



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de Profundización en Psicología Clínica

El impacto de la ciberadicción en las habilidades sociales de
los adolescentes entre 16 y 18 años de la Ciudad de México

Reporte de Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Claudia Atzala Piña Barrera

Director: Licenciada Liliana Chimal Ornelas

Dictaminador: Doctor Omar Moreno Almazán

Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 12 de Junio de 2020





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Dedicatoria

“Porque, a pesar de su pasado solitario, Juan Gaviota había nacido para ser instructor, y su manera de demostrar el amor era compartir algo de la verdad que había visto con alguna gaviota que no estudiase pidiendo más que una oportunidad de ver la verdad por sí misma.”

Richard Bach, Juan Salvador Gaviota

A mis Padres;

Quienes me enseñaron el valor del estudio y la dedicación, espero que este trabajo sea una de muchas satisfacciones.

A mi hermana y hermano;

A ti hermana porque aunque estés en el cielo, me enseñaste a no quejarme aunque el trayecto fuera imposible. A ti hermano porque eres mi acompañante en este camino llamado vida.

A mi hijo;

Mi gran inspiración y estímulo más importante para salir adelante.

A David Pacheco;

Gracias por ser el roble que me ha sostenido en los momentos más difíciles durante cuatro años para llegar a cumplir este sueño.

A Dios;

Gracias por haberme bendecido con todas las personas que integran esta dedicatoria

Índice

MARCO TEÓRICO	4
Ciberadicción y Cibercomunicación	6
Habilidades Sociales	15
OBJETIVOS	20
HIPÓTESIS	21
MÉTODOLOGÍA	22
Tipo y diseño de la investigación	22
Población y Muestra	22
Instrumentos y Recursos	23
Variables	25
Procedimiento	26
RESULTADOS	29
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	46
REFERENCIAS	55
APÉNDICES	58

MARCO TEÓRICO

Desde la creación de Internet en el año de 1969 y la evolución tecnológica, no podemos negar que actualmente se ha convertido en una herramienta utilizado por millones de personas en el mundo y con un sinfín de usos desde laborales hasta de entretenimiento.

Ha sido tal la influencia de Internet en nuestra vida diaria que, ha modificado la forma en que nos comunicamos. Lejos quedaron aquellos días en los que esperábamos semanas enteras por una carta o bien; las personas no sabían nada de sus familiares hasta que llegaban a casa. Los celulares hoy en día, son fáciles de conseguir y el Internet asociados a los mismos permiten localizar a cualquier persona en cualquier lugar del mundo de forma inmediata, permiten enviar mensajes instantáneos y se está en una continua comunicación donde obstáculos como el tiempo y la distancia no intervienen.

Este nuevo tipo de comunicación rápidamente ha sido adoptada por nuestra sociedad y se hace imprescindible investigar si esta nueva modalidad de interacción social repercute más significativamente en la adolescencia, por ser la etapa en la que el ser humano forja su identidad personal y sus procesos de socialización, creando desadaptaciones del desarrollo psicosocial. (Castellana, Sánchez-Carbonell, Graner & Beranuy, 2007, p. 198).

Actualmente los adolescentes en todas las urbes del mundo disfrutan de las ventajas que para la sociedad en general ha traído el Internet por ejemplo tiempos más cortos para establecer comunicación no sólo local sino internacional de forma económica; intercambio, búsqueda y accesibilidad a información de cualquier tipo instantáneamente; aplicaciones que posibilitan la elaboración de actividades creativas con bajo costo, actividades recreativas en cualquier lugar inclusive sin salir del hogar, operaciones bancarias o financieras, acceso a la educación en línea, compras en línea, etc. Sin embargo, actualmente también se están

investigando las desventajas de su uso pues entre otras cosas posibilita el robo de identidad, el cibercrimen, la falta de privacidad, el sedentarismo y el contacto impersonal.

