pueblo no hay muchas actividades entonces, en las que hay trato de participar que son como dos veces cada medio año."

Sujeto 2: "Sí, sí me gusta interactuar, no se la diferencia, pero pues yo digo que sí."

Sujeto 3: "Sí, sí me agrada."

Sujeto 1: “No, porque siempre están criticando a todo el mundo y son superficiales y falsos.”

Sujeto 4: “A veces me agrada socializar cuando yo quiero socializar porque creo que soy una persona no huraña, pero que también no es como que completamente accesible.”

Sujeto 5: “No mucho, es que también depende porque... sí socializo con gente que yo veo que también están a mi nivel, con nivel me refiero a mi clase social, porque también veo que la gente que tiene más dinero de comportan de diferente manera y como que no me siento cómoda con ellos.”

Los sujetos 2 y 3 se encuentran dentro de la extraversión, ya que son personas que disfrutan de relacionarse con los demás y que no tienen dificultad para ello, además, uno de los sujetos afirma que no se considera introvertido, en los eventos sociales se siente cómodo y no le causa conflicto el no conocer a las personas que tiene alrededor, ya que cuenta con la capacidad de relacionarse con los demás fácilmente, por lo que encontrará con quién estar durante el evento. En el caso del otro sujeto, si bien es cierto que es tímido en un principio, se desenvuelve de una manera satisfactoria posteriormente, en la situación social en la que se encuentre.

Por el contrario, los sujetos 1, 4 y 5 cuentan con el rasgo de introversión, ya que son personas que no se involucran constantemente en actividades sociales y que no se encuentran abiertos a interactuar con las personas de manera constante.

En las situaciones sociales, son personas reservadas que sienten más cómodas en grupos pequeños, incluso uno de los sujetos trata de evitar aquellas situaciones en las que se presenta en ambiente ideal para conocer nuevas personas e interactuar con ellas, ya que surgen en él sentimientos de incomodidad; de la misma manera, se puede afirmar que son personas selectivas, que se acercan a sujetos con los que sienten más cómodas.

#### **3.4.4 Categoría 4: Amabilidad-Dureza emocional.**

Esta categoría mide la calidez y la bondad de una persona. La teoría de Goldberg (1993) establece que mientras más amable sea el sujeto, será más compasivo, confiable y dispuesto a ayudar. El rasgo contrario, que es la dureza emocional, describe personas frías, generalmente desconfiadas, suelen ser más distantes y no se encuentran muy dispuestas a cooperar o a proporcionar su ayuda.

Sujeto 1: “Pues trato de hacer lo mejor que puedo para ayudar a la persona.”

Sujeto 2: “Ah, pues volteo y le digo que sí, que en qué le puedo ayudar, considero que soy una persona que está siempre dispuesta a ayudar, me gusta.”

Sujeto 4: “Primero analizo en qué me pidió ayuda y si es una tarea que puedo llevar a cabo y que no interrumpe, si tengo alguna responsabilidad o algo personal, le puedo ayudar.”

Sujeto 5: "Siempre trato de ayudar, nunca he dicho que no a nadie, incluso no sé, si me cae mal, si me piden ayuda siempre la doy, pienso que soy una persona que está dispuesta a ayudar siempre."

Sujeto 3: "Pues si yo sé cómo ayudarlo, lo ayudo, pero si no, prefiero decirle que la verdad, no, porque yo creo que para ayudar a alguien es necesario saber hacerlo."

Sujeto 1: "Me considero muy amable, a pesar de que me ofendan los demás, considero que siempre busco la forma más amable de responderle a las personas."

Sujeto 2: "Pues yo considero que más bien soy servicial, entonces, dentro de ser servicial trato de no ser grosera y, pues, yo creo que tengo la amabilidad que se requiere en el momento para poder ayudar."

Sujeto 4: "Me considero un poquito por arriba de la media, sí tengo empatía con las personas, soy extremadamente amable, les ayudó en todo lo que pueda, contradiciendo un poco mi punto anterior, incluso se interrumpe mi responsabilidad; pongo a la gente que realmente me interesa antes que a mí."

Sujeto 5: "Me considero muy amable, aunque a veces yo siento como que mi educación, la educación que me dieron mis padres no bastó como para venir a una ciudad y tratar a las personas, por ejemplo, cuando llegue aquí, yo no sabía y no me podía acostumbrar a saludar a la gente de mano y beso, no lo podía hacer, pero ya me voy acostumbrando."



