



UNIVERSIDAD
DON VASCO, A. C.

UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

INCORPORACIÓN N° 8727-25 A LA

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

*LA CIBERADICCIÓN Y EL NIVEL DE ANSIEDAD
EN LOS JÓVENES UNIVERSITARIOS ENTRE 21 Y 28 AÑOS*

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

ANA YOLANDA LEON GARCIA

ASESOR: LIC. JOSE DE JESUS GONZALEZ PEREZ

Uruapan, Michoacán. A 4 de octubre de 2021.



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.

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue identificar los aspectos de ciberadicción y la relación con la ansiedad de los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco.

Se realizó un estudio transversal de alcance correlacional en donde se evaluaron a 9 estudiantes de la escuela de Psicología.

Se aplicó la Escala de Riesgo de Adicción – adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERARSI) y el inventario de ansiedad de Beck.

Los resultados indicaron que una de los nueve estudiantes, presenta un alto nivel de ansiedad, denominada la ansiedad severa, según la prueba del inventario de Beck. Las ocho participantes restantes presentan un nivel de ansiedad mínimo y moderado según los índices.

En cuanto a los puntajes del instrumento ERARSI, tres de las alumnas presentan síntomas de adicción, mientras que las seis restantes presentan un nivel bajo de síntomas de adicción.

En cuanto a la relación de las variables el resultado de coeficiente de correlación es de $r= 0.04$ es decir, la correlación que se alcanzó mediante la realización es esta investigación se presenta como correlación positiva muy baja y no significativa.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
Antecedentes del problema	1
Planteamiento del problema	3
Objetivos de la investigación	4
Objetivo general.....	4
Objetivos particulares	5
Hipótesis.....	5
Hipótesis de trabajo	5
Hipótesis nula	5
Operacionalización de las variables	6
Justificación	6
Marco de referencia.....	7
CAPÍTULO 1: LA ANSIEDAD:	10
1.1 Definición de ansiedad	10
1.2 Trastornos de ansiedad	12
1.3 Los tipos de ansiedad	15
1.4 Ansiedad como rasgo-estado.....	17
1.5 Causas de la ansiedad.....	21
CAPÍTULO 2: LA CIBERADICCIÓN	31
2.1. Definición ciberadiccción.....	31
2.1.1. Función de las redes sociales.....	33
2.1.2 Frecuencia de uso.....	34
2.2. Causas de la ciberadiccción.....	36
2.3. Tipos de ciberadiccción.....	39
2.4. El cyberbullying	42
2.5. Las nuevas tecnologías.	49
CAPITULO 3: METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS ...	51
3.1 Metodología	51
3.1.1. Enfoque cuantitativo	52

3.1.2. Diseño no experimental.....	53
3.1.3. Estudio transversal	53
3.1.4. Alcance correlacional.....	54
3.1.5 Técnicas de recolección de datos	54
3.2. Descripción de la muestra	57
3.3. Descripción del proceso de investigación	57
3.4 Análisis e interpretación de los resultados	59
3.4.1 Los niveles de ansiedad que presentan los alumnos de séptimo semestre en la carrera de psicología	60
3.4.2 El nivel de ciberadicción en los estudiantes de séptimo semestre de la carrera de Psicología	65
3.4.3 Correlación entre nivel de ansiedad y la ciberadicción en los alumnos de séptimo semestre de la Universidad Don Vasco	72
CONCLUSIONES	76
BIBLIOGRAFÍA	79
MESOGRAFÍA	81
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

En este trabajo de investigación se indagó el tema de ciberadicción y el nivel de ansiedad de los jóvenes, en donde se encuentran varios temas que pueden estar relacionados.

Antecedentes del problema

El concepto de ansiedad será definido en el siguiente apartado a grandes rasgos. La ansiedad es un estado de sentimientos de aprehensión, en función de una amenaza de un hecho de contexto real que dependerá de la inquietud del individuo.

En la actualidad no se tiene mucho conocimiento sobre el término ciberadicción, es uno de los problemas que aqueja un gran porcentaje de la población.

Los estudiantes son los más relacionados con dicho tema ya que se la pasan muchas horas en las redes sociales realizando diversas actividades.

La ansiedad es una sensación de cosas concretas que no llegan a suceder, por ejemplo sensación de que se mueve y que le va a dar un ataque al corazón, de no poder respirar o de no poder entrar al ascensor por el temor de que pase algo Burillo (2014)

De acuerdo con Burillo (2014), la ansiedad es una sensación de situaciones que realmente no suceden y muchas veces siente que tienen una presión en el corazón y la sensación de no poder respirar; tienen en la mente lo que creen que pasará en el futuro, sin embargo, no son pensamientos muy agradables porque se presentan consecutivamente y por lo general son ideas negativas.

La investigación de niveles de ansiedad relacionados con el estrés académico en una muestra de estudiantes de la facultad de odontología UNAM 2019 fue realizada por Uriel Alvarado Castillo, realizada en la ciudad de México.

La investigación se realizó con un estudio cuantitativo mediante cuestionarios y utilizo el índice de Beck, con la finalidad de explorar la variable de ansiedad. Para identificar si existen diferencias estadísticas se utilizó la prueba T de student, se aplicó la prueba de coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados muestran que la ansiedad que los alumnos presentan es acalorado incapaz de relajarse y nerviosismo.

“La ciberadicción es el uso compulsivo/ patológico de internet, adicción, a las nuevas tecnologías, adicción a las pantallas, ciberadicciones” (Prieto, 2019: 131) La ciberadicción es el uso excesivo del internet que en ocasiones puede ser considerada una enfermedad patológica, ya que se utilizan diferentes plataformas digitales, ya sean videos juegos, teléfono móvil, redes sociales, WhatsApp etc.

La indagación sobre la adicción al internet y las habilidades sociales en jóvenes de la facultad de psicología en la UNAM fue investigada por Adelina Haro Solís en la ciudad de México DF en el año 2013.

El estudio se realizó con una muestra en donde se aplicaron cuestionarios de auto reporte, se realizó una correlación de Pearson, la prueba T de student, ANOVA, la d de Cohen, para determinar si existía relación entre la adicción a internet y las habilidades sociales.

Se ejecutó también una investigación que habla sobre las dos variables, Ansiedad- estado en los estudiantes de la licenciatura de psicología a distancia por la privación de interacción de las redes sociales de internet, por Alejandra Ariel Enríquez Ramírez en el año 2017 en Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla Estado de México. El

enfoque de la investigación fue de índole cuantitativa. La investigación se basó en la medición numérica y en análisis estadístico. Consistió en la evaluación mediante el inventario de ansiedad rasgo estado (IDARE), el cual tres días de evolución mediante un autorregistro de indicadores de ansiedad durante los 21 días de investigación. El resultado fue un leve aumento de frecuencia de los indicadores de ansiedad, producto de la privación.

Planteamiento del problema

Muchos jóvenes se la pasan en el celular, no solamente para realizar llamadas sino para navegar en el internet. Esto en parte se debe a la dependencia por las nuevas tecnologías, es decir, cuando se pierde el control al usar el internet.

Algunas de las causas pueden ser porque las personas en ocasiones se sienten solas y las redes sociales son una alternativa para poder estar comunicado por horas con personas que quizá estén hasta en otros lugares de la ciudad o país.

La tecnología puede cubrir una necesidad de estar con más personas y la sensación de poder relacionarse con ellas o incluso encajar en la sociedad, ya que los humanos necesitan convivir con otras personas y ser sociales por naturaleza.

En la actualidad se puede observar que los jóvenes de la Universidad Don Vasco se la pasan utilizando el celular durante varias horas, revisando sus redes sociales tales como Facebook, WhatsApp, Instagram, viendo videos en youtube e incluso mandando mensajes de texto durante el horario de clases.

En este tiempo denotan algunas consecuencias negativas que se relacionan con el internet.

Algunas investigaciones hablan del desorden de la adicción al internet y que deja de lado la convivencia con las personas que están a su alrededor, por estar conectado en la red, por lo que se descuidan algunas situaciones que pueden ser importantes en la vida cotidiana de cada persona, tales como una fecha importante, la relación con la familia, pareja amigos etc.,

Algunas personas sienten la necesidad de conectarse para utilizar el internet y estar actualizado sobre las noticias que pasan o las publicaciones que los demás suben en las redes sobre las actividades que realizan durante el día.

La conexión constante al internet puede ser la causante de no dormir las horas que son necesarias para descansar de la forma más adecuada, sin embargo, en ocasiones llegan a mentir sobre el tiempo que la pasan conectados a largas horas ya sea del día o de la noche de manera consecutiva.

En función de todo lo anterior es que surge la interrogante que abre la presente investigación: ¿Cuál es la relación entre la ciberadicción y la ansiedad, en los estudiantes del grupo de 7º B del área educativa de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan Michoacán?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar los aspectos de ciberadicción y su relación con la ansiedad, en los estudiantes del grupo de 7º B del área educativa de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan Michoacán.

Objetivos particulares

- 1.-Definir el concepto de ansiedad.
- 2.-Explicar las teorías de ansiedad.
- 3.-Definir el concepto de ciberadicción.
- 4.-Identificar a los estudiantes de 7º B educativo de la Universidad Don Vasco que presentan ciberadicción.
- 5.-Reconocer los niveles de ansiedad que muestran los estudiantes de 7º B educativo de la Universidad Don Vasco de la escuela de Psicología
- 6.-Identificar el nivel predominante de ansiedad en los estudiantes ciberadictos de la escuela de Psicología.

Hipótesis

Hipótesis de trabajo

La ciberadicción se relaciona significativamente con la ansiedad de los estudiantes del grupo de 7º B del área educativa de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan Michoacán

Hipótesis nula

No se relaciona significativamente la ciberadicción con la ansiedad de los estudiantes del grupo de 7º B del área educativa de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan Michoacán

Operacionalización de las variables

Los instrumentos que se utilizaron fueron el Inventario de Beck y la Escala de Riesgo de Adicción – Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERARSI):

En cuanto al inventario de Beck, la publicación del test es de 1988; sus autores son Aron T. Beck y Robert A. Steer. El constructo que se evaluó fue la ansiedad y se puede aplicar a los adultos y adolescentes de 13 años en adelante.

Los ítems presentan un dominio de trastorno de ansiedad. Los puntos de corte para clasificar el nivel de ansiedad son “mínima”, “leve”, “moderada” o “grave”. Está especialmente diseñada para medir los síntomas de la ansiedad menos compartidos con los de la depresión. Ha sido formulado para que discrimine entre los grupos de diagnóstico ansioso y no ansioso en una gran variedad de poblaciones clínicas, cuenta con 21 ítems tipo Likert.

Por otra parte, la Escala de riesgo de adicción – adolescente a las redes sociales e internet (ERARSI) fue creada por Montserrat Peris, Carmen Maganto, y Maite Garaigordobil.

La escala consta de 29 ítems agrupados en cuatro factores: síntomas-adicción, uso-social, rasgos-frikis y nomofobia (Apéndice 1).

Justificación

Las nuevas tecnologías pueden tener hasta cierto punto un beneficio para la sociedad pero, aunque posee ventajas tales como adquirir nuevos aprendizajes de diversos temas, también puede llevar a tener consecuencias de acuerdo al uso.

La investigación aporta nuevos conocimientos a la psicología, ya que es un tema pertinente porque es novedoso y es para abonar a la tecnología aprendizajes y conocer resultados que consideren que niveles de ansiedad se dan, así como otras enfermedades que pueden ser consideradas como trastornos en el ámbito clínico, es decir, los jóvenes pueden tener esas consecuencias debido al uso excesivo del teléfono, producto de lo que actualmente puede ser conocido como la era de la tecnología.

Es hoy muy común presentar una adicción por el uso de las diferentes redes sociales por buscar tener información actual con la que que los estudiantes puedan mantenerse renovados. Es por ello que el presente estudio puede favorecer a la psicología educativa para poder detectar algún tipo de problemática que los estudiantes puedan presentar y de tal forma que puedan intervenir para poder trabajar en dichas dificultades, ya que gracias a la tecnología han modificado las formas de comunicarse. El uso de estos recursos sirve para orientarlos y ejecutar nuevas estrategias de aprendizaje.

La importancia de la tecnología es muy notoria hoy en día, por lo que a lo largo de la vida se actualiza la información constantemente y surge la aparición de nuevas necesidades formativas que se vuelven esenciales para el aprendizaje. Esto enfatiza el aporte que se puede aportar a la ciencia mediante esta investigación.

Marco de referencia

México es un país de América latina, muy rico en el desarrollo de la industria y una gran riqueza en la agricultura. Es el país con la mayor parte de agricultura con

diferentes cultivos como las plantas, semillas, y frutos para generar alimentos para las personas o al ganado de materia prima y esto es gracias al medio rural. En este ámbito habita una gran parte de la población, ya que se desarrollan diferentes actividades como plantar todo tipo de frutos, verduras

Uruapan es una ciudad que, gracias a sus tradiciones y costumbres, atraen turismo de diferentes lugares. El tianguis artesanal es uno de ellos, ya que es el mercado artesanal más grande de Latinoamérica. El parque nacional también genera atractivo turístico por su belleza natural.

En esta ciudad se encuentra la Universidad Don Vasco, en la carretera Uruapan Pátzcuaro 1100 Lomas del Valle. Es una de las primeras instituciones particulares de estudios superiores y es la única universidad en el estado de Michoacán que goza del reconocimiento oficial de la Universidad Nacional Autónoma de México.

El 20 de junio de 2004 se autorizó la incorporación de la carrera de Psicología a la UNAM. En ese mismo año se inician actividades e ingresan los primeros estudiantes a la escuela de Psicología con dos grupos de 50 alumnos cada uno, El plan de estudios marcaba una duración de 9 semestres, pero en 2009 la escuela se incorporó al nuevo plan de estudios del 2008 de la UNAM, ahora con la duración de 8 semestres.

En el 2009 egresa la primera generación de Psicología de la UDV con un total de 57 egresados. A partir de ahí se inicia la titulación y los primeros egresados en titularse lo realizaron en enero de 2010.

Los maestros fundadores de la escuela de Psicología

1.-Lic. Raúl Zapala Ríos.

2.- Lic. José de Jesús González Pérez (director).

- 2.-Lic. Ruth talavera Flores.
- 3.-Lic. José Carlos Minchaca Ochoa.
- 4.-Ing. Salvador Tapia Hernández.
- 5.-Lic. Juan Luis Moreno Hurtado.
- 6.-Lic. Mónica Jiménez Palomino.

CAPÍTULO 1: LA ANSIEDAD:

En este capítulo se exponen algunos temas sobre la variable de ansiedad, como su definición, trastornos de ansiedad, ansiedad como rasgo, ansiedad como estado y los niveles de ansiedad.