Precisamente este último aspecto es de interés en este estudio pues las personas al no tener una socialización “presencial”, la cual se puede definir como un contacto cara a cara con las demás personas, pueden desarrollar déficits en habilidades sociales lo cual puede ser perjudicial para su estabilidad emocional y psicológica al no adquirir los recursos necesarios para desenvolverse eficientemente en la sociedad de la cual forma parte.

Esta situación es especialmente preocupante en adolescentes, ya que la adquisición de dichas habilidades se consolidan en esta etapa del desarrollo humano y como mencionan Betina y Contini (2011) influyen en diversas áreas de la vida del individuo como pueden ser la escolar, la familiar e inclusive puede fomentar la adquisición de trastornos psicopatológicos. Por lo que podemos mencionar que un déficit en las mismas, puede traer grandes problemas para el adolescente y los que lo rodean. Entre las complicaciones mencionadas por estas mismas autoras, al no desarrollar habilidades sociales sanas los adolescentes encuentran dificultad de relacionarse y falta de aceptación con los iguales, deserción escolar, comportamientos violentos, y muy probablemente psicopatologías en la vida adulta.

Todo ello, nos lleva a la importancia de investigar cuantitativamente como el Internet influye en el déficit de habilidades sociales en los adolescentes como una forma preventiva de evitar para esta población y los que les rodean comportamientos anormales que puedan poner su vida o la de los demás en riesgo a largo plazo.

Debido a la influencia que tienen las nuevas tecnologías de la comunicación en los adolescentes, estos también se vuelven propensos a diversos peligros generados por las mismas como lo pueden ser el cyberbullying, consumos de sustancias, sexting, etc. Entre

estos riesgos se encuentra también la ciberadicción pues como se menciona “los adolescentes fascinados por el Internet, el móvil y los videojuegos, han encontrado en estas tecnologías un medio extraordinario de relación, comunicación, aprendizaje, satisfacción de la curiosidad, ocio y diversión” (Castellana et al., 2007, p. 197).

Ciberadicción y Cibercomunicación

La “cibercomunicación” es definida como “el proceso de comunicación mediatizado a través de internet y a través de las redes sociales en general” (Arab & Díaz, 2015, p.9)

La ciberadicción se ha convertido en un importante problema a nivel mundial en los adolescentes pues como señala la OMS, al utilizar el Internet para entretenimiento, como en el caso de videojuegos on line, se pueden llegar a presentar problemas de salud mental.

La ciberadicción o trastorno por videojuegos es señalada por la OMS como “una adicción persistente o repetida a los juegos on line u offline”. Y sus principales características son: la incapacidad del usuario para “controlar la frecuencia, duración e intensidad de las sesiones de juego, así como el deseo de seguir jugando a pesar de las consecuencias negativas” (Infobae, 2020).

Entre las principales formas de cibercomunicación se encuentran las redes sociales (Facebook, Instagram, twitter, etc.), aplicaciones para celular (whatsapp, hangouts, skype, etc.).

Actualmente el uso del Internet en los adolescentes, como mencionan Arab y Díaz (2015) derivado de su estudio realizado a 400 adolescentes chilenos de 14 a 18 años, de diferentes estratos socioeconómicos, se centra más en la participación de redes sociales, whatsapp, juegos on line; así mismo se detectó que los adolescentes con menos habilidades

sociales fuera de Internet, son más propensos a generar una ciberadicción. Otro estudio realizado por la Fundación Pfizer en el año 2019 en jóvenes españoles señaló que 7 de cada 10 pasa más de 1 hora y media navegando por Internet pero sólo una minoría del 3% al 6% pueden llegar a presentar ciberadicción (Echeburúa & Corral, 2010). Así mismo, (Johanson y Götestam, como se citó en Castellana et al., 2007) en un estudio sobre el uso de Internet en 3237 adolescentes Noruegos entre 12 y 18 años de un 1.98% presentan características de adicción y un 8.66% están propensos a dicha condición.