Sujeto 3: “No sé, pues yo la verdad creo que soy educada, pero como no muy amable, a veces creo que soy como muy tajante.”

Sujeto 1: “Me da mucha tristeza, quisiera poder ayudarlos.”

Sujeto 2: “Pues antes me daba mucha tristeza, también depende de la edad, por ejemplo, pues si son adultos mayores, pues ahí sí me pongo muy mal, o si son niños o si me da mucha tristeza, pero con el paso del tiempo, pues porque sí me daba mucha tristeza y yo era de: es que lo quiero ayudar y así, pero alguien me dijo: no los vas a poder a ayudar a todos y quítate eso de la cabeza; a partir de eso, pues ya como que ya trato como de, pues... sí pobrecillo, pero pues igual yo no puedo hacer mucho.”

Sujeto 4: “Siento como empatía, pero también no me gusta dar dinero a quien no se lo merece hay personas que realmente lo necesitan, que están en situación de calle y hay personas que simplemente no quieren dedicarse a algo, así que depende de la situación, depende de la persona que lo está pidiendo.”

Sujeto 5: “Siempre me he sentido muy mal, incluso antes pensaba en hacer una casa donde ellos vivieran y trabajaran, el darles trabajo y hospedaje, pero pues es algo muy utópico.”

Sujeto 3: “Yo creo que depende de la edad, porque, por ejemplo, y también qué tipo de actividad realizando, porque, por ejemplo, a mí no me gusta dar dinero así por dar, porque yo creo que no está bien, o sea, sigues fomentando a la gente a que pida dinero, y por ejemplo, a los niños yo no les doy jamás, porque estoy fomentando a que los papas no se hagan responsables, o quienes están a cargo de

ellos no se hagan responsables, pero, por ejemplo, al adulto mayor, pues casi siempre porque pues ellos no tienen mucho, porque yo siento como un vínculo con mi abuelita, porque pienso en ella, que sé que no puede realizar muchas cosas que sé que le va la onda, o sea, que realmente no puede conseguir un trabajo, entonces a esas personas si les doy.”

Los sujetos 1, 2, 4 y 5 cuentan con el rasgo de la amabilidad, ya que son personas que se encuentran dispuestas a ayudar a quienes lo necesiten, incluso hay sujetos que siempre brindan su ayuda y nunca dicen que no; aunque la persona no les agrade del todo, no representa un problema para ellos el ayudar a quienes acuden su busca. Son individuos compasivos, que sienten empatía por los demás, tienen grandes deseos de poder ayudar a quienes lo necesitan, además, se encuentran en contacto con sus emociones, se puede decir que son personas sensibles a lo que ocurre a su alrededor.

Por otra parte, el sujeto 3 entra dentro del rasgo de dureza emocional, ya se trata de una persona que no se encuentra totalmente dispuesta a brindar su ayuda a quien se lo pida, ya que considera diferentes factores para poder proporcionar su asistencia, como son: la situación, la persona y el tipo de tarea; después de considerar todo esto, decide si va a ayudar o no lo hará, a diferencia de los sujetos del rasgo anterior; aquí se puede apreciar más frialdad emocional, ya que para brindar su ayuda hay todo un proceso de análisis, el cual le ayuda a proporcionar una

respuesta definitiva, mientras que la empatía o los sentimientos quedan reducidos a un segundo plano, debido a que su decisión se basa en el razonamiento.

### **3.4.5 Categoría 5: Estabilidad emocional-Neuroticismo.**

Goldberg (1993), afirma que las personas que tienen rasgos de neuroticismo se preocupan frecuentemente y pueden sentir ansiedad o depresión con facilidad, pueden sentirse amenazadas y de mal humor, les es difícil enfrentarse al estrés. En tanto que las personas que tienen rasgos de estabilidad emocional, tienden a ser emocionalmente más estables y equilibrados, son menos propensos a enfadarse, son más tranquilos.

Sujeto 1: “Tal vez preocupación y tristeza”

Sujeto 2: “Pues no sé, sería, no es como que yo irradie felicidad siempre, pero no por eso me siento triste, es lo que considero normal, me siento bien, como feliz, nada más que me enoja fácil, muy fácil, entonces puede que esté muy bien y, de repente, ya me enoja.”