1.1 Definición de ansiedad

En este apartado se conceptualizará la primera variable de la investigación desde la perspectiva de distintos autores.

“La ansiedad es el miedo anticipado a padecer un daño o desgracia futura, acompañada de un sentimiento de temor o de síntomas somáticos de tensión” (Maya, 2010, pág. 17)

Según Maya (2010) La ansiedad es un estado de temor, que se presentan algunos síntomas físicos, que puede tener pensamientos, sensaciones y comportamientos inadaptados para dichos síntomas. La ansiedad se relaciona con cualquier situación que se piensa que pueda suceder en tiempo futuro.

Por lo anterior, se puede definir que la ansiedad es un estado de ánimo negativo por síntomas corporales y pensamientos negativos, y que provoca que en ocasiones pueden exagerar los problemas antes de que sucedan.

“La ansiedad viene de un vocablo latino que significa << preocupación por lo desconocido>> y también está relacionada con la palabra griega que significa <<comprimir o estrangular>>” (Trickett, 2009, pág. 15)

Según Trickett (2009), la ansiedad proviene del vocabulario latino cuyo significado es tener cierta preocupación a las cosas que realmente no se conocen; es

la reacción que se tiene sobre el tiempo futuro. Es importante estar al tanto cuando en las personas en algún momento se presenta un cierto grado de ansiedad, es por ello se posee los términos de comprimir y estrangular, porque se debe luchar por situaciones de miedo. Se muestran en ocasiones cambios en el cuerpo tales como aumentar la energía, por lo que se pretende huir de la tensión y el peligro. El problema se puede manifestar cuando los niveles de energía no pueden bajar, el cuerpo no se concierta y es cuando se alteran los nervios.

“La ansiedad es una reacción emocional de adaptación, anticipatoria, y normal ante eventos de resultado incierto que imaginamos como posiblemente aversivos o amenazantes, o ante situaciones para las que no tenemos o pensamos que no tenemos recursos suficientes para afrontarlas”. (Serrano y Camino, 2015, pág. 10)

Según Serrano y Camino (2015) la ansiedad es una reacción que se presenta de manera emocional y de adaptación. Algunas veces se dice que se pueden predecir los eventos que en ocasiones los resultados son imaginarios; son pensamientos amenazantes en contextos que no se tienen técnicas para resolver las circunstancias que se presentan. Se dice que es una reacción de adaptación porque algunas veces no se conoce el entorno para poder realizar diferentes actividades.

Por lo tanto, la definición de ansiedad, en la cual esta investigación se coloca, se encuentra sustentada por autores anteriormente mencionados, donde se dice que es un estado de temor con síntomas físicos, y preocupación excesiva manifestada hacia el futuro. Cabe mencionar, la ansiedad es un estado de ánimo negativo ya que en ocasiones tienden a exagerar los distintos contextos que se presentan; en momentos se relaciona con el miedo y tensión por lo que los niveles de energía aumentan y se presentan los términos de adaptación, por lo que es importante conocer

el contexto en el que es posible que se desarrolle y de esa manera se pueden efectuar las diversas actividades y disminuir la ansiedad, ya que al no conocer ciertos lugares, se puede prestar a cierto grado de inseguridad o miedo al no saber de qué manera reaccionar hacia lo novedoso y de tal manera no saber qué hacer en el momento.

1.2 Trastornos de ansiedad

Menciona Allen (1995) que la crisis de angustia se determina por la aparición repentina de síntomas y aprensión, desconfianza, terror, en el que que la mayoría de dichas sensaciones están acompañadas de pensamientos de muerte.

En esta crisis aparecen síntomas tales como la falta de aliento, palpitaciones, en ocasiones tienden a sentir sensación de atragantamiento, asfixia, miedo a volverse delirante; de esta manera perder el control de las distintas situaciones que se le presenten.

Según Allen (1995) la agorafobia se refiere al comportamiento de sustracción en los diferentes lugares o situaciones que puede parecer difíciles de controlar; en ocasiones es imposible que pidan ayuda cuando aparece el momento de la crisis que generalmente es de angustia.

El trastorno de angustia sin agorafobia según Allen (1995) se precisa por crisis de angustia que aparecen de manera inesperada que producen un estado intacto de preocupación.

De acuerdo con Allen (1995), el trastorno de angustia con agorafobia se caracteriza por la anteriormente mencionada crisis de angustia, mediante la aparición

repentina de sensaciones de miedo, y por agorafobia que es la angustia por estar en lugares públicos en donde se encuentran muchas personas o lugares muy grandes.

La agorafobia sin historia de trastorno de angustia (Allen,1995) se describe por la manifestación de agorafobia y algunos síntomas equivalentes a la angustia.

La fobia específica es en donde está presente la ansiedad significativamente hacia una respuesta en diferentes contextos u objetos que son temidos por las personas que dan lugar a conductas de evitación.

En la fobia social, según Allen (1995) se presenta la ansiedad en sentimientos excesivos de timidez, en donde las personas se muestran incómodas al asistir a las actividades sociales, sin embargo, los individuos pueden convivir con sus familiares y algunas personas cercanas, pero definitivamente hablar en público y conocer a gente nueva se les dificulta por la timidez excesiva que se caracteriza.

El trastorno obsesivo compulsivo se presenta como su nombre lo define, por medio de obsesiones que son causantes de ansiedad o compulsiones, algunas veces interfieren en las actividades diarias que muchas veces pueden ser causante de angustia. Tienden a tener actos compulsivos que pretende aliviar el estrés o ansiedad, las personas intentan ignorar estos casos, pero es difícil de superarlos ya que los pensamientos pueden llegar una y otra vez, produce un círculo que es vicioso.

El trastorno por estrés postraumático, según Allen (1995), es caracterizado por la dificultad de recuperarse después de cierto acontecimiento fuerte para la persona. Este trastorno puede durar demasiado tiempo y en diferentes ocasiones. Puede haber episodios del suceso atemorizante que con el tiempo se hace de que haya una reseña o algún objeto que le recuerde el trauma causan intensas reacciones emocionales y físicas.

El trastorno por estrés agudo considera que son similares a los síntomas del trastorno por estrés postraumático, aparece después del episodio traumático, las personas afectadas reviven los momentos aterradores de forma mental, tratan de evitar cualquier situación que les haga recordar y percatarse de un acrecentamiento de ansiedad.

Por otra parte, el trastorno de ansiedad generalizada se caracteriza por la presencia de ansiedad e inquietudes; se preocupan extremadamente y son personas que se sienten con bastantes nervios; no les es fácil controlar la ansiedad y mantenerse concentradas en sus actividades cotidianas; se presenta durante seis meses aproximadamente.

En el trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica, se presentan síntomas de ansiedad secundarios. Los temores que se tienen pueden tener síntomas físicos.

Los trastornos de ansiedad inducido por sustancias se muestran directamente de las drogas o fármacos. En el consumo de drogas, con frecuencia las personas piensan que pueden olvidar sus problemas, sin embargo, muchas veces terminan con una pérdida de identidad que suele ser muy angustiante..

El trastorno de ansiedad no especificado se determina por la ansiedad o la evitación de fobias; se relaciona con los trastornos específicos de la ansiedad ya que están presentes los síntomas relacionados a la misma. Este trastorno se presenta en la infancia.

1.3 Los tipos de ansiedad

Según Burns (2006) los tipos de ansiedad son:

- La preocupación crónica: hace referencia a la preocupación persistente de la familia y el sobresalto de que le sucederá algo malo y no podrá identificar el problema con facilidad.
- Miedos y fobias: se pueden encontrar de distintas formas, como lo puede ser viajar en un avión, tener miedo o fobia a algún animal en específicos, lugares muy cerrados e incluso en zonas en donde se encuentran muchas personas. Se refiere al medio que sucede de forma cotidiana en distintas condiciones.
- La ansiedad por la actuación: hace referencia cuando una persona se queda paralizada siempre que participa en actividades escolares que tiene que presentar un examen.
- La ansiedad por hablar en público: las personas algunas veces se siente nervioso al momento de hablar ante un grupo de personas, en este caso las personas suelen tener pensamientos de desesperación o que en algún momento se equivocarán al pronunciar las palabras, temblarán y podrán notar los nervios.
- Timidez: es una sensación de inseguridad y vergüenza, en el cual las personas refieren que se sienten nerviosas. Generalmente esto sucede cuando las personas con este padecimiento se presentan a reuniones sociales y comienzan a pensar en las palabras que serían adecuadas para mencionar en el grupo, se le dificulta establecer una conversación y el relacionarse con los demás.
- Ataques de pánico: se presentan ataques de pánico con miedo agudo que induce reacciones físicas, generalmente se muestra un pérdida de control o un ataque

cardíaco que incluso tiene pensamientos o sensación de que morirán porque en algunas veces no pueden respirar. Al poco tiempo la sensación de pánico desaparece cuando resuelven la situación que es estresante para cada persona. Los ataques en algunas ocasiones son inesperadas y periódicos y pasa el tiempo con bastante miedo al pensar que le puede sufrir otro ataque.

- **Agorafobia:** es el miedo constante de permanecer fuera de su casa; se tienen pensamientos negativos y la sensación de que algo malo sucederá; sentirá miedo al acudir a lugares abiertos; siente terror y angustia al estar presente en parques, transporte, cine etc. En general se presenta la agorafobia en lugares en donde asisten muchas personas; se puede presentar una sudoración excesiva.
- **Obsesiones y compulsiones:** son pensamientos obsesivos que no se pueden sacar de la mente con facilidad. En las compulsiones se realizan actividades repetitivas con el fin de controlar el miedo.
- **Trastornos por estrés postraumático:** es la presentación de imágenes o recuerdos sobre el suceso trágico; puede ocurrir después de experimentar una mala experiencia conocida como un trauma emocional que involucra una amenaza; se puede recordar de manera que perciben el acontecimiento como lo estuvieran viviendo en la actualidad.
- **Preocupación por su aspecto físico (trastorno dismórfico corporal):** consiste en la preocupación de aspectos físicos. La persona pasa demasiado tiempo tratando de encontrar defectos que considera que tiene y afectan en cualquier parte de su cuerpo; pueden pensar que las personas que los rodean lo ven en repetidas

ocasiones y se burlan de su apariencia; constantemente evitan verse en un espejo. Las personas tratan de mejorar su apariencia constantemente.

- Preocupaciones por su salud (hipocondría): las personas consideran que es importante acudir al doctor cuando sienten algún malestar; puede creer que las sensaciones corporales no son normales; piensa que las enfermedades que posee son graves y que debe acudir a un hospital constantemente.

Por lo anterior, los autores mencionados coinciden que los trastornos de ansiedad, se manifiestan en miedo, vergüenza, inseguridad y nervios en cualquier situación que consideran que sean amenazantes para las personas y algunas veces es difícil de controlar. La característica principal son los pensamientos negativos ante los escenarios imaginarios que piensan que pasaran en tiempo futuro.

1.4 Ansiedad como rasgo-estado

La ansiedad rasgo es una característica de personalidad relativamente estable a lo largo del tiempo y en diferentes situaciones.

“El rasgo de ansiedad se refiere a la tendencia del individuo a reaccionar de forma ansiosa” (Cano; y cols., 2008, pág. 29)

Para Cano y cols. (2008) La ansiedad como rasgo es conocida como una peculiaridad del temperamento. Ésta se refiere a la propensión de la persona que reacciona de forma ansiosa. Las personas que presentan el rasgo de personalidad intranquila se muestran con un mayor grado de miedo, inestabilidad emocional, tienen a preocuparse excesivamente por todas las actividades que deben realizar y

comienzan a sentirse tensos. La ansiedad como rasgo se relaciona con varios trastornos de ansiedad.

Cuando se considera que es una característica de la personalidad se dice que posee una carga importante de genética que los hace propensos a padecer los trastornos.

La evitación de daño es una tendencia a impedir los estímulos que les causan ciertos nervios, por ejemplo algo que es novedoso para dichas personas; suelen negarse a estar relacionados con lo que realmente no conocen.

“La ansiedad rasgo dependería de las características temperamentales del mismo individuo, cuando los individuos se encontrasen en distintas en distintas situaciones que conllevan diferentes tiempos y grados de estrés y amenaza” (Yañez, 2005, pág. 21)

Para Yañez (2005), La ansiedad como rasgo es la forma en que las personas se encuentran en diferentes contextos y a otros grados de estrés o situaciones amenazantes.

Las personas que hasta cierto punto se les puede llamar ansiosas, se adiestran a mostrar reacciones de ansiedad que hasta cierto punto es elevado. Algunas veces pueden mostrar ansiedad dominante en situaciones que son poco estresante. Las consecuencias de la conducta muchas de las veces son derivadas del estrés y son generalmente en donde se obtiene niveles altos de ansiedad rasgo.

Según McMahon (2005) La ansiedad como rasgo puede encontrarse cierta posibilidad que haya una predisposición genética de temperamento ansioso.

“Ansiedad- rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo esta una disposición y tendencia”(Francis Ries; y cols

2012, pág. 9) Estos autores se refieren a la ansiedad como rasgo a las distintas formas de ser de cada una de las personas que en ocasiones pueden percibir un mayor número de escenarios que hasta cierto punto pueden ser amenazantes para dichas personas.

“El estado hace referencia a la forma en que se encuentra una persona en un momento dado. Es el resultado de la interacción entre rasgo y situación” (Oblitas, 2010, pág. 169) La ansiedad como estado se puede presentar en las personas en cualquier momento por la predisposición de las diferentes situaciones, que pueden ser observadas como amenazas; son subordinaciones del peligro real; será el resultado que se obtendrá de la relación entre el rasgo y la situación que se le presente de la interacción del nivel de estrés.

Moreno (2011) menciona a Spielgelbert (1970) quien considera que la ansiedad como estado, es una composición de sentimientos de tensión y nerviosidad que se relacionan con pensamientos negativos y se presenta una preocupación constante, asociado a una elevación de la reacción del organismo.

La ansiedad como estado se considera que es una alteración negativa, que de alguna manera puede cambiar; se exteriorizan pensamientos catastróficos muchas de las veces con un desorden de pánico.

Los cambios fisiológicos que están asociados al incremento de ansiedad-estado incluyen:

- Elevación de tasa cardiaca
- Presión sanguínea
- Respiración intensa (rápida)

- Boca seca
- Dilatación de las pupilas
- Tensión capilar
- Extensión de transpiración
- Contracción de ciertos músculos

Se menciona que si alguna situación es apreciada como amenazante se presentará un estado de ansiedad, aunque la intensidad que puede ser presentada para cada persona es subjetiva. El estado de ansiedad se conservará elevado hasta que pase la situación amenazante.