Una situación que puede fomentar la ciberadicción como comentan Llinares y Lloret (2008) es el hecho de que los adolescentes al clicar o acceder a un hipervínculo obtienen de manera instantánea información estimulante y de su interés, lo cual se convierte en un reforzador para su uso constante por lo que puede generar la pulsión de repetirlo hasta que el cansancio mental, ocular y/o manual los hacen detenerse.

Según Cobancango, Cedeño y Tinoco (2019), el primer intento por conceptualizar la ciberadicción o Trastorno de Adicción a Internet (IAD) surgió del psiquiatra Goldberg (1995) quien publicó diversos artículos estableciendo un conjunto de factores basados en la adicción a sustancias para su diagnóstico. Posteriormente, la doctora Young (fundadora del Center For On Line Adiction de la Universidad de Pittsburg) definió la ciberadicción como “una disminución en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas, cognitivos, conductuales y fisiológicos”, lo cual puede provocar una desviación de sus propios intereses personales, familiares y/o profesionales.

Llinares y Lloret (2008) mencionan que autores como Griffiths (2008) intentaron conceptualizar las “adicciones tecnológicas” como aquellas que no son químicas o provocadas por sustancias pero que involucran la interacción hombre-máquina, las cuales

pueden ser pasivas como el uso de la televisión como entretenimiento o bien, activas como los videojuegos o el uso de Internet.

Arab y Diaz (2015) definen la ciberadicción como “un patrón de comportamiento caracterizado por la pérdida de control por el uso de Internet” (p.10). Incluso este tipo de adicción se ha llegado a comparar con el uso de drogas o sustancias. Así mismo, provoca el síndrome de abstinencia y se pueden llegar a utilizar para evadir la realidad.

Así mismo Arnaiz, Cerezo, Gímenez y Maquilón (2016) mencionan entre sus consecuencias “consumo de sustancias, depresión, trastornos del sueño e inmunológicos, malestar psicológico, agresividad, aislamiento, problemas de adaptación social y reducción del rendimiento académico” (p. 762).

Diversos autores (Echeburúa, Griffiths, Washton y Boundy como se citó en Castellana et al., 2007) mencionan que los principales síntomas para detectar una adicción son los siguientes:

- 1) Incapacidad para detener y/o controlar la conducta una vez iniciada.
- 2) Dependencia psicológica generada por el Craving (deseo, impulso incontrolable) de realizar la conducta; o bien, por focalización atencional (la conducta domina pensamientos y sentimientos).
- 3) Problemas en el ámbito familiar, social y personal.

Entre otros síntomas mencionan cambios en el estado de ánimo, tensión antes del inicio de la conducta, alivio al realizarla, irritabilidad al no poder realizarla, euforia cuando se desarrolla, negación u ocultación de la conducta, culpa, baja autoestima y recaídas.

En el caso de los adolescentes y la ciberadicción, se da el incremento gradual de la intensidad de los síntomas, el perder la noción del tiempo cuando se usa internet, incrementar

las horas de su uso, incapacidad de detener la conexión, o la necesidad de conectarse con excusas, disminuye la higiene, disminuyen las horas de sueño y se modifican los horarios destinados a la alimentación. Incluso se pueden llegar a dar “cibercrisis”, donde se muestra agitación y se imita el “teclear” frente a una computadora. (Wieland como se citó en Castellana et al., 2007, p. 197)

En el caso de esta adicción como en muchas otras (Echeburúa & Corral como se citó en Llinares y Lloret, 2008) las conductas normales que producen placer son susceptibles de convertirse en adicción por lo que no es la actividad en sí lo que genera dependencia sino la relación que se establece con ella.

Cobancango et al., (2019) menciona que la ciberadicción se puede dar en tres diferentes modalidades:

- 1) Adicción a Internet
- 2) Adicción al teléfono móvil
- 3) Adicción a las computadoras.