Sujeto 5: “Pues creo que más feliz, estoy feliz cuando estoy con mi familia, pero a la vez preocupada y estresada, ansiosa más bien.”

Sujeto 3: “No sé, depende de la época, pues como todas las personas, pues claro que tengo mis épocas y mis días en los que me siento triste, en donde estoy muy vulnerable, yo soy una persona que mi periodo menstrual cambia mucho,

entonces soy muy sensible a los cambios hormonales y eso influye mucho, pero a raíz de que soy consciente de eso, he aprendido a modularlo, pero yo creo que la mayoría del tiempo estoy bien, o sea, no me siento con angustia o con ansiedad, tienen que ser como momentos muy específicos y, claro que me pongo triste, pues es normal, pero yo trato de enfocarme en las cosas positivas, en lo que sí tengo y no en lo que no tengo.”

Sujeto 4: “Yo creo que últimamente sería la plenitud, estoy bien y me siento bien.”

Sujeto 1: “Demasiado, al grado de no dormir mis horas adecuadas de sueño.”

Sujeto 2: “Respecto a trabajos finales, me produce mucho, sí me estreso muy fácil.”

Sujeto 5: “Bastante, no por lo difícil que sea, porque yo la verdad no considero que sea difícil, sé que yo puedo, más bien es porque yo no me creo tan capaz de trabajar como la escuela me lo pide, me estresa no poder cumplir con lo que me piden.”

Sujeto 3: “Pues sí produce estrés, porque realmente es mi única obligación, entonces, pues... yo creo que lo tengo que hacer bien, si mis papás me están dando la oportunidad de estudiar lo que me gusta, es lo tengo que hacer bien, entonces me produce estrés, yo creo que de un 100% un 65.”

Sujeto 4: “Demasiado, como te digo: cuando de los demás depende mi trabajo, sí me produce mucho estrés, porque tengo que hacer todo perfecto para que

les agrade a todos, me produce mucho estrés porque ya no solo es mi calificación la que puedo tirar a la basura, esa responsabilidad social con las demás personas me causa mucho conflicto.”

Sujeto 1: “Pues creo que manejo técnicas de respiración, son las que más me tranquilizan cuando estoy estresada.”

Sujeto 2: “Pues nada, casi más bien es como en tiempos de entrega de proyectos; para quitar el estrés, es ponerme yo sola hacer mis cosas y tomarme mi tiempo y como no salir mucho, entonces, pues yo digo que eso es una estrategia porque yo sé que de repente estoy escuchando muchas cosas a mi alrededor y mucho ruido y eso hace que me estrese más.”

Sujeto 5: “Trato de calmarme, porque me digo que, si otras personas pueden hacerlo, yo también puedo, entonces es como que automotivarme y ponerme a trabajar, como te digo: trabajo mejor bajo estrés, entonces me quedo una noche dos noches despierta, puedo estar hasta 4 noches sin dormir.”

Sujeto 3: “Organizarme, o sea, si yo me estreso es porque dejé algo al último y no sé qué hacer, y yo soy muy mala para trabajar bajo presión, no me gusta; entonces, como ya sé que no me gusta, procuro organizar y ver todo lo que tengo que hacer para, entonces, dedicarle a cada cosa el tiempo que requiere, entonces es la organización.”

Sujeto 4: “Primero, realizar los trabajos lo más antes posible y analizarlo muchas veces, también intento, pues... hacer cosas diferentes para sacarme de la cabeza en hecho de que el trabajo puede estar mal, de que me van a juzgar, trato de

distraerme lo más posible una vez que el trabajo esta entregado, uso internet, juego videojuegos, escucho música, toco música.”

Los sujetos 1, 2 y 5 presentan neuroticismo, ya que son personas que se sienten ansiosas y preocupadas constantemente y que tienden a enojarse fácilmente, además, sienten mucho estrés, al grado de no dormir adecuadamente, debido a que pasan las noches realizando trabajos o tareas, restando de esta manera horas de sueño a su cuerpo. Los sujetos son conscientes de la ansiedad, preocupación y el estrés que les llega a producir la escuela, especialmente a finales de semestre, por lo que cada uno busca estrategias que le ayuden a sentirse mejor y más tranquilo cuando se presentan estas sensaciones desagradables.