La ansiedad como rasgo es una destreza del temperamento, de manera en que percibe las situaciones que considera peligrosas y la forma en que responde a éste.

Los niveles altos de ansiedad estados son conocidos como los que presentan gran cantidad de molestia. Si alguna persona no puede controlar la reacción de las situaciones difíciles, pondrá a prueba sus habilidades para enfrentarse con la situación amenazadora. Se inicia cada que es un proceso defensivo para comprimir el estado emocional y que de alguna manera trabajen los mecanismos de defensa. Las condiciones se mostrarán menos amenazantes y se presentaran una disminución del estado de ansiedad. Los mecanismos de defensa trabajan realizando un proceso psicofisiológico de manera que va cambiando la reacción a la situación.

Un hecho interesante, es que las personas que presentan un alto grado de ansiedad rasgo descubren las situaciones ordinarias como amenazantes.

Moreno (2011) menciona a Rojo, quien considera que la ansiedad es una experiencia de alarma psíquica, que surge en situaciones alarmantes en donde surge una activación.

Debido a lo anterior, los autores mencionados comentan que la ansiedad como rasgo es conocida como las características del temperamento, en donde se puede reaccionar de una manera ansiosa y son sentimientos de tensión y algunas veces de nerviosismo y está integrada en los rasgos de personalidad.

En algún momento la ansiedad estado facilita la aparición de los trastornos de ansiedad. Tienden a presentar un nivel de ansiedad elevada, ante objetos o contextos que son novedosos para las personas, lo que hace que aumente el miedo y los nervios de no conocer las situaciones que se presentan.

Por otra parte, los niveles altos de ansiedad estado son conocidos como los que presentan gran cantidad de molestia.

1.5 Causas de la ansiedad.

Bourne (2012) menciona que la ansiedad puede desarrollarse de distintas maneras, algunas veces se presenta la presión al realizar alguna actividad ya sea al presentar algún trabajo, en la escuela o al hablar en público.

Una de las causas más importantes, según este autor, es el factor hereditario refiriéndose a las características que son transferidas por el ADN que están dentro de los cromosomas en unidades concretas determinadas como genes, y cada gen es portador de información de fenotipo y genotipo.

También es importante entender el nivel de importancia que se tiene la educación para las diferentes familias, las creencias, los cambios, expresar sentimientos y el estrés, ya que en algunas situaciones el obtener buenas calificaciones es la prioridad y es por ello que deben presentar su mayor esfuerzo para lograr lo que se les asigna. Existen personas que se estresan, tienen presión y elevan los niveles de ansiedad al saber que se aproximan las fechas de los exámenes y al conocer los resultados de los mismos, ya que es importante cumplir la meta.

Las causas de los problemas de la ansiedad son diferentes, no se debe tomar en cuenta únicamente el nivel sino también el periodo de tiempo en que se está presentando.

Causas por predisposición:

En referencia a las causas de predisposición a largo plazo, se trata de circunstancias que se proponen desde el nacimiento o desde la infancia, y que en algún momento inducen a desarrollar la ansiedad.

Según Bourne (2012) la herencia y las conductas disfuncionales de los familiares como los padres o abusos infantiles son una causa muy probable de la ansiedad, porque algunas veces aplican un exceso de castigos, críticas, precaución etc.

Causas de circunstancias recientes:

Por otra parte, las causas de circunstancias recientes, son los sucesos que aparecen en el transcurso de las semanas o días. Menciona el autor que los ataques de pánico y la agorafobia son los que incluye un nivel más destacado de estrés, en algunas veces se almacena por exceso de trabajo, tareas, debido a que no se organiza

el tiempo necesario para poder llevar a cabo todas las actividades que se plantean durante el día; también puede aparecer por la pérdida de un ser querido o muy cercano y esto se sobrelleva a un cambio significativo en la vida de cada persona o por el consumo de sustancias nocivas como las drogas, marihuana, cocaína etc.

Causas de mantenimiento:

Así mismo haciendo referencia a las causas de mantenimiento, se explica que se trata de integrantes de la conducta, de la actitud y el estilo de vida. Las causas pueden suceder por diferentes circunstancias, pero surge una tensión muscular, impresión de miedo, pensamientos negativos constantes, entre otros.

También existen las creencias equivocadas sobre sí mismo o misma y sobre las personas que le rodean. Se considera que se produce también por no realizar actividades físicas, consumo de cafeína, azúcar o comida chatarra, es decir presentan una mala alimentación, la falta de cuidado o aseo personal, si en el estilo de vida que se vive se ostenta laguna dificultad, la costumbre de preocuparse constantemente por todo lo que suceda o se piense que pasara en tiempo futuro, la falta de confianza y autoestima, cree incapaz de realizar las actividades que se le presente y son personas indecisas , no se valoran y le tienen miedo a lo que es novedoso, ansiosos y nerviosos y buscan culpabilizar a otros y son personas muy pesimistas ante cualquier situación.

Causas neurobiológicas:

Se trata de reacciones en el cerebro que se ven afectados con mayor intensidad para generar experiencias de ansiedad. Se enfatizan:

- Erro en la interpretación de la experiencia en el hipocampo, se presenta un cambio de interpretación que por lo general es muy amenazante y se relaciona con las experiencias que ya han pasado.

- Deficiencias o desequilibrio de algunos neurotransmisores como lo son: la serotonina, norepinefrina y GABA.

Moreno (2011) hace mención que al presentarse un contexto de alguna enfermedad o un impacto como lo puede ser un accidente de algún familiar, se considera que alcanza una enfermedad ansiosa.

El autor consideró que para considerarse una causa se deben presentar tres características:

- Que sea unívoca:
siempre tiene el mismo resultado o significado. Un acontecimiento A origina un acontecimiento B.
- Que sea necesaria:
se considera que solo se presentará un acontecimiento.
- Que sea suficiente:
basta con que se produzca A para que se produzca B.

Pueden existir diferentes circunstancias para considerar que sea por la causa de alguna enfermedad, pero ninguna que es precisa.

Se puede decir que por situaciones difíciles que se han presentado se tiene que conocer que tan importante es para la persona, por ello, es muy importante conocer los acontecimientos anteriores y los posibles vínculos con la enfermedad ansiosa actual.

Cuando los acontecimientos se presentan enlazados en alguna persona, se produce una enfermedad que se designa “campo etiopatogénico”.

- El campo es un conjunto de sucesos interrelacionados trabajan entre sí.

- Etiopatogénico es cuando se produce una enfermedad.

El autor considera tres apartados centralmente del campo etiopatogénico:

- Factores de disposición:

son los que están relacionados biológicamente, que en algún momento pueden cambiar; se toman en cuenta los rasgos temperamentales; son algunas características que cada una de las personas presentan o reaccionan ante una situación en específico.

- Factores de sensibilización psicobiográfica:

son denominadas como las atribuciones del ambiente, familia, infancia, se han presentado a lo largo de la vida.

- Factores desencadenantes:

son los que actúan como detonadores, son los que van a determinar la fuerza o importancia que tienen las situaciones para dar origen a la enfermedad ansiosa.

Factores dispositionales:

Una enfermedad ansiosa no se adquiere de padres a hijos, como otras características físicas.

La herencia

Los trastornos psíquicos de los familiares, cuando se conoce las frecuencias de las enfermedades en los familiares se puede deducir una probabilidad de retener alguna enfermedad. Según Moreno (2011) menciona al autor Galton, la herencia proporcional quiere decir, que en cuanto más lejos se encuentre este el ascendiente

padeció de laguna enfermedad ansiosa, hay una menor posibilidad de poseer una alteración.

La ley de regresión de la probabilidad de enfermar o ley de mejoramiento y planificación, comenta que entre más generaciones transiten será menor la posibilidad de padecer la enfermedad y de alguna manera se puede ir modificando con el tiempo.

Es muy importante tomar en cuenta cada que sea necesario, ver si en realidad se cumplen los criterios y el diagnóstico en donde se especifique si se presenta un trastorno de ansiedad.

Es importante resaltar que la herencia, es un punto importante en donde puede inferir dicha enfermedad, pero también es importante el ambiente en donde se desenvuelve cada persona. Moreno (2011) menciona el autor Luxemburger, quien afirma que lo que influye es el dominio del ambiente ,en donde la herencia tiene una marca menor.

La posibilidad de herencia genética de la ansiedad es de 20 a 30%. Por lo tanto, si se tiene a un familiar muy cercano que se le haya diagnosticado dicho trastorno no necesariamente se puede heredar, al menos de que se presente en gemelos monocigótico. En otros términos, todo depende del contexto, la educación y la forma en que se enfrenta la vida, es por ello que cada persona presenta ideologías diferentes.

El trastorno de ansiedad social o fobia, se menciona que en alguna veces aparece entre los 14 a 16 años, y es importante saber que este trastorno se puede presentar más en mujeres, en el caso de las personas que presentan el trastorno obsesivo compulsivo se inician desde la adolescencia o al iniciar la vida adulta, de los 15 a 20 años, se ven afectados los hombres y la mujeres, se menciona que alguno casos los niños presentan algún predominio importante en los hombres.

En el trastorno por ansiedad generalizada, se menciona que se presenta con más frecuencia en las mujeres en un rango de 60% al 70% en los hombres de 30% y 40%, la edad en la que se puede presentar dicho trastorno es de 20, y 30 años de edad.

En el trastorno de angustia se presenta más en las mujeres, se dice que se presentan el doble que en los hombres, el inicio de esta enfermedad es alrededor de los 30 años.

Las fases más usuales para que aparezca una enfermedad ansiosa, es en la segunda fase, entre los 13 y los 16 años, en donde será un periodo importante pues se presentan las crisis y la necesidad de adaptarse, ya que se les dificulta tener acuerdos con sus familiares sobre las creencias que cada uno de ellos presentan y es por eso que no congenian con sus ideas.

Algunos aprendizajes anómalos, algunas veces pueden influir de manera significativa, una de ellas es la hiperprotección ansiosa. Ésta se refiere a las madres que siempre están controlando a sus hijos en todo momento y no los dejan realizar las actividades que a ellos les gustaría. En función de esto, se presenta una inseguridad trascendente y se presenta con mayor frecuencia en las niñas porque se identifican más con la forma de ser de su madre tomando su rol. En algunas situaciones la madre está al pendiente y controla las conductas que los hijos están presentando en cada momento, abrigándolos excesivamente para que no presenten ninguna enfermedad.

Es por ese aprendizaje que tanto las mamás e hijos adoptan pueden proyectar sus inseguridades a las demás personas, por lo que la hiperprotección ansiosa puede afectar:

- Sobre la salud:

En este caso el miedo es una representación constante a que se resfríe y los problemas de salud que se presenten cada día sean peores por comentarios o motivos que pueden ser: “abrígate bien” “eso te hará daño “no comas cosas heladas” etc. Por esta situación se ocasiona un inseguridad corporal, se genera un sentimiento de inestabilidad en la salud y se piensa que se pueden enfermar por cualquier circunstancia y momento, por lo que pueden padecer un trastorno ansioso hipocondriacos.

- Sobre el mundo:

Se refiere al cuidado excesivo que se presenta en el mundo sobre la gente que puede hacer daño a las personas, en las perversiones que se exhiben en la sociedad y de qué manera puede afectar a los niños. De alguna manera se les inculca que los niños no deben confiar en los demás y es por ello que algunos niños son muy desconfiados en la vida, se retraen demasiado y desarrollan una personalidad con una propensión paranoica.

Los conflictos son parte significativa para generar ansiedad, que hasta cierto punto puede ser normal. Moreno (2011) menciona el autor Ling Yutang, quien afirma que los conflictos van a existir siempre y se pueden presentar en cualquier circunstancia, pero realmente el conflicto aparece cuando ya no se controla tan fácilmente y se muestra una tensión muy grande que no se controla. Se considera un estado de ansiedad patológica.

En algunos casos se ven obligados a ver las cosas de manera positiva o hasta cierto punto dar una valoración a la situación y decidir con cual medio es el adecuado para eliminar el otro.

En este caso se presenta la ansiedad dependiendo el tema o contexto en el que se presenta, aparece una crisis de ansiedad, trastornos comportamentales y angustia ante la toma de decisión y el problema por afrontar la situación.

Por lo anterior, de acuerdo con los autores mencionados, las causas de la ansiedad se presentan por diversas situaciones como el trabajo, la escuela. Muchas personas mencionan que puede ser hereditario, y muchas veces no lo es, ya que todo depende del ambiente en que cada persona se desenvuelve o reacciona ante una situación que se considere como amenazante. Por lo tanto, es de suma importancia conocer si se ha realizado un diagnóstico en donde se debe tomar en cuenta los síntomas.

Las posibles causas que pueden desencadenar alguna alteración, que pueden ser por las madres que son sobre protectoras, los hijos suelen tomar ese ejemplo para reaccionar de la misma forma ante las situaciones en donde se ve afectada la salud, ya que se les pide que tienen que cuidarse para no enfermar o cubrirse para que no les dé refriado; siempre tienen en su mente que deben tener precauciones todo el tiempo para evitar alguna enfermedad y presentan pensamientos negativos sobre el mundo; consideran que los individuos son malos y hacen daño y es por ello que los niños presentan mucha inseguridad y desconfianza para realizar actividades y convivir de alguna manera con las personas.

También mencionan que las edades para que se presente la ansiedad son de 13 a 16 años, que es cuando se presentan los cambios en la adolescencia y es difícil para los padres poder tratarlos porque existe una confusión en la ideología que cada uno tiene en diversos temas.

Por eso es importante conocer si se exhibe un diagnóstico de trastorno de ansiedad para indagar, cuáles son las posibles causas de dicha anomalía y en que niveles se presentan, si de alguna manera se pueden controlar por si mismos o se presentan de manera que necesita de una intervención con algún profesionalista.

CAPÍTULO 2: LA CIBERADICCIÓN

En este capítulo se incluyen algunos subtemas que conforman el segundo capítulo sobre la variable de ciberadicción, como su definición, causas de la ciberadicción, enfermedades que se pueden desarrollar. Es decir, en este apartado se conceptualiza la segunda variable de la investigación desde la perspectiva de distintos autores.

2.1. Definición ciberadicción

“El uso extensivo e intensivo de las nuevas tecnologías, especialmente entre los más jóvenes ha acarreado una nueva realidad, la adicción a internet.” (Serna, 2017, pág. 7)

Según Serna (2017) el internet se utiliza de manera que puede ser, hasta cierto punto, muy agotador. Este es manipulado por los jóvenes y es presentado en cualquier momento. Algunas personas los comienzan a utilizar de manera excesiva para poder dar un paso a la vida de social. Es la forma en que pueden conocer el mundo o, algunas veces, suelen manipularlas para conocerse a sí mismos y poder percatarse de lo que les gusta, las personas con las que tienen similitud y de alguna manera puede modificar su actitud de forma consecutiva.