Así mismo, Llinares y Lloret (2008) distinguen dos modelos de ciberadicción sobre el uso de Internet:

- 1) Aquellas personas asiduas al Internet que lo utilizan para buscar información o jugar de forma individual sin tener contacto interpersonal o sólo el necesario.
- 2) Quienes utilizan Internet para la comunicación como chats, juegos en línea que generan contacto social.

Estas últimas son las más propensas a desarrollar ciberadicción en los adolescentes ya que buscan por medio de la red, aceptación a grupos, reconocimiento, poder o amor.

Estas autoras afirman que cuando el Internet interfiere de forma importante con las ocupaciones cotidianas se puede hablar de una adicción.

Así mismo refieren que la adicción (cualquiera que sea el caso) necesita los siguientes elementos:

- Una persona
- Circunstancias personales específicas
- Estímulo que genere placer.

Como mencionan Llinares y Lloret (2008) el Instituto de Estudio para las Adicciones (IEA) se ha dado a la tarea de proporcionar un perfil de personas que pueden desarrollar ciberadicción. Bajo estos criterios mencionan que las personas que padecen depresión, ansiedad, bipolaridad, autoestima, poca vida familiar son más propensas a desarrollar ciberadicción. Así mismo, otros investigadores como el Dr. Echeburúa mencionaron que también pueden predisponerse jóvenes con un nivel cultural medio, tiempo libre, conocimientos básicos de informática e inglés que viven en grandes zonas urbanizadas. Mientras que el Dr. Alonso Fernández agrega a este perfil un rango de edad de 18 a 35 años de edad, que se presenta más en el género masculino, con problemas de comunicación e impulsividad.

De esta forma se comprende que Internet compensa necesidades de personalidad de los adictos por medio de la cibercomunicación interpersonal convirtiéndose en un escape o sustituto de la vida real. (Boronat como se citó en Cobacango et. al. 2019, p. 4)

Es así como estos investigadores identifican que los factores de riesgo más frecuentes para generar ciberadicción son:

1. Factores Macrosituacionales como la aceptabilidad social, recursos como la accesibilidad y disponibilidad para realizar la conducta adictiva.
2. Edad, siendo los adolescentes y jóvenes los más vulnerables debido a la mayor exposición del Internet.
3. Necesidades implícitas insatisfechas, como la adquisición de artefactos más modernos tecnológicamente, lo cual puede estar encubriendo necesidades más importantes.
4. Identidad no cohesionada, lo cual se refiere al anonimato del usuario creando falsas identidades.
5. Personalidad y estados emocionales. La timidez, búsqueda de nuevas experiencias y sensaciones, impulsividad, estilos de afrontamiento inadecuados; así como preocupación, fatiga, hostilidad, depresión, preocupación, etc., están asociados al posible desarrollo de una adicción.
6. Factores familiares y estilos de crianza como rigidez o permisividad, que no permiten una correcta autorregulación y autocontrol que pueden desembocar en la aparición de una adicción como forma de regulación emocional.
7. Factores sociales como el aislamiento social o las relaciones con familiares o personas cercanas que hacen un uso indiscriminado del Internet.
8. Llinares y Lloret (2008) añaden a estos factores de riesgo déficits cognitivos como fantasía descontrolada, atención dispersa e introversión.

Como mencionan estas mismas investigadoras los refuerzos que predisponen a las personas para generar una ciberadicción son los siguientes:

a) Aplicaciones que permiten la interacción social y personal vía on line como MUDS y chats ya que los usan para socializar y conocer nueva gente. Estas aplicaciones también pueden dar la percepción de apoyo social ya que sus usuarios establecen intimidad fomentados por la desinhibición por el uso de la red. Se presume que llenan la necesidad de apoyo en situaciones estresantes o desalentadoras de la vida cotidiana.

b) Espacios en el Internet diseñados para la satisfacción sexual. El usuario es libre de elegir y experimentar las fantasías sexuales con tan sólo un click, además el anonimato y la práctica del sexo seguro lo cual fomenta esa conducta. Esto sin mencionar que personas que sienten poco atractivas se ven libres de ese complejo.

c) El anonimato que ofrece Internet lo cual fomenta la creación de una “identidad virtual”, modificando el usuario aspectos físicos que le desagradan, teniendo como trasfondo una inseguridad personal. Además pueden salir a la luz rasgos de personalidad que en otras situaciones seguirían encubiertas. Mientras que en los videojuegos on line específicamente se busca reconocimiento y poder, específicamente al adquirir puntos dejando a los demás jugadores relegados.