Por otra parte, los sujetos 3 y 4 presentan el rasgo contrario, la estabilidad emocional, ya que son más estables y equilibrados. Aunque la escuela les produce estrés, no lo hacen en el mismo grado que los sujetos del rasgo anterior, además, cuentan con sus propias estrategias para no estresarse, como es el realizar actividades que les agraden, esto tiene como objetivo el distraerse y relajarse de las responsabilidades y presiones que tienen presentes en su vida cotidiana; de esta manera, encontrando el tiempo para realizar aquello de lo que disfrutan, las personas pueden manejar mejor el estrés, debido a que disponen de momentos que dedican a ellos mismos y en los que pueden tener la libertad de hacer lo que quieran y relajarse.

En conclusión, los rasgos que se presentaron en la mayoría de los sujetos con altos niveles de uso de internet, son: la apertura a la experiencia, responsabilidad, introversión, amabilidad y neuroticismo, por lo cual se puede asegurar que la mayoría de los sujetos que forman parte de la presente investigación, se encuentran abiertos a vivir nuevas experiencias, a conocer nuevos lugares, a saber más, son imaginativos y utilizan constantemente su creatividad, tienen un sentido del deber, se preocupan constantemente por cumplir con sus obligaciones y compromisos, tienen establecidas sus prioridades y se concentran en cumplir sus objetivos.

Son individuos a quienes les cuesta un poco el relacionarse con los demás, son selectivos en sus amistades y no se encuentran abiertos a interactuar con todas las personas que los rodean, se sienten más cómodos en grupos pequeños y cuando están en compañía de conocidos en un evento social, la soledad les agrada y la utilizan para tener un tiempo consigo mismos. La amabilidad forma parte de sus rasgos de personalidad y se encuentran dispuestos a ayudar a quienes lo requieran en el momento en que se acercan a ellos, solicitándoles algún favor; tratan de hacer todo lo les sea posible para poder ayudar a esa persona que necesita de su apoyo, sin embargo, también son individuos en los que la ansiedad está presente, así como el estrés y el enojo.

## CONCLUSIONES

En la presente investigación se logró cumplir con los objetivos particulares de tipo conceptual, referidos a la personalidad y la ciberadicción, ya que, al inicio de cada uno de los capítulos, se proporciona una descripción completa de las definiciones de estas variables, las cuales se encuentran sustentadas en diferentes autores.

Los objetivos particulares de tipo teórico, referidos a la ciberadicción, se cubrieron de una manera satisfactoria, ya que en el capítulo número dos se aborda la variable de una manera muy completa, profundizado en la sintomatología y en los criterios propios de esta adicción, desde la perspectiva de diferentes autores.

Para dar cumplimiento a los objetivos relacionados con la ciberadicción, se aplicó un instrumento de medición (IAT), el cual permite medir los niveles del uso de internet de cada individuo. De esta manera, se pudo identificar a los estudiantes con los puntajes más elevados respecto al uso del internet.

Para el cumplimiento de los objetivos relacionados con los rasgos de personalidad, se requirió de una extensa investigación sobre las teorías de personalidad y los rasgos, de los cuales se encuentra la información en el capítulo uno del presente estudio. Posteriormente, con base en la información obtenida, se elaboró un guion de entrevista, el cual permitió conocer los rasgos de personalidad



de cada uno de los estudiantes que participaron en esta investigación, así como también fue posible clasificarlos dentro de las categorías.

Por lo expuesto anteriormente, se puede afirmar que los objetivos de campo relacionados con las variables que se investigaron, la ciberadicción y la personalidad, se cumplieron de manera satisfactoria, como se puede observar en el apartado de análisis e interpretación de resultados.

El cumplimiento de los objetivos particulares ha permitido el cubrir el objetivo general de la presente investigación, es decir, se pudo determinar cuáles son los rasgos de personalidad en la ciberadicción de los alumnos de cuarto semestre de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan, Michoacán, gracias a los instrumentos, la metodología empleada y la información obtenida de los sujetos que forman parte de la investigación.

Por último, es necesario mencionar que, para el análisis y la interpretación de resultados, fue necesario tomar en cuenta los pequeños detalles de los datos y la información que se recolectó, ya que algo que parece pequeño puede brindar una gran cantidad de información cuando se utiliza el razonamiento para darle un sentido a las acciones o conductas.