La tecnología ha tenido un gran avance y es imposible que en esta era de la tecnología las personas no tengan conocimiento de alguna red social o pueda tener acceso, a raíz de estas innovadoras herramientas durante los años.

Hoy en día gracias a la tecnología se puede efectuar nuevas investigaciones y mantenerse informado ante cualquier noticia en cualquier parte. Los profesores logran realizar ciertas actividades por vía electrónica.

“La adicción a internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos.

Es decir, la persona ‘dependiente’ realiza un uso excesivo de internet lo que le genera una distorsión” (Young, 1996, pág. 25)

Según Young (1996) La adicción al internet es considerado una imperfección del uso excesivo de cualquier red social, que puede formar una distensión de las actividades que requieren efectuar, debido a los objetivos personales planteados, en la cual puede estar involucrada la familia o los profesionales.

Cualquier uso del internet es apto para poder crear una adicción, al tener el funcionamiento en relación a las personas por las cuales se obtiene cierta comunicación, debido a esto puede haber algunos aspectos por los cuales los individuos utilizan las redes. Algunas ocasiones se conectan para mantenerse comunicados con los demás, y poder indagar acerca de la vida de las personas, familiares, amigos, novios, etc.

Young (1996) considera importantes tres puntos que deben ser tomados en cuenta para detectar los problemas en el uso de las redes:

- Comprobación compulsiva del correo electrónico
- Tendencia para anticipar las conexiones de las redes
- Quejas de terceros para gastar dinero en conexiones del internet

Por lo anterior, la ciberadicción es definida como el uso excesivo de las tecnologías, pueden ser las computadoras, teléfonos móviles, tabletas etc.

De alguna manera es muy agotador, ya que se manipulan diariamente de forma consecutiva para poder obtener una vida social y tener un mayor conocimiento. Es por ello que en la actualidad los profesores mandan artículos por correo o facebook para realizar las actividades de la clase y así mantener la comunicación con las demás personas, en la invención las diferentes edades pueden tener esa conexión a diferentes redes sociales.

Por otra parte, la adición al internet es la falta de control al utilizar cualquier red social, en la cual se pueden desarrollar algunos problemas cognitivos, fisiológicos y es por eso que las personas llegan a gastar gran cantidad de dinero para poder conectarse y mantenerse informados de lo que pasa diariamente.

2.1.1. Función de las redes sociales

“Las redes sociales son espacios virtuales creados para las relaciones interpersonales, pero habitualmente operan como medios para articular relaciones reales, o al menos se orienta con esa expectativa” (Requesens, 2012, pág. 22)

Según Requesens (2012) una red social es una distribución formada por diversas personas que están conectadas por medio del internet y diversos vínculos, afectivas, de trabajo y amistades.

Las redes sociales cada día evolucionan y de esa manera se puede mantener en contacto a las personas que están en otros lugares, ya sea dentro del país o en cualquier lugar del mundo e incluso se puede conocer a personas desconocidas.

De esta forma las redes sociales permiten comenzar con nuevas amistades o el inicio de un noviazgo y perseguir las pistas de relaciones o a personas que en algún momento convivieron en épocas pasadas y conocer su vida privada ya que se puede tener acceso a dicha información mediante las fotos que publican constantemente en cualquier red social.

La comunicación que se puede tener en el chat es más fácil y forja menor ansiedad que en la vida real, ya que facilita la distinción de la vergüenza y miedo, por el simple hecho de publicar sus fotos en la red y poderlas compartir con sus amistades más allegadas.

En las redes sociales aparecen las emociones, al no conocer a las personas con que se habla en la red causa terror y si no se está conectado en cualquier red social se dice que es como si no existiera.

Por lo escrito anteriormente, las redes sociales son usadas de diferentes maneras, una de ellas es para poder trabajar ya que cada vez se utiliza más de la tecnología para poder tener el control de la mercancía o de los mismos empleados, y tener contacto con las personas que están en diferentes lugares que pueden ser de otro país, e incluso conocer nuevas amistades e incluso se puede una red social por moda. Se disminuye el miedo o timidez al publicar fotografías, publicaciones, gustos e intereses en la red social.

2.1.2 Frecuencia de uso

Según Islas (2015), los resultados más recientes de la encuesta realizada por el INEGI, en abril del 2013 se obtuvo como resultado que 49,458,088 personas usan

las computadoras, de los cuales 46,026,450 tienen acceso al internet.

El internet se ha transformado en una parte importante para los jóvenes. En algunos reportes que se realizaron, se afirma que entre los estudiantes que utilizan las redes sociales diariamente, se destaca que en México se desarrolló la relación al uso individual de las redes sociales.

El tiempo que las personas usan el internet se estableció de 5 horas con 36 minutos; se menciona que el lugar en donde más se utiliza es en el hogar con el 71%, en el trabajo con el 46%, y las instituciones con el 34%.

El punto de conexión para el acceso de internet fueron las computadoras laptop con 59%, computadoras de escritorio 57% los teléfonos inteligentes 49%, teléfonos móviles con 27% y las tabletas con el 20%.

La asociación mexicana de la industria publicitaria y comercial en el internet (AMIPCI) comentó que el 90% de los individuos utilizan las redes sociales en México. Las acciones principales son para poder recibir y mandar correos electrónicos con un 80%. La actividad primordial son las redes sociales con el 81.

El 96% de los mexicanos tienen una cuenta de Facebook, el 93% se mantienen conectados a la red cotidianamente y el 56% acceden a las cuentas mediante un teléfono celular.

En twitter las personas que interactúan se muestran con el 66%; para poder ver los diferentes videos de diversos temas utilizan YouTube con el 65% como suscriptores en la misma. Con los resultados obtenidos se considera que las mujeres lo manipulan más con el 55%.

Por lo anterior en el contexto mexicano 45 cada de cada 100 hogares mexicanos utilizan una computadora en los hogares.

El promedio diario de la conexión que se establece es de 5 horas 36 minutos, por lo que se sigue utilizando en el hogar con un promedio es de 71% considerado el lugar en donde más permanecen conectados. La agudeza de los dispositivos permite que el 52% de las personas se muestran conectados durante todo el día.

2.2. Causas de la ciberadicción

“La matriz del síndrome adictivo social reside en una relación anómala de tipo absorbente con el objeto adictivo. Por tanto, es el fenómeno patológico primario de las enfermedades adictivas”. (Fernandez, 2003, pág. 17)

Según Fernandez (2003) Para ser considerada un síndrome adictivo se tiene una dependencia anómala ya que es una connotación negativa, y se considera fuera de lo normal. Esto es el fenómeno obsesivo de las enfermedades ya que es difícil de controlar.

El continuum de la adicción se trata de un apetito excesivo, en la cual se llega a convertir en una pulsión en las distintas formas, que implica el decreto del autocontrol a partir del momento en que los sujetos presentan el acto del dicho impulso y por consecuente se lleva a un descontrol. La voluntad gravita al estado de conciencia que se va inclinado a lo que se selecciona únicamente por lo que se va a efectuar al grado de llegar a la falta de voluntad.

En filología es considerada como un impulso adiestrado a un objeto definitivo, conocida como una idea fija o conducta fuera de lo normal.

El cibernauta interactúa constantemente hasta que llega el momento en el que se presenta un alejamiento de las personas que lo rodean al grado que suple la realidad en la que se encuentra por la virtual.

La primera parte que se ve afectada es la comunicación familiar y esto conlleva a tener cierto alejamiento a las amistades lejanas y cercanas, con el automatismo excesivo, lo que lleva a obtener una adicción.

En la conceptualización de la ciberadicción se considera asignar dicho término los usuarios que usan las fuentes de internet alrededor de 10 horas a la semana o superando esta cantidad; son considerados personas con alto nivel de interactuante con la red.

Las sesiones extensas son consideradas arriba de 2 horas y son denominados intensivos. Las personas que utilizan la red con un tiempo menor a las 4 horas semanales son consumidores leves, mientras que los moderados tienen una conexión de 4 horas a 10 horas a la semana.

En cuanto a la psicopatología de origen, se puede identificar la inseguridad y en ocasiones presentan insatisfacción en la realidad. Es por ello que se manipula el internet, en donde no solo usan la red para poder pasar el tiempo si no para poder sentir la cercanía con las personas y no apreciar la ausencia.

La adicción al internet tiene cinco consecuencias según Fernandez (2003)

- La organización de la existencia se refiere a las personas que usan el internet como una parte central de su vida dándole mayor importancia a la tecnología.
- La pulsión irrefrenable hace referencia al descontrol para manejar la red, en donde se presentan alteraciones afectivas, ya que son emociones o

estados de ánimo que rigen la conducta de los humanos; se presenta la ansiedad y la irritabilidad; se ostenta generalmente cuando las personas no pueden acceder al internet para tener una conexión con la tecnología, o cuando saben que llega el momento de dejar las redes para comenzar otras actividades.

- El fuerte placer se le denomina a la conexión que se posee durante gran cantidad de tiempo, en donde se encuentra la conciencia alterada y se obtiene una desorganización, ya que al terminar de utilizar la actividad que anteriormente que causaba placer, se genera un sentimiento de culpa.
- La representación cíclica de las dos sucesiones, es decir se tiene un descontrol al usar la red, se ve afectada las emociones y por consecuente en su estado de ánimo y al poseer una conexión durante muchas horas causa una alteración de conciencia y desorganización.
- Las consecuencias nocivas, se dan en situaciones más prolongadas, ya que se presenta un problema para poder realizar diversas actividades como puede ser dejar en segundo término la alimentación al dedicarle mayor tiempo a las redes y sacrificar la hora de comida. También es muy importante destacar que las personas reducen sus horas de sueño para mantenerse conectados por horas y abandonar las actividades que les gustaba realizar con las personas que los rodean; al descuidar sus obligaciones de manera que afecte la parte laboral, social, familiar y la baja de la comunicación con las personas. Algunas consecuencias son

bastante drásticas pues, a causa de la adicción al internet, llegan a dañar la integridad de las familias, ya que hay personas a quienes le es de mayor interés mantener su conexión en la red arriesgando la convivencia familiar y cuidar de sus hijos. Estas personas la mayoría de las veces han preferido que se les dé la oportunidad de interactuar con la red al estar al pendiente de sus deberes.

La adicción al internet también genera dependencia, ya que se prefiere utilizar las redes de manera consecutiva y se manifiesta como un síndrome de abstinencia, con varios signos, como el temblor de las manos, sudoración, alteraciones digestivas, taquicardia. Asimismo se observan alteraciones psíquicas pues se presentan la ansiedad al no tener contacto con la tecnología, irritabilidad y falta de atención para realizar cualquier actividad.

Otra de las características que pueden ser indicadores de la adicción al internet es que está presente la tolerancia, pues algunas personas quieren revisar el contenido cada vez con mayor frecuencia, llegando a sobrepasar las 14 horas diarias.

2.3. Tipos de ciberadicción

Para Garcia (2015) la nomofobia es considerada un descontrol al usar el internet. Esta se presenta cuando hay ausencia de los teléfonos celulares, ya que en distintas ocasiones se acostumbran a mandar mensajes por todo el mundo. El uso del celular se convierte en una adicción dependiendo de qué tan repetitiva es la conducta, ya que el uso de éste causa placer, al tener la comunicación constante con las personas; también denominado con el nombre de “telefonitis”, es una propulsión de la que no se

logra tener el control una vez que tiene contacto y lo pueden usar en determinadas horas continuas.

Según los expertos, el uso adictivo del teléfono celular se presenta en 1 en cada 1000 personas que utilizan el celular. Los adolescentes son los más afectados en la actualidad y no son conscientes de dicha adicción. Hoy en día se obtiene con mayor facilidad un teléfono celular y es por ello que es considerado un problema de la conducta ya que no se pueden realizar actividades por la conducta irreprimible que se presenta y no permite avanzar con las acciones del agrado de cada persona.

Según Medina (2013) en el síndrome de fomo (del inglés fear of missing out, «temor a dejar pasar» o «temor a perderse algo»), se pueden llegar a presentar problemas de salud mental en las personas , ya que tienen interés por conocer la vida de los demás y es por ello que algunos jóvenes tienen el pensamientos que al no estar conectados pueden ser intangibles para los demás o no ser tomados en cuenta; se vuelve incapaces de inhibirse al internet por miedo a perderse de alguna información . Estos deben de conectarse me manera compulsiva a cualquier red social, ya sea facebook, whatsApp, el correo electrónico y tener la sensación que otras personas realizan actividades más interesantes que ellas mismas. Cuando llega el momento de desconectarse se genera angustia al pensar en lo que vieron durante el día y de esa manera se llega a cuestionar de sus propios gustos.

Estos individuos, al imaginar que las personas que los rodean comparten en sus redes sociales sus actividades (paseos o momentos agradables con sus familiares), comienzan a presentar una sensación de ansiedad o angustia al ver que otras personas disfrutan del momento y que es una forma de representar la felicidad o los momentos agradables.

Brou (1984) citado por Gil-Monte (2014) describe al tecnoestrés como un fenómeno ocasionado por un estrés excesivo y un problema de adaptación debido a la falta de destreza para manejar sus actividades y las nuevas tecnologías, de manera responsable y sana; al no poder adaptarse con facilidad, se presenta un gran esfuerzo para el individuo.

El tecnoestrés se despliega cuando el trabajador percibe que sus actividades no son tan fáciles como imaginaba, se comienzan a repercutir pensamientos negativos sobre las actitudes y pensamientos y la conducta que se presente ante ello.

Algunas de las manifestaciones pueden ser presentados por ansiedad al tener la sensación de miedo e inseguridad. Al sentirse incapaz para realizar sus labores, el estrés ocasionado puede implicar un problema de salud que se puede ver afectado en alteraciones cardíacas, hipertensión, jaquecas, y un daño emocional.

Por otra parte, según Rosen Sears y cols. (citado por Gil-Monte, 2014) la tecnofobia se determina por la aparición de la ansiedad con algunos síntomas de agitación y miedo al momento de utilizar alguna tecnología para poder ampliar sus actividades laborales; también se puede conocer con el termino de tecno ansiedad; son efectos negativos del uso de la tecnología, que generan tensión y malestar dependiendo del nivel de ansiedad que se pueda presentar.

La tecnofobia cognitiva se caracteriza por los pensamientos repetitivos y hasta cierto punto negativos que no le permiten realizar su trabajo de manera adecuada.