Según Castellana et al., (2007) menciona que entre las consecuencias negativas que genera la ciberadicción (además de los síntomas mencionados anteriormente) también se pueden mencionar el impacto de sus relaciones sociales las cuales se ven reducidas y a su vez, en su falta de habilidad para poder comunicarse cara a cara.

En lo que respecta a la evaluación psicológica de la ciberadicción Llinares y Lloret (2008) mencionan los siguientes rubros a evaluar:

- Aplicaciones: Identificar la aplicación disparadora de la conducta e investigar de todas las que el individuo utiliza su utilidad, forma y tiempo de uso.
- Emociones: Se debe de indagar como es que se siente el individuo cuando está desconectado para identificar las emociones principales que le generan la ciberadicción.
- Pensamientos: Evaluar el grado de pensamiento catastrófico ya que este es una defensa para las amenazas reales o ficticias percibidas por el paciente.
- Sucesos vitales: El Internet puede ser utilizado como medio de escape para aquellas personas que no están satisfechas con sus vidas o tienen una necesidad subjetiva encubierta. Es por ello que se hace imprescindible la indagación de cada aspecto de su vida y encontrar que variable fomenta y mantiene la ciberadicción.

Como mencionan estas investigadoras, se pueden utilizar gran variedad de instrumentos para la evaluación de la ciberadicción, como el Test de Adicción a Internet de Kimberly y Young; Test de Adicción a Internet de Echeburúa creado en 1999; Escala de síntomas SCL-90-R de Derogattis en 1969; Escala de Inadaptación de Echeburúa en 1995; Escala de Autoestima de Rosenberg en 1965 y Autoregistros.

De igual forma señalan que el tratamiento de la Adicción de Internet normalmente se utiliza el paradigma cognitivo-conductual en el que se pueden utilizar diversas técnicas:

- Control de estímulos los cuales refuerzan la ciberadicción.
- Generar nuevos horarios de actividades para romper con los horarios establecidos de conexión.

- Fijar horarios para conexiones frecuentes pero breves, para darle la percepción al usuario de que tiene control sobre los mismos.
- Exposición a los estímulos que desencadena la ciberadicción con el fin de que el individuo posteriormente pueda resistirse a los mismos.
- Alarmas externas para recordarle al individuo las demás actividades que tiene que realizar durante el día y cortar la conexión.
- En el caso de los chats, si estos son el problema, del individuo deberán quedar prohibidos dejándole navegar utilizando otras aplicaciones de Internet.
- Terapia ocupacional en donde el individuo realice una actividad alternativa.
- Entrenamiento en el control del ansia, depresión, ansiedad y conflictos interpersonales.
- Entrenar a la persona en el uso controlado de Internet, cuando no se pueda suspender definitivamente su uso para lo cual se deberán de identificar los factores de alto riesgo, entrenamiento en respuestas de enfrentamiento e implementar la reestructuración cognitiva.

Es por todas las razones expuestas anteriormente que es de primordial importancia investigar la relación actual que mantienen los adolescentes con el Internet, si les genera ciberadicción y cuáles son las consecuencias negativas en habilidades sociales que les han generado. La ciberadicción en la adolescencia (siendo esta una etapa crucial en el desarrollo del ser humano) puede llegar a provocar déficits en habilidades sociales y de comunicación que puede orillar en un futuro a una sociedad sin empatía, hasta el grado de llegar a ocasionar

psicopatologías o problemas de físicos de salud como la desnutrición, problemas fisiológicos por la exposición