## BIBLIOGRAFÍA

- Allport, Gordon. (1938)  
Personalidad: una interpretación psicológica.  
Reviews. Estados Unidos.
- Álvarez, Juan. (2012)  
Cómo hacer investigación cualitativa: fundamentos y metodología.  
Paidós. México.
- Balaguer, Roberto. (2003)  
Internet: un nuevo espacio psicosocial.  
Ediciones Trilce. Uruguay.
- Chóliz, Mariano; Marco, Clara. (2012)  
Adicción a internet y redes sociales: Tratamiento psicológico.  
Alianza Editorial. Madrid.
- Cloninger, Susan. (2003)  
Teorías de la personalidad.  
Pearson Educación. México.
- Echeburúa, Enrique; Labrador, Francisco Javier; Becoña, Elisardo. (2008)  
Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes.  
Pirámide. Madrid.
- Galeano, María. (2003)  
Diseño de proyectos en la investigación cualitativa.  
Fondo editorial. Colombia
- Gavilanes, Gardenia. (2015)  
“Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes”  
PUCESA. Ecuador.
- Goldberg, Lewis. (1993)  
La estructura de los rasgos de personalidad fenotípicos.  
American Psychologist. Estados Unidos.
- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar. (2014)  
Metodología de la Investigación.  
Editorial McGraw-Hill. México.

Jean, Adés; Lejoyerux, Michael. (2003)  
Las nuevas adicciones: internet, sexo, juego, deporte, compras, trabajo, dinero.  
Editorial Kairós. España.

Kelly, George. (1955)  
Psicología de los constructos personales.  
Grupo Planeta. Barcelona.

Mejía, Rebeca; Sandoval, Sergio. (2012)  
Tras las vetas de la investigación cualitativa: Perspectivas y acercamientos desde la  
práctica.  
ITESO. México.

Pereira Núñez, José Alberto; Sánchez Torres, Noelia. (2014)  
Uso y abuso de las nuevas tecnologías y su relación con factores de personalidad en  
estudiantes de la universidad de Cádiz.  
Universidad de Cádiz. España

Pérez, Gloria. (2013)  
Uso y abuso de tecnologías en adolescentes y su relación con algunas variables de  
personalidad, estilos de crianza, consumo de alcohol y autopercepción como  
estudiante.  
Universidad de Burgos. Burgos, España.

Serna, Juan. (2017)  
Ciberadicción: cuando la adicción se consume a través del internet.  
Editorial Tekttime. España.

## HEMEROGRAFÍA

Astonitas Villafuente, Lya Mainé. (2005)

“Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios”.

Revista de Psicología. Págs. 65-112.

## MESOGRAFÍA

García, Andrea. (2018)

“Todo sobre los factores y rasgos de la personalidad ¿Qué nos hace ser quiénes somos?”

<https://blog.cognifit.com/es/rasgos-personalidad/>

Mancilla, Maritza. (2008)

“Componentes de la personalidad”.

<http://literaturayexpresion.blogspot.com/2008/08/componentes-de-la-personalidad.html>

Pacher, Javier. (2009)

“La adicción a Internet y los rasgos de personalidad”.

[https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/12600/La\\_Adicci%C3%B3n\\_a\\_Internet\\_y\\_personalidad.pdf?sequence=1](https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/12600/La_Adicci%C3%B3n_a_Internet_y_personalidad.pdf?sequence=1)

Torres Nina, Ingrid. (2010)

“Definiciones de personalidad”.

<https://es.scribd.com/doc/306412982/Definiciones-de-Personalidad-Segun-Varios-Autores>

Nokia-Conecta (2011).

“Los jóvenes, los móviles y la tecnología.”

<http://www.slideshare.net/conectarc/7-observatorio-detendencias-nokia-los-jvenes-los-mviles-y-la-tecnologa>

Torres, Arturo. (2010)

“Diferencias entre personalidad, temperamento y carácter”.

<https://psicologiaymente.com/personalidad/personalidad-temperamento-caracter-diferencias>

Young, Kimberly. (2010)

“Internet Addiction Test (IAT)”

Test de uso de Internet.