La tecno fatiga se presenta principalmente por el cansancio o fatiga se ostenta al tener demasiada información y tener confusión para trabajar con ella; algunas de las veces se puede aparecer problemas psicosomáticos como la hipertensión, problemas de alergias, colitis, temblores, gastrointestinales, vista cansada, se encuentra la

aparición de ansiedad, la cual crea bloqueos cognitivos y de esa manera no se puede tener alternativas, ya que en ese momento no se tiene la capacidad de encontrar una solución a los distintos trabajos.

Adicionalmente, la tecno-adicción en las personas se caracteriza por tener una gran necesidad de usar las distintas redes sociales; se pueden exhibir comportamientos obsesivo compulsivos debido a la constante conexión a las redes sociales o a otras plataformas mediante la computadora o sus teléfonos celulares; cuando no pueden acceder a la red generalmente presentan ansiedad, al no saber que pasa a su alrededor y comienzan a tener sensaciones desagradables; en períodos avanzados, pueden presentar problemas como rasgos de agresividad, conflictos familiares y aislamiento con los demás.

2.4. El ciberbullying

El ciberbullying es definido por Valderrey y Garaigordobil (2014), el cual también es conocido como ciberacoso o acoso cibernético, como sucesos agresivos presentados de manera constante a lo largo del tiempo, mediante el contacto con la tecnología; puede ser por parte de una persona o varias, contra una persona que se le denomina con el nombre de víctima, la cual no puede defenderse con facilidad.

Valderrey y Garaigordobil (2014) mencionan a Willard (2005) quien define el ciberbullying como la acción de mandar, por medio de electrónicos, textos o imágenes dañinas o brutales que pueden causar alguna alteración en las personas.

Se publicó en el Instituto Nacional de la Tecnología de la Comunicación (INTECO 2009) que el cyberbullying es una gestión de acoso que se relaciona con la violencia e insultos de una persona a otras, las cuales se presentan por medio de:

- Correos electrónicos
- Mensajes telefónicos
- Redes sociales
- Videos en plataformas digitales
- Fotografías en plataformas digitales

Para considerarse cyberbullying, según Valderrey y Garaigordobil (2014), se debe presentar de un individuo a otro, cuando se presenta una presión para que la otra persona se sienta angustiada, amenazada, avergonzada; implica una causalidad y deseo de hacer daño a los individuos. Además, las personas que se les conoce como acosador se puede convertir en víctima, ya que constantemente intercambian los roles generalmente comienzan con los compañeros de la escuela.

El acoso directo es el hecho de iniciar a mandar mensajes de texto de forma continua a otros niños o adolescentes y el acoso indirecto es en donde se manipula a otra persona para dañar cibernéticamente a la víctima.

El acoso indirecto es más peligroso, porque puede incluir a personas mayores, que en determinadas ocasiones son cómplices no voluntarios y no tienen el conocimiento para darse cuenta que son utilizados por el ciberacosador (a). Es por ello que realizan diversas trampas, como decirles que las otras personas hablan mal de ellos, y de esa forma logren que responda de manera agresiva y los agresores se las ingenian para denunciar y anular las cuentas cibernéticas.

El acoso por delegación se refiere cuando las personas roban las cuentas de las redes sociales usándolas como si fuera de su propiedad y comienza a mandar mensajes de manera que los insulta, o les dice comentarios humillantes a los familiares o amigos.

La manera en el que el ciberbullying se presenta es muy variada. Valderrey y Garaigordobil (2014) menciona a Flores al describir algunas de estas acciones:

- Publicar una foto comprometedoras: muchas de las veces pueden ser reales o por fotomontaje con datos personales que de alguna forma afecta a la integridad de la persona, ya que se da a conocer a todos los contactos que se tengan agregados en las redes sociales.
- Subir una foto en donde se tengan que hacer comentarios de rechazo hacia la víctima; comentarios como (voten por la persona más fea, gorda y persona con menor inteligencia) para que surja en los primeros lugares.
- Hacer comentarios insultantes en foros o mediante chats haciéndose pasar por la víctima y mandan mensajes groseros a las personas cercanas, amigos o familiares.
- Se utiliza la dirección del correo electrónico para que sea víctima de spam.
- Interactuar con el correo electrónico para poder cambiar la información, ya sea la privacidad, como la contraseña, los datos, etc. para que la persona no pueda tener contacto con su correo ni leer mensajes, infringiendo la intimidad de ésta.
- Promover a la víctima en la web, al moderar lo que pasa por los chats.

- Se presentan rumores en donde a la víctima se le muestra con un mal comportamiento ofensivo, y grosero, haciéndoles pensar a las personas que de dicha información no les quede la menor duda de que está escrita por la persona de la cuenta.
- Enviar mensajes inadecuados por email o por mensajes de texto, mencionando que no se debe conectar a las redes que consulta de manera habitual proporcionándole sensación de agobio.

Los casos extremos del ciberbullying son cuando se presenta el asesinato o el suicidio. Se presentan 8 tipos de acoso cibernético:

- Insultos electrónicos:

Son intercambios entre dos o más personas, por correo electrónico o chats en donde se comunican mediante insultos.

- Hostigamiento:

Se da cuando las personas mandan mensajes ofensivos a individuos que ellos eligen para molestarlos, mediante correo electrónico o foros, en donde los comentarios pueden ser públicos. En esta situación se mandan cientos de mensajes durante el transcurso del día, y puede ser solo un agresor o más.

- Denigración:

En esta forma de agresión, se inventa una información falsa sobre la víctima y es publicada en las redes sociales; se pueden presentar imágenes en donde se vea reflejado un contenido sexual, que puedan dañar a la persona y algunas veces editan la foto alterándola para que parezca que la persona está embarazada y emitan comentarios negativos online.

- Suplantación:

El acosador toma el rol de la víctima, tiene acceso a las cuentas de las personas para meterse de manera consecutiva, enviando una gran cantidad de mensajes negativos y amenazadores.

- Desvelamiento y sonsacamiento:

Se trata de revelar información significativa de la víctima a otras personas de forma directa pero privada a la persona que ha sido sonsacada y después se vuelve a enviar a otras personas.

- Exclusión:

En este término se menciona que no se permite entrar a sus redes sociales sin la autorización, es decir, se le priva de alguna red en específica.

- Ciber persecución:

Él envió de líneas electrónicas amenazadoras y hostigadoras para los individuos.

- Paliza feliz o happy slapping:

Este consiste en grabar a los participantes en medio de una pelea o agresión física mediante un teléfono celular para posteriormente subirlo a las redes sociales y de esta manera reciban críticas y burlas en diferentes partes.

Valderrey y Garaigordobil (2014) mencionan a Véase Garaigordobil y Oñederra (2008) quienes afirman que existen tipos de abuso más frecuentes en función de diferentes factores:

- Género:

Se menciona que los hombres tienen un gran nivel de participación en este tipo de actos, formando parte de agresores como en el de las víctimas. La forma más habitual

que llevan los jóvenes esta agresión se realiza mediante una agresión física directa. En cuanto a las mujeres, son todos lo contrario ya que se realizan y son víctimas mediante agresiones indirectas de carácter verbal o expresándose mal de las personas y compartiéndolo con los demás.

- Curso escolar:

Se menciona en este apartado que los problemas de violencia y agresivos se reducen en función de que avanza el curso y aumenta la edad de los individuos. Se considera que las edades de mayor problemática son alrededor de los 11 y 14 años de edad.

- Formas más comunes de maltrato:

En primer lugar, se menciona que es el maltrato verbal, en donde se incluye los insultos, las malas palabras; el segundo lugar son las agresiones físicas, como lo son las peleas muy fuertes que llegan hasta los golpes y en tercer lugar se presenta el maltrato por aislamiento social, cuando se ignora o rechazan a las personas, al grado de no tomarlas en cuenta de ninguna manera para que no participen en las actividades o en las redes etc.

- Lugares en donde se tienen los episodios de abuso:

Estos pueden variar debido a los distintos lugares en donde se pueden presentar los casos, ya sea en las primarias, donde son muy probables en la hora del receso cuando salen todos los niños de diferentes grupos y edades. En el grado de secundaria se pueden presentar las agresiones en los pasillos de la institución o en los salones. La violencia entre iguales en la escuela se produce en todo el mundo y en todas las clases sociales. Debido a la frecuencia y la variedad de los casos representados, los

estudios presentan una observación en donde se menciona que no hay diferencias destacables en los diferentes países.

- Prevalencia:

El resultado aproximado de las víctimas de manera grave se presenta entre 3 y 10 por ciento. En los estudiantes las agresiones violentas pueden variar de un 20 a 30 por ciento.

De acuerdo con Rodríguez, (2017) el ciberbullying es considerado como un producto de las nuevas tecnologías, pues se utilizan estos medios de comunicación para ocasionar violencia y agresión a las demás personas, con el fin de causar daños, de los que no se puedan reparar tan fácilmente ya sean insultos, amenazas rumores etc.

Este término involucra un hostigamiento, acoso, humillación hacia una persona mediante las redes sociales, las aplicaciones, ya actualmente por los videojuegos, sometiendo a las personas agresiones verbales que causa un maltrato psicológico.

El acoso digital se origina a través de los medios más utilizados como lo son los teléfonos celulares, ya que en este aparato inteligente se pueden emitir mensajes de texto, mensajes de multimedia, videos o fotografías.

El segundo medio es presentado en la red de internet en donde aparecen las redes sociales como Facebook WhatsApp Twitter, los emails o correos electrónicos, chats, Messenger.

Debido a lo anterior, los autores mencionados en la ciberadicción, señalan que en diversos casos pueden presentarse problemáticas debido al exceso de las nuevas tecnologías. Un ejemplo de ello son los tipos de ciberadicción que, al no ser controladas pueden ser parte de enfermedades.

En síntesis, los autores coinciden que el ciberbullying es una acción de acoso que se puede presentar a través de distintas formas, como el mandar de manera digital texto o imágenes, que dañan a las personas mediante insultos, para causar alguna alteración en las personas; que pueden ser presentadas de distintas maneras, por mensajes de texto, o videos en las redes sociales en donde se publican fotografías o contenidos algunas veces con connotación sexual o utilizan fotomontaje para que parezca que es la víctima y se realicen comentarios negativos y de rechazo ante la persona; utilizando foros y que las personas proporcionen su opinión mediante estos medios, residiendo burlas y críticas. Esto se presenta con mayor en el rango de los 10 a los 16 años de edad.

Las consecuencias de estas acciones pueden llegar a ser muy graves, siendo en casos extremos hasta el suicidio.

2.5. Las nuevas tecnologías.

“En este comienzo del siglo XXI, la humanidad atraviesa un momento de cambios acelerados, extensos y profundos, que parecen no dejar ningún espacio de la vida social sin afectar” (Scheider, Galarza y cols;2006, pág. 13)

En la actualidad se han presentado varios cambios que muestran semblantes novedosos denominada en la denominada era de la información y de la sociedad de la red. Estos cambios han representado un gran beneficio en la industria y en el mundo de la educación.

Hoy en día se puede tener acceso a distintas investigaciones novedosas que están surgiendo y las personas puedan tener alcance a cualquier plataforma para

obtener la información que buscan de acuerdo a sus necesidades. Al tener la incorporación de programas que faciliten la comprensión de los contenidos, pueden acceder algunos libros de manera digital para de esa manera poder utilizarlos en clase. Para trabajar la información en las aulas, se tienen las nuevas plataformas tecnológicas para temas de investigación y para que los profesores tengan sus capacitaciones para el manejo adecuado de sus herramientas.

Por lo anterior es claro que se han tenido bastantes cambios debido a que existen nuevas plataformas que pueden ayudar, tanto a los profesores como a los alumnos. Se puede indagar sobre distintos temas o investigaciones y se puede volver a retomar los temas que no son claros. Hoy en día se tiene la posibilidad de estudiar mediante distintas modalidades, tanto presencial como en línea. Actualmente los profesores mandan información a los alumnos para que se enteren sobre qué tema verán en las clases y comenten lo que entendieron. Así mismo, se pueden realizar otras actividades donde se pueda ver el desempeño que tiene cada alumno y la forma en que entienden dicho tema.

CAPITULO 3: METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Una vez que se terminan los capítulos teóricos relacionados con las dos variables de esta investigación, se describirá en éste la metodología que se utilizó, Se aborda primero el concepto de metodología para posteriormente plantear el enfoque, el diseño y tipo de estudio y el alcance Así mismo se exponen las técnicas e instrumentos que se utilizaron para la recolección de los datos. Adicionalmente se presenta la descripción de la población y del proceso de la investigación. Finalmente se exhibe el análisis e interpretación de los resultados que se alcanzaron.

3.1 Metodología

La conceptualización de investigación es “conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos, que se aplican en al estudio de un fenómeno” (Hernández y Mendoza ,2018:4)

La metodología se entiende como “estudio análisis, experimentación e interpretación de los diversos métodos empleados en el estudio de la ciencia en general y de las diferentes disciplinas en particular” (Llanos, Goytia y Ramos, 2004:45)

Por lo anterior, la metodología es muy importante para la realización del trabajo de investigación y seguir los procedimientos establecidos, es lo que permite utilizar distintas técnicas de forma eficiente para analizar y alcanzar los objetivos planteados.

3.1.1. Enfoque cuantitativo

El enfoque de esta investigación es cuantitativo, por lo cual a continuación, se presentará una descripción.

En este enfoque es el que “Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teoría” (Hernández Fernández y Baptista: 2014; 4)

Algunas características específicas del enfoque cuantitativo según Hernández y cols., (2014) son:

- Se plantea un problema de estudio delimitado y concreto sobre el fenómeno y se realizan preguntas específicas.
- Se revisan los estudios con anterioridad sobre la literatura; posteriormente se describe la teoría y se elabora el marco teórico. En base a eso, se construyen las hipótesis para cuestionar si son verdaderas o falsas y se someten a las pruebas adecuadas. Los resultados aclaran la hipótesis y generan una evidencia para sustentarlas y de no ser así, se realizan nuevas.
- En la recolección de datos se miden las variables y es importante que se utilicen pruebas o procedimientos estandarizados.
- Al tener los resultados de las pruebas se representan a través de números es por ello, que se debe analizar por métodos estadísticos.

Es importante que en el enfoque cuantitativo se tome en cuenta las hipótesis para que se pueda obtener una información concreta acerca de las mismas y que se determine si son verdaderas o falsas.

3.1.2. Diseño no experimental

En esta investigación el diseño que se utilizó fue no experimental, el cual se define como “estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (Hernández y Mendoza, 2018:175)

El diseño de esta investigación es no experimental porque existen dos variables, que son la ciberadicción y la ansiedad, que se estudiaron y se muestran dentro de un contexto fijo, sin que éstas se controlen. Por tanto, en esta indagación únicamente es describir las variables y mostrarlas de manera estadísticas que se muestran de carácter natural.

3.1.3. Estudio transversal

El estudio de esta indagación es transversal y se conceptualiza como “investigaciones que recopilan datos en un momento único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández y cols., 2014:154)

En esta investigación es transversal porque se mide la ciberadicción y la ansiedad, ya que son las variables de esta investigación, de tal forma, se efectuará únicamente en una situación determinada. La correlación que se realizó de estas variables se muestra solo en el momento estipulado.

3.1.4. Alcance correlacional

En esta investigación se llevó a cabo el alcance correlacional, el cual es definido como “investigaciones que pretenden asociar conceptos, fenómenos, hechos o variables. Miden las variables y su relación en términos estadísticos” (Hernández y Mendoza.,2018:109)

Por lo anterior, la indagación se empleará el alcance correlacional, ya que se muestra la ciberadicción y ansiedad, cuyas variables se medirán y se podrá determinar que tanto influye una variable en la otra. Posteriormente los resultados se mostrarán mediante técnicas estadísticas.

3.1.5 Técnicas de recolección de datos

Puesto que esta investigación tiene un enfoque cuantitativo, las técnicas utilizadas para recolectar los datos sobre la ciberadicción y la ansiedad, que son las dos variables que se debían medir en dicho estudio, fueron las pruebas estandarizadas. En función de ello, es importante que se comprenda lo que es una prueba.

“Una prueba es un procedimiento sistemático en el cual los individuos son confrontados con un conjunto de estímulos contruidos a los cuales responden, y las respuestas permiten al examinador asignar valores” (Freed,2002:510)

Según Kerlinger (2002) una prueba es una serie de pasos que se realizan mediante los estímulos que se presentan a los que por consecuencia se obtiene una

respuesta y éstas permiten obtener valores importantes para hacer deducciones acerca de las respuestas y poder determinar lo que la prueba mida.

Es importante que se efectúe la conceptualización de las pruebas estandarizadas para obtener un mayor entendimiento.

“Un procedimiento sistemático para observar la conducta y describirla con la ayuda de escalas numéricas o categorías establecidas”. Cronbach citado por Albert (2007; 128)

Las pruebas estandarizadas llevan un proceso ordenado de aplicación, codificación e interpretación que de alguna manera se puede obtener mediante escalas numéricas y categorías.

En esta investigación se utilizó el inventario de ansiedad de Beck para la variable de ansiedad, la cual fue publicada en 1968 por sus autores, Aron T. Beck y Robert A. Steer.

El constructo que se evalúa en esta prueba es la ansiedad su aplicación puede ser para adultos y adolescentes de 13 años en adelante.

Los ítems están relacionados a los trastornos de ansiedad; se presentan puntos importantes para evaluar el nivel de ansiedad “mínimo” “leve” “moderado” y “grave”.

Esta prueba es una escala tipo Likert con 21 ítems y se formuló para se pueda ver el grado de los grupos de diagnóstico ansioso y no ansioso.

Se aplicó el inventario de ansiedad de Beck a nueve mujeres de la Universidad Don vasco de la carrera de psicología del grupo de 7º B. Se les envió la prueba al

correo electrónico de cada una y posteriormente se les proporcionó una clave para ingresar a una video sesión en la aplicación de zoom. Ahí se les explicó la forma en la que debía responder la prueba, el valor que puede tener cada ítem dependiendo la respuesta que elijan, que si tenían alguna duda la dijeran y que contestaran lo más sincero posible. Fueron observadas mientras contestaban la prueba, la cual realizaron en 30 minutos aproximadamente.

Por otra parte, se utilizó la escala de Riesgo de Adicción – Adolescentes a las Redes Sociales e Internet (ERARSI). Las autoras de dicha prueba son Monserrat Peris, Carmen Maganto y Garaigordobil.

La escala de riesgo consta de 29 ítems agrupados en cuatro componentes: síntomas-adicción, uso-social, rasgos-frikis y nomofobia. El primero es el de los síntomas de adicción con 9 ítems. El factor uso-social comprende 8 ítems y evalúa conductas habituales de la “socialización virtual”. El factor rasgos-frikis con 6 ítems recoge aspectos propios como unirse a grupos con interés específico, jugar a juegos virtuales y de rol. Finalmente el factor nomofobia agrupa 6 ítems relacionados con ansiedad y control en el uso del móvil.

Esta escala ERARSI se aplicó a las nueve integrantes de la muestra de estudio, que como ya se mencionó estudian la carrera de psicología. Se inició explicándoles la forma en la que debían responder cada uno de los apartados; se les explicaron algunos términos que podrían ser confusos y así pudieran contestar de manera adecuada y sincera. La aplicación de esta prueba tardó aproximadamente 50 minutos.

3.2. Descripción de la muestra

Se presenta en este apartado conceptos importantes que ayudará al lector a tener una mejor comprensión acerca de la muestra.

La muestra es definida como “un subgrupo del universo o población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta” (Hernández y Mendoza, 2018:173)

Como muestra de estudio participaron nueve estudiantes de la Universidad Don Vasco de séptimo semestre del grupo “B” del área educativa, cuya edad es de 21 a 28 años.

La selección de la muestra fue de forma no probabilística, en función de las dificultades que se tuvieron para el acceso a la población en situación de pandemia. La muestra elegida se dio a partir de la facilidad de acceso que se tuvo con ellas.

3.3. Descripción del proceso de investigación

El proceso de investigación se fue dando secuencialmente. Como primer paso se tenía que investigar la problemática que fuera de mayor interés y que de alguna forma se pudiera resolver de manera concreta.

Por ello, se realizaban actividades sobre distintos temas y se analizaron de manera detallada, para que se pudiera identificar el problema y se obtuvieran algunas preguntas importantes en donde se identificarían los involucrados, agentes

secundarios y los expertos para que se pudieran analizar y de ello hacer un tema de investigación que surgieran del caso que se presentaba en dicho apartado.

Se trabajó con el planteamiento del problema, en donde se esbozaba la estructuración para obtener la idea de la investigación en donde se mencionaba, los aspectos que se querían lograr en la misma, plantearse la problemática en forma de interrogante, de tal forma que con el tema se tenía una idea general de lo que se podía obtener a raíz de las preguntas.

El paso número tres fue la elaboración del marco teórico, basado en distintas fuentes, realizando exploraciones del tema seleccionado para que tuviera un sustento sólido.

El cuarto paso se realizaba una hipótesis, que representa una posible respuesta a la problemática planteada.

En el quinto paso se tenía que identificar las variables de la problemática, y el concepto de cada una (independiente, dependiente, extrañas o contaminadoras); se clasificaron las variables que se necesitarían para la elaboración de la misma.

En este caso las variables que se utilizaron fueron las siguientes: la ciberadicción como variable independiente y la ansiedad como dependiente.

En el sexto paso se planteaba el diseño de la investigación, en donde se debía optar la forma práctica y concreta de dar respuesta a la pregunta de la indagación. Implicaba entonces la planificación de algunas estrategias para generar la información deseada a partir un diseño adecuado que garantizara su validez.

En el paso número siete se mostraba la elección de la población o muestra con la que se trabajaría en la investigación, en donde correspondía delimitar el ámbito o las personas que se necesitaban para la misma.

El paso número ocho de la investigación fue la recolección de los datos y la elaboración o búsqueda de los instrumentos con los que se recolectarían los datos oportunos de acuerdo a las variables y los contextos de la indagación. Se había iniciado con la selección de un instrumento y posteriormente fue la aplicación del mismo de manera virtual mediante video sesión para que se pudieran responder a las preguntas. Asimismo, se elaboraban algunas observaciones para que se analizaran los resultados obtenidos de manera correcta.

El paso número nueve correspondía al análisis de los datos. Este se realizó al terminar de revisar los instrumentos utilizados en la investigación. De esa forma, se podían obtener los resultados de acuerdo a las variables y las hipótesis planteadas.

Finalmente el paso número diez, generaba la conclusión de la investigación, donde se evidenciaba la corroboración de alguna de las hipótesis presentada y evidenciaba si las variables tenían correlación.

3.4 Análisis e interpretación de los resultados

En el presente apartado se manifiestan los resultados que fueron encontrados por medio de la investigación, así como la interpretación de las tres categorías que se defirieron, como lo son los niveles de ansiedad que presentan los alumnos de séptimo

semestre en la carrera de psicología, la segunda categoría ciberadicción en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco y la última categoría, la correlación encontrada entre ambas variables.

3.4.1 Los niveles de ansiedad que presentan los alumnos de séptimo semestre en la carrera de psicología

Recordando lo expuesto en el capítulo de la ansiedad, ésta se define para Serrano y Camino como “una reacción emocional de adaptación, anticipatoria y normal ante eventos de resultado incierto que imaginamos como posibilidades aversivos o amenazantes, o ante situaciones para las que no tenemos o pensamos que no tenemos recursos suficientes para afrontarlas”. (Serrano y Camino,2015;10)

En función a los resultados que se consiguieron con la prueba denominada el inventario de Beck para medir la ansiedad de los estudiantes, se explicaran a continuación los datos que pertenecen a la presente investigación.

Se muestran en puntajes T las medidas de tendencia central y la desviación estándar:

Las medidas de tendencia central “son los valores medios de la distribución de frecuencias y son útiles para para ubicar los resultados de la muestra en la escala de medición de la variable en cuestión” (Hernández y Mendoza, 2018; 332) Estos sirven para ubicar la información dentro de la escala de medición.

La media en el nivel de ansiedad fue de 10.3 De acuerdo con Hernández y Mendoza (2018), la media es la suma de los datos de la población dividida entre el número medidas.

De igual modo se obtuvo la mediana, que según Hernández y Mendoza (2018) es el valor medio de un conjunto de valores, es decir, el punto en el que se encuentran abajo y arriba el mismo número de medidas. Este valor fue de 9.

De acuerdo con estos mismos autores, la moda es la medida que se presenta con mayor frecuencia en un conjunto de datos, por lo que en este apartado la moda no existió, es decir, no se exhibe, ya que en los resultados obtenidos no se mostraron datos reiterados. Cada uno de estos fue distinto.

También se obtuvo el valor de una medida de dispersión, concretamente de la desviación estándar, Hernández y Mendoza (2018) la describen como la raíz cuadrada de la suma de las desviaciones al cuadrado de la muestra, dividida entre el total de observaciones. El valor obtenido es de 7.9.

A partir de los resultados estadísticos obtenidos mediante la aplicación del instrumento, se puede explicar que el nivel de ansiedad que muestran que 8 estudiantes se ubican en un rango normal y 1 estudiante en un nivel de ansiedad severo, de acuerdo con los puntajes de tendencia central conseguidas. De igual forma, los puntajes que muestra la desviación estándar en la prueba indica que si hay dispersión en los datos. (Anexo 1)

Los puntajes obtenidos en el instrumento, son muy diferentes de forma general, una de los nueve estudiantes, presenta un alto nivel de ansiedad, denominada la

ansiedad severa según la prueba del inventario de Beck, las ocho participantes presentan un nivel de ansiedad mínimo y moderado según los índices que indica ese instrumento. En otros términos, según los análisis ejecutados la ansiedad se presenta en los estudiantes, con un nivel mínimo a tres personas, leve a cinco integrantes y una con nivel severo.

Según las aportaciones de Moreno (2011) la ansiedad es una composición de sentimientos de tensión y nervios, con pensamientos negativos y cambios fisiológicos. Estos aspectos se mostraron en el inventario de ansiedad de Beck, ya que muestra que la elevación de tasa cardiaca o sea los latidos del corazón por minuto, al presentarse alguna situación amenazante.

Se muestran en los resultados que solo dos personas exteriorizaron dicha alteración por lo que, las siete participantes no mostraron elevación al presenciar una situación amenazante.

Menciona el mismo autor que la ansiedad genera una contracción en distintos músculos. En el inventario de ansiedad de Beck, se plasman algunos cambios fisiológicos de ansiedad como estado, la sudoración y temblor en manos y en piernas.

En cuanto a estos indicadores, tres participantes pueden tener estos síntomas variando la intensidad que se presenta para cada una de las personas, puede ser subjetiva y presentarse en distintos momentos, ya sea al realizar alguna actividad, en el trabajo o al hablar en público.

Un aspecto presentado en el inventario de ansiedad de Beck, es la dificultad para respirar, por lo que, dos alumnas seleccionaron dicha opción y las puntuaciones

fueron distintas de un punto a tres. La ansiedad en este nivel conlleva la presencia de distintos componentes relacionados.

Cano y cols. (2008) otorgan una explicación probable de la característica de ansiedad, como parte de la personalidad ya que, tiene una carga importante en la genética que los hace propensos a padecer trastornos, es por ello, que cada una de los individuos suelen reaccionar de manera ansiosa, al presentar el rasgo de personalidad intranquila.

Se muestra en el inventario de Beck que se presenta una incapacidad para concentrarse de modo que, ocho participantes seleccionaron dicha opción, la elección de cada respuesta fue distinta, de un punto, de dos y de tres, de modo que tienen incapacidad para relajarse al realizar diversas actividades.

Menciona el autor anterior que, al no conocer el entorno, o los temas, puede resultar contraproducentes, ya que, las personas pueden privarse a los estímulos que causan nervios o que es estresante y es por ello que no les permite relajarse al no estar relacionados con lo que realmente no conocen.

Según la aportación de Moreno (2011), quien menciona a Luxemburger, la posibilidad de tener herencia genética de ansiedad es de veinte a treinta por ciento.

Se identificaron algunas respuestas en el inventario de Beck, que se pueden ser síntomas de la ansiedad social. Sobre este aspecto, cuatro de las alumnas evaluadas presentan sensación de inestabilidad e inseguridad física, al tener un temor de ser observados y juzgados por las personas que los rodean. Esto las lleva a tratar de

encontrar defectos que consideran que tiene. Esta ansiedad generalizada se presenta con mayor frecuencia en las mujeres en un rango del setenta por ciento.

La explicación que ofrece Moreno (2011) indica que las fases más usuales para que aparezca la enfermedad ansiosa es de los trece a los dieciséis años. Las participantes presentaron algún periodo importante de dificultad para adaptarse y muchas de las veces influyen de manera significativa en la edad adulta.

Burns (2006) menciona que la preocupación crónica se presenta en determinadas ocasiones de la vida diaria, con sobresaltos al pensar que puede suceder algo malo.

En la prueba se encontró un apartado en donde se indica una opción acerca de los sobresaltos. En este aspecto, tres participantes señalaron que estos se presentan en determinadas ocasiones de su vida, coincidiendo al seleccionar el mismo puntaje de 1.

Explica Burns (2006) que los ataques de pánico es un miedo agudo que generalmente presenta una pérdida de control, que puede estar relacionado al comportamiento o al pensamiento.