<http://huibee.com/wordpress/wp-content/uploads/2013/11/GLOBALADDICTION-Scales-InternetAddictionTest.pdf>

**GUIÓN DE ENTREVISTA SOBRE RASGOS DE PERSONALIDAD**

**Categoría 1: Apertura a la experiencia**

1. ¿De qué manera enfrentas las nuevas experiencias que se te presentan?
2. ¿Qué haces cuando te interesa o te gusta un tema?
3. ¿De qué manera manejas las situaciones que requieren imaginación y creatividad?

**Categoría 2: Responsabilidad**

4. ¿Qué haces cuando tienes que realizar muchos proyectos escolares?
5. ¿Qué piensas de las personas que son muy organizadas?
6. ¿Asistes a todas las clases y entregas trabajos o tareas en el tiempo indicado?

**Categoría 3: Extraversión**

7. ¿Cómo describirías tu conducta cuando te encuentras en una reunión social?
8. ¿Con qué frecuencia participas en actividades sociales?
9. ¿Te agrada socializar con las personas?

**Categoría 4: Amabilidad**

10. ¿Cuál es tu reacción cuando alguien te pide ayuda?
11. ¿Qué tan amable te consideras?
12. ¿Qué sientes cuando ves a un indigente en la calle pidiendo limosna?

**Categoría 5: Estabilidad emocional**

13. ¿Cuál es tu estado de ánimo más frecuente?
14. ¿Qué tanto estrés te produce la escuela?
15. ¿Qué estrategias utilizas para manejar las situaciones estresantes?

## INTERNET ADDICTION TEST

## (IAT)

NOMBRE: \_\_\_\_\_

SEXO: \_\_\_\_\_

EDAD: \_\_\_\_\_

La siguiente escala cuenta con 20 ítems frente a los cuales deberás contestar marcando con un número del 1 al 5 la opción que consideres que se ajusta a tu situación, es decir, qué es lo que te sucede más a menudo cuando estás navegando por internet.

Siendo:

**1 = Nunca****2 = Muy Pocas Veces****3 = A Veces****4 = Con Frecuencia****5 = Siempre**

1. ¿Cada cuánto te encuentras con que permaneces en línea más tiempo de lo que hubieras deseado?	
2. ¿Cada cuánto descuidas los quehaceres de la casa, para pasar más tiempo en línea?	
3. ¿Cada cuánto prefieres navegar por internet o chatear, que encontrarte con un amigo/a?	
4. ¿Cada cuánto formas relaciones nuevas con usuarios en línea?	
5. ¿Cada cuánto recibes quejas de tus amigos, parientes, allegados acerca de la cantidad tiempo pasas conectado?	
6. ¿Cada cuánto se han visto perjudicadas tus calificaciones por la cantidad de tiempo que pasas conectado?	
7. ¿Cada cuánto revisas tu mail antes de alguna otra cosa que necesites hacer?	
8. ¿Cada cuánto se ve disminuido tu rendimiento en el trabajo o estudio por el tiempo que pasas en internet?	
9. ¿Cada cuánto te sucede que te sientes incomodo/a si alguien te pregunta que haces cuando estás conectado/a?	

10. ¿Cada cuánto sucede que te encuentras pensando en lo que vas a hacer cuando te conectes a internet?	
11. ¿Cada cuánto te encuentras planeando lo que vas a hacer cuándo te conectes otra vez?	
12. ¿Cada cuánto piensas que la vida sin la internet sería aburrida?	
13. ¿Cada cuánto pides que no te molesten si alguien te interrumpe mientras estás navegando?	
14. ¿Cada cuánto te pasa que pierdes horas de sueño por estar conectado a la Red en la noche?	
15. ¿Cada cuánto se sientes que desearías estar conectado a la Red cuando no lo estás?	
16. ¿Cada cuánto te encuentras diciéndote “solamente algunos minutos más” cuando estás en línea?	
17. ¿Cada cuánto te sucede que intentas limitar la cantidad de tiempo que pasas conectado y fallas?	
18. ¿Cada cuánto intentas esconder cuánto tiempo has estado conectado?	
19. ¿Cada cuánto te sucede que prefieres pasar más tiempo conectado que salir con otros?	
20. ¿Cada cuánto te sientes triste o nervioso cuando no estás conectado a internet, lo cual se va una vez que te vuelves a conectar?	