Dos de las alumnas indicaron que presentan este síntoma. Por lo tanto, estas participantes tienen conflicto para realizar alguna actividad y que no les resulte como esperaban y de esa manera perder el control. Esto puede desaparecer cuando resuelven la situación que es estresante para las personas, sin embargo al presentarse periódicamente siguen propensas a experimentar este ataque de pánico.

Los autores coinciden con aspectos importantes de la ansiedad representados en la prueba del inventario de ansiedad de Beck.

Para exponer los resultados obtenidos de las participantes de la escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco que respondieron la prueba de ansiedad, se descubrieron que las alumnas seleccionaron opciones de respuestas distintas y cada una de ellas reaccionó de diferente manera ante situaciones amenazantes.

Las alumnas pueden presentar un nivel alto de ansiedad cuando se presenta alguna situación estresante o los contextos que son novedosos para las ellas. Según las aportaciones de Moreno (2011) estas situaciones hacen que el miedo aumente y no necesariamente en todas las alumnas pueden presentar niveles altos de ansiedad ante estos estímulos.

Se puede considerar un nivel alto de ansiedad al presentar varios síntomas y una gran cantidad de molestia. Una de las nueve alumnas presentó un nivel elevado de ansiedad, calificándolo como severo.

En general se puede afirmar, de acuerdo a los resultados, que el nivel de ansiedad en las estudiantes evaluadas no es preocupante.

3.4.2 El nivel de ciberadicción en los estudiantes de séptimo semestre de la carrera de Psicología

Recordando lo expuesto en el capítulo de la ciberadicción, ésta se define para serna como “El uso extensivo e intensivo de las nuevas tecnologías, especialmente

entre los más jóvenes ha acarreado una nueva realidad, la adicción al internet” (Serna,2017;7)

En función a los resultados que se obtuvieron en la escala de riesgo adicción (ERA-RSI) para medir la adicción a las redes sociales e internet, se expondrán a continuación los datos que corresponden a la presente investigación los cuales fueron convertidos en percentiles.

En la escala de ciberadicción, se encontró una media de 52, una mediana de 55, una moda representativa de 75 y la desviación estándar de 23.

Los síntomas de la ciberadicción incluyen las horas en la que los estuantes utilizan las redes sociales, las veces en que actualizan su estado y en los lugares que acceden a éste, ya sea en la escuela, trabajo o en su hogar. También se menciona si sienten enojo al prescindir de las redes.

Asimismo, en la escala de uso social, se encontró la media de 22, la mediana de 5, la moda de 1 y la desviación estándar de 27.

La escala de uso social contiene las veces en que los estudiantes consultan el perfil de sus amistades, con qué frecuencia usan el chat para comunicarse con las personas y el número de fotografías que publican en las redes sociales.

En la escala de rasgos frikis se obtuvo una media de 32 una mediana de 30 y una moda de 30. La desviación estándar fue de 11.

La escala de los rasgos frikis describe si los estudiantes juegan en algunos juegos virtuales, si constantemente se unen a grupos de su interés, si algunas veces

buscan información sexual en las redes, si utilizan su celular para mandar mensajes eróticos y si utilizan las redes para tener encuentros sexuales.

Finalmente, en la escala de nomofobia se obtuvo una media de 12, una mediana de 15, la moda de 0, la desviación estándar de 10.

La nomofobia expresa cómo se sienten las personas al saber que en cualquier momento se pueden comunicar con las personas, al saber que no contestan sus mensajes de forma rápida que sensaciones presenta y si considera que le molestaría si en cualquier momento le quitaran su teléfono celular.

En el anexo 2 quedan demostrados gráficamente los resultados de cada una de las subescalas mencionadas.

A partir de los resultados estadísticos mediante la aplicación del instrumento se puede interpretar que en los síntomas de ciberadicción, 3 de las alumnas están arriba de 75, por tanto, tienen síntomas elevados y un riesgo de adicción. En cuanto al uso social se obtuvieron puntajes variados, se obtuvo 1 estudiante con 69 como el porcentaje más alto en esta subescala. En rasgos frikis 3 alumnas presentaron 45 como la puntuación más alta y finalmente la nomofobia 1 estudiante obtuvo el 25 como el resultado más alto.

Los puntajes obtenidos en el instrumento, son distintos de forma general, tres de las nueve alumnas, presentan síntomas de adicción mediante las visitas que realizan en las redes sociales, usando las redes durante la ejecución de distintas actividades, mientras que, las otras seis alumnas presentan un nivel bajo de síntomas

de adicción. Esto de acuerdo a los datos que se obtuvieron en el análisis realizado de acuerdo a percentiles de ciberadicción, (anexo 3).

En función de las aportaciones de Young (1996), el uso del internet se considera un deterioro del uso excesivo de cualquier red social. Muchas se las veces las personas se conectan para mantenerse comunicados y revisar la vida personal de las demás personas.

En este caso, cinco de las alumnas demostraron que consultan los perfiles de sus amigos en determinadas ocasiones.

Según las aportaciones del autor Requesens (2012) una red social es una distribución formada por distintas personas que se conectan al internet para por medio de internet para conocer y tener interacción con otras personas.

Las nueve alumnas usan las redes sociales para comunicarse con las personas y platicar mediante el uso del chat.

Fernández (2003) otorga una explicación de la matriz del síndrome adictivo social, se tiene una dependencia fuera de lo normal, con más de diez horas de duración con alto nivel de interacción en la red.

Con respecto a esto, las nueve alumnas usan la red en distintas horas; cinco de ellas utilizan las redes sociales de tres a cuatro horas diarias, considerando que la interacción que presentan es un nivel alto.

El autor anterior, menciona que la psicopatología de la inseguridad algunas veces se presenta la insatisfacción con la realidad.

Una de las nueve alumnas indicó que se sentía insegura al no tener acceso al internet, ya que usan la red para sentirse más cerca de la gente.

Cuatro de las alumnas presentan ansiedad y angustia cuando las personas no contestan los mensajes de manera inmediata. Según la escala de redes sociales (ERA-RSI), las personas usan el internet como parte central de su vida dándole una gran importancia a la tecnología.

Las nueve alumnas mencionaron que le han dedicado más horas al uso del celular y a ver series en lugar de dormir a la hora que habitualmente lo hacen. Esto se da debido a la gran cantidad de tiempo y al descontrol para manejar la red, lo que genera que presenten cambios en el estado de ánimo que rige la conducta de las personas.

Una alumna exteriorizó que se pondría furiosa si le quitaran el celular. Afirma Fernández (2003) que esto sucede cuando se les menciona a las personas que ya no deben usar el teléfono y deben desconectarse de la tecnología para poder realizar otras actividades.

En algunos casos, los deberes se dejan en segundo término ya que lo primordial es el uso del celular, descuidando las obligaciones y afectando la comunicación. Tres de las alumnas se ocultan en casa para usar el celular. La mayoría de las veces prefieren dedicarle tiempo a la red social que al tener interacción con las personas que las rodean.

Ocho de las participantes al conectarse a las redes sociales e internet mencionan que han afectado alguna parte importante en el trabajo y en lo académico

ya que usan el celular en horarios de trabajo para tener acceso a cualquier red social descuidando sus actividades. Al tener clases algunas veces usan el celular para ver videos o chatear con otras personas y dejan de lado la explicación y los trabajos que deben realizar en el momento de la misma.

Garcia (2015) otorga una explicación acerca de la nomofobia como un descontrol que se presenta al usar el internet. A siete de las alumnas evaluadas les inquieta saber si el destinatario leyó los mensajes que fueron enviados.

Una de las nueve alumnas mencionó que le inquieta el hecho de estar conectada y que nadie le mande mensajes cuando en ese momento. Esto se denomina “telefonitis” pues se quiere obtener el control y permanecer muchas horas con el mismo.

Medina (2013) menciona que muchas veces las personas tienen interés en conocer la vida de los demás. Algunos jóvenes tienen pensamientos que, al no estar conectados no están enterados de lo que pasa en las redes. Cinco de las alumnas revisan las redes sociales de sus amistades para mantenerse actualizadas de las cosas que comparten.

Siete de las participantes comentan fotografías y menciones en comentarios entre amigos o conocidos. Algunas veces quieren estar al pendiente de las actividades que realizan y muchas de las veces actualizan sus estados y ocho de las evaluadas las comparten al subir fotos o videos para comunicar con los demás lo que hacen en sus vacaciones.

Siete de las alumnas actualizan su estado constantemente para que conozcan algunas actividades que realizan en familia, paseos, convivios con las personas, entre otras. Ochos más, ven las actualizaciones de los estados de sus contactos.

Al estar mucho tiempo en la red encuentran a personas que no sabían de ellas por medio de las redes. Las nueve participantes mencionaron que han encontrado amigos antiguos debido a las sugerencias de amistad o solicitudes de las redes.

Muchas de las veces las personas comienzan a dudar de sus propios gustos ya que quieren llevar a cabo algunos retos que están de moda, filtros o usar nuevas aplicaciones para asemejarse a las personas con la que tienen comunicación y mostrarles a los demás los momentos agradables. Es por ello que las personas publican una gran cantidad de fotografías en sus redes.

Se descubrió mediante esta investigación que las cantidades de imágenes que publican varían en general, sin embargo, las nueve alumnas tienen variedad de publicaciones de todo tipo. Se muestra en el gráfico las publicaciones (anexo 4).

El uso de los juegos digitales es una forma de pasar el tiempo, los cuales se pueden utilizar en diversas horas. Tres de las alumnas mencionaron que manejan los juegos virtuales, ya que es un momento que utilizan para compartir con las demás personas y con ello se pueden conectar al juego desde diferentes lugares y compartir un momento agradable.

Mencionan Galarza y Schneider (2006) que en la actualidad se presentan cambios novedosos de la información. Cuatro personas indicaron que se unen a

grupos de interés que pueden utilizar para tener acceso a distintas plataformas e investigaciones de utilidad de acuerdo a sus necesidades.

Por lo anterior, en la investigación realizada respecto a la ciberadicción, se mostraron datos que se descubrieron al usar el celular en esta nueva era de la tecnología. Las personas pueden tener acceso a cualquier plataforma e información de acuerdo a sus necesidades y para enterarse de las actividades que realizan los demás. Así mismo, tener interacción con las personas y mantenerse actualizados con la información que otros suben.

3.4.3 Correlación entre nivel de ansiedad y la ciberadicción en los alumnos de séptimo semestre de la Universidad Don Vasco

En el presente apartado se mostrará la correlación que se presentó entre la ansiedad y la ciberadicción y los porcentajes de relación, de acuerdo a la prueba de “r” de Pearson.

El coeficiente de correlación de Pearson “es una prueba estadística para analizar la relación entre dos variables medidas en un nivel por intervalos de razón. Se le conoce también “coeficiente producto – momento” se calcula a partir de las puntuaciones obtenidas de una muestra de dos variables” (Hernández y Mendoza 2018, 346)

El coeficiente de correlación de Pearson es una prueba que mide la relación estadística entre dos variables continuas. Se calcula mediante las puntuaciones

logradas, en donde se organiza y se describen los datos utilizando tablas, medidas numéricas o gráficas.

Por otra parte, la “varianza de factores comunes es, el porcentaje de la variación de una variable debido a la variación de la otra variable y viceversa” (Hernández y Mendoza 2018;348) Es la parte de la variación de la variable que es compartida con la otra.

En la investigación realizada en la escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco se encontraron los siguientes resultados.

Entre la prueba de ansiedad y la escala de ciberadicción existe un coeficiente de correlación de 0.04 de acuerdo con la prueba “r” de Pearson.

Esto significa que entre la ansiedad y la escala de la ciberadicción existe una correlación positiva muy baja de acuerdo con la clasificación de correlación que plantea Hernández y cols (2014)

De acuerdo con Hernández y cols. (2014) para conocer la correlación que existe entre la prueba de ansiedad y la escala de ciberadicción, se obtuvo la varianza de factores comunes (r^2), en donde a partir del porcentaje se muestra el grado en que las variables se encuentran correlacionadas.

Para calcular esta varianza se eleva al cuadrado el coeficiente de correlación obtenido mediante la “r” de Pearson.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.00 lo que significa que entre la ansiedad y la ciberadicción no hay correlación.

Por otra parte, entre la prueba de ansiedad y la escala de los síntomas de la ciberadicción existe un coeficiente de correlación de -0.43, de acuerdo con la prueba “r” de Pearson. Esto significa que, entre la ansiedad y la escala de los síntomas de ciberadicción, existe una correlación negativa media.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.19, significa que entre la ansiedad y los síntomas de ciberadicción hay una relación del 19%.

Asimismo, entre la ansiedad y la escala del uso social existe un coeficiente de correlación de 0.09 obtenido con la prueba “r” de Pearson, lo cual significa que entre la variable de ansiedad y esta escala existe una correlación muy baja.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.01, significa que entre la variable de ansiedad y la escala del uso social existe una relación del 1%.

Adicionalmente, se encontró que entre la variable de ansiedad y la escala de los rasgos frikis existe un coeficiente de relación de 0.17 según la prueba “r” de Pearson. Esto significa que entre la variable de ansiedad y la escala de los rasgos frikis existe una correlación positiva débil.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.03, significa que entre la prueba de ansiedad y la escala de rasgos frikis hay una relación del 3%.

Por otra parte, la variable de ansiedad y la escala de la nomofobia existe un coeficiente de correlación de -0.01 a partir de la prueba “r” de Pearson.

Esto significa que entre la ansiedad y la escala de la nomofobia existe una correlación negativa muy baja.

El resultado de la varianza de factores comunes fue de 0.00, significa que entre la ansiedad y la escala de la nomofobia no existe correlación.

Los resultados obtenidos en cuanto a los niveles de correlación entre escalas se muestran en el anexo 5.

Es importante señalar que, para considerar una correlación significativa, el porcentaje de relación debe ser igual o mayor a 10%.

En función a lo anterior, se puede afirmar que la ansiedad se relaciona de forma significativa con la subescala de los síntomas de la ciberadicción.

En contraparte, no se encontró una relación significativa entre la ansiedad y las demás escalas de la ciberadicción ERASI: uso social, rasgos frikis y la nomofobia.

En función de los resultados presentados, se confirma la hipótesis de trabajo, que afirma que existe una relación significativa entre la ansiedad y la subescala de los síntomas de la ciberadicción.

Asimismo, se confirma la hipótesis nula para las escalas del uso social, rasgos frikis y la nomofobia.

CONCLUSIONES

Se comenzó realizando en este proyecto de investigación, con el tema de la ciberadicción en el nivel de ansiedad de los jóvenes entre 21 y 28 años de 7º b educativo de la Universidad Don Vasco Escuela de Psicología en Uruapan Michoacán. De acuerdo a los objetivos planteados al inicio de ésta se concluye lo siguiente:

En relación al objetivo general que plantea determinar los aspectos de ciberadicción y su relación con la ansiedad, en los estudiantes del grupo de 7º B del área educativa de la carrera de Psicología de la Universidad Don Vasco en la ciudad de Uruapan Michoacán, su cumplió cabalmente en el último apartado del análisis.

Se realizó un análisis estadístico para determinar la correlación que existe entre ambas variables, ya que los resultados obtenidos muestran que la correlación entre el nivel de ansiedad y la ciberadicción en los alumnos de séptimo semestre en la carrera de psicología es en general muy baja.

En relación a los objetivos particulares se definió el término de ansiedad, en el capítulo 1 como se puede observar en el desarrollo del mismo. La ansiedad es un vocablo muy importante ya que es un temor que se puede presentar pensamientos negativos del tiempo futuro y debido a esto, se presentan síntomas físicos que puede presentar mediante distintos trastornos.

Se presentaron también las teorías fundamentales de la ansiedad, tal como se plantea en el objetivo particular número 2. Se describieron también los tipos de ansiedad, como la agorafobia, que es la miedo o angustia que se presenta al estar en diferentes lugares públicos; la fobia social, que se manifiesta con sentimientos de

timidez al estar con más personas; el trastorno obsesivo compulsivo, el trastorno de estrés postraumático y la ansiedad generalizada.

Asimismo se conceptualizó el término de ciberadicción desde la perspectiva de los autores en el capítulo 2, explicando que se refiere al uso excesivo de las nuevas tecnologías ya sean teléfonos celulares, tabletas electrónicas, computadoras etc. Con esto se da cumplimiento al tercero de los objetivos particulares.

Se identificó mediante el desarrollo de la investigación, que los estudiantes de 7º B de la Universidad Don Vasco si presentan ciberadicción, ya que tres de las alumnas mostraron síntomas de adicción tales como, inseguridad al no tener celular y presentar desesperación, ansiedad y angustia entre otros. Se muestra de forma minuciosa en el nivel de ciberadicción en los estudiantes de séptimo semestre de la carrera de Psicología.

En el transcurso de la indagación, se descubrieron los niveles de ansiedad que muestran los estudiantes de 7º B educativo de la universidad Don Vasco de la escuela de Psicología, en donde se descubrió que presentan un nivel de ansiedad leve

El nivel sobresaliente de la ansiedad en los estudiantes ciberadictos de la escuela de Psicología, se mostró, una alumna presenta ansiedad grave y tres más, presentaron síntomas de adicción se demuestra que al nivel predominante es de la variable de ciberadicción.

Con esto, se muestra el cumplimiento de cada uno de los objetivos y los temas más relevantes de cada una de las variables.

Como conclusión general, se confirma la hipótesis de trabajo, que afirma que existe una relación significativa entre la ansiedad y la subescala de los síntomas de la ciberadicción.

Asimismo, se confirma la hipótesis nula para las escalas del uso social, rasgos frikis y la nomofobia.

BIBLIOGRAFÍA

- Albert Gómez María José (2007) La investigación educativa claves teóricas Editorial. MCGRAW-HILL, España.
- Allen Frances, M. D. (coord.) (1995) DSM-IV Editorial. Masson. Barcelona, España.
- Borne Edmund y Garano Lorna (2012) Haga frente a la ansiedad: 10 formas sencillas de aliviar la ansiedad, los miedos y las preocupaciones. Editorial. Amat. Barcelona.
- Burillo Molinero, Sara (2014) Ansiedad ¡que alguien me ayude! Editorial. Copyrighted
- Burns D., David (2006) Adiós, ansiedad como superar la timidez, los miedos, las fobias y las situaciones de pánico. Editorial. Paidós. Barcelona.
- Cano Baeza, José; Balaguer, Gemma, Noemi Guillamón (2008) Higiene y prevención de la ansiedad. Editorial. Diaz de santos. España.
- Fernández, Francisco Alonso (2003) Las nuevas adicciones. Editorial TEA, Madrid.
- Kerlinger, Fred Nichols (2002) Investigación del comportamiento: métodos de investigación ciencias sociales. Editorial MCGRAW-HILL interamericana de España
- Galarza, Daniel; Scheider, Débora (2006) La escuela en la sociedad de redes una introduccion a las tecnologias de la informacion y la comunicacion en la educacion Editorial. Buenos aires: Fondo de cultura economica de Argentina S,A.
- Garcia Vera, Rosa (2015) Adicción al teléfono móvil o “nomofobia” Editorial. ERTISES psicólogos, Madrid España.
- Gil-monte, Pedro R. (2014) Manual de psicología aplicada al trabajo y a la prevención de los riesgos laborales Editorial. Pirámide, Madrid España.

- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos Baptista; Lucio, Pilar (2014) Metodología de la investigación. Editorial. McGraw-Hill Interamericana México
- Hernández Sampieri, Roberto; Mendoza Torres, Christian Paulina (2018) Metodología de la investigación: las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas. Editorial, McGraw-Hill Interamericana. Ciudad de México.
- Llanos Hernández, Luis Goytia; Jiménez, María Antonieta; Ramos Pérez, Arturo (2004) Enfoques metodológicos críticos e investigación en ciencias sociales. Editorial Plaza Valdés, SA, de CV. México, D.F.
- Maya Bilbao, Angie (2010) Gestalt para la ansiedad. Editorial Alfaomega. Ciudad de México.
- McMahon, Gladeana (2005) Como controlar la ansiedad: conviértase en su propio terapeuta. Editorial Robinbook. Madrid, España.
- Medina Durán, José Francisco (2013) Comunicación 2.0 y 3.0. Editorial Visión libros. Madrid, España.
- Moisés de la serna, Juan (2017) Ciberadicción: cuando la adicción se consume a través de internet. Editorial Tektime. España.
- Moreno Rojo, Juan (2011) Comprender ansiedad, las fobias y el estrés. Editorial. Pirámide. Valencia.
- Oblitas, Luis (2010) Psicología de la salud y calidad de vida. Editorial CENGAGE Learning. México, D.F.
- Requesens, Enrique; Echeburúa, Ana (2012) Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Editorial Pirámide. Madrid, España.
- Rodríguez Martínez, José Antonio (2017) Acoso escolar: Bullying y Cyberbullying. Editorial Bosch. España.

Serrano Pintado, Isabel; Camino, María (2015) Como vencer tus problemas de ansiedad ante los exámenes. Editorial Pirámide.

Valderrey Martinez, Vanesa; Garaigordobil Landazabal, Mite (2014) Programa de intervención para prevenir y reducir el cyberbullying. Editorial Piramide. Madrid, España.

Yañez, Maria; Sachis, Carmen (2005) Practicas de Psicología de la personalidad. Editorial Ariel Practicum. España.

MESOGRAFÍA

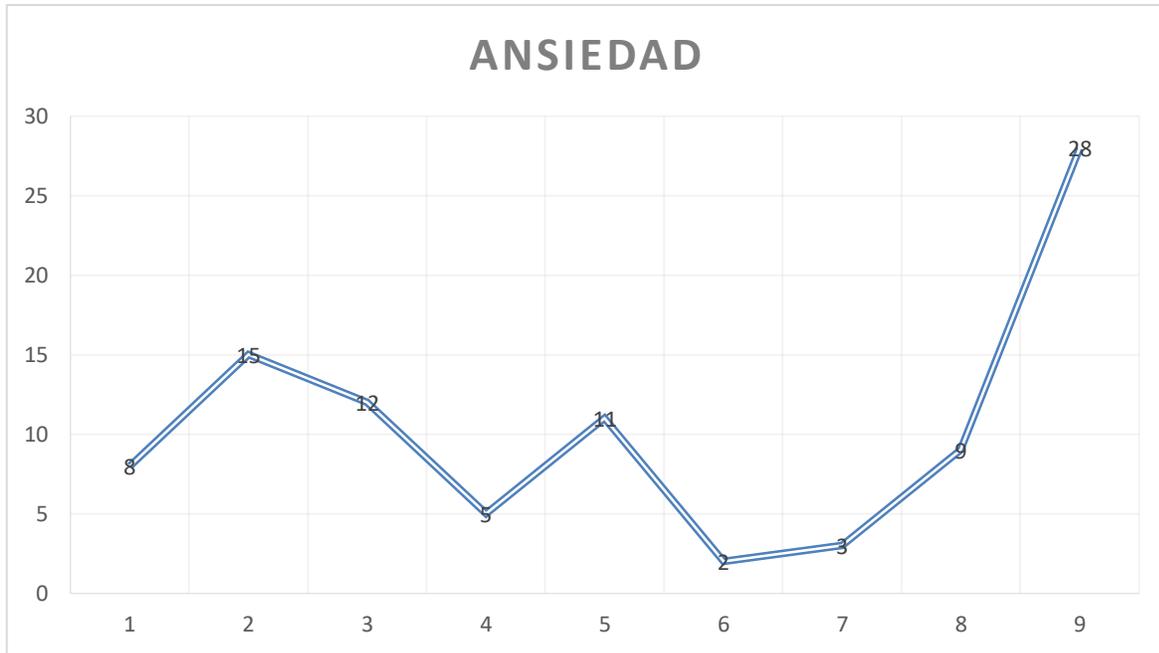
Francis Ries, Castañeda Vásquez Castañeda Carolina, Mesa Campos María del Carmen, Oscar del Castillos Andrés (2012) Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas.
SciELO.isciii.es/pdf/cpd/v12n2/articulo01.pdf

Islas, Octavio (2015) Cifras sobre jóvenes y redes sociales en México. Entretextos. Leon. uiq.mx/num/19/PDF/ENT19-1.pdf

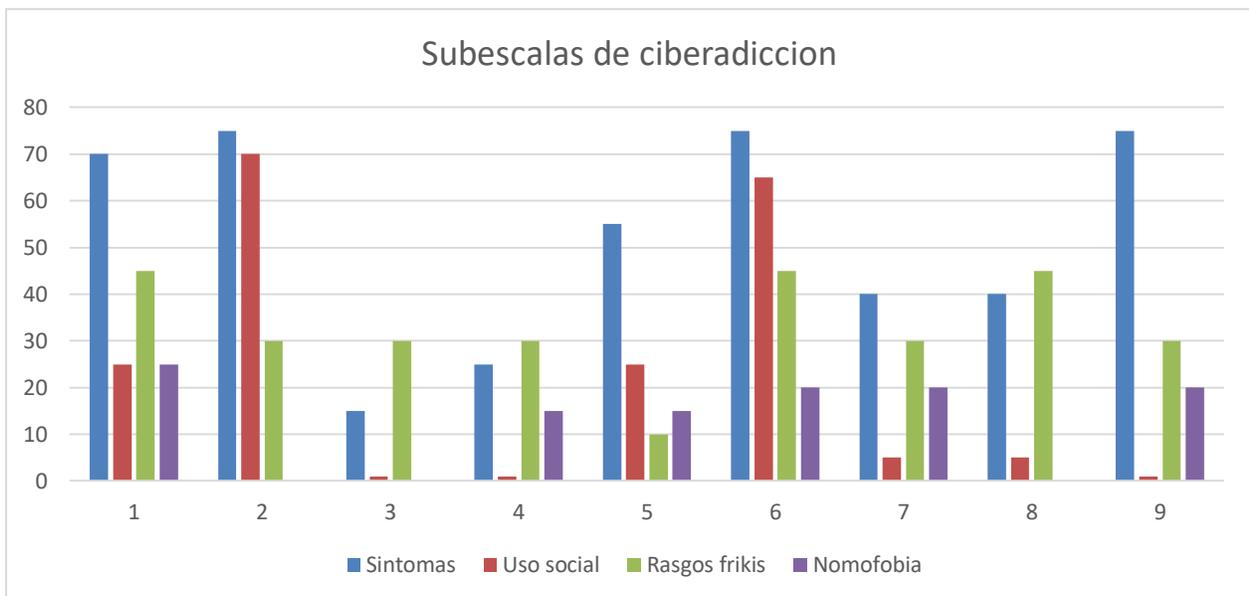
Terán Prieto, Antonio (2019) Ciberadicciones: Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC) https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._131-142_ciberadicciones.pdf

Young, Kimberly (1996) Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>.

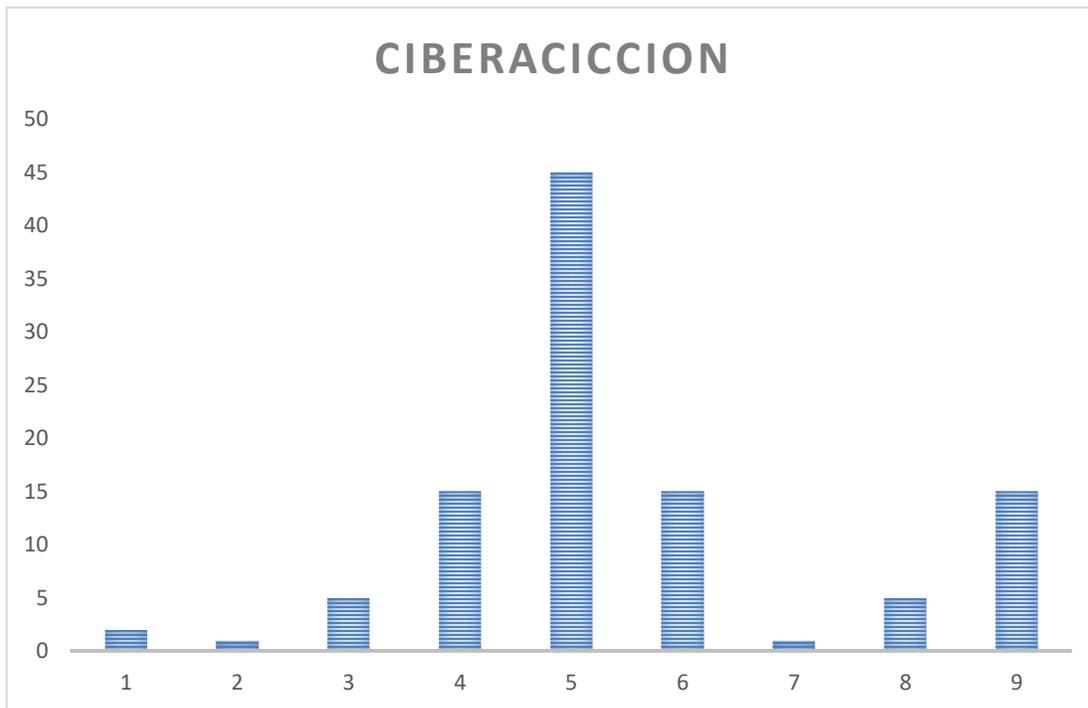
Anexo 1



Anexo 2



Anexo 3



Anexo 4



Anexo 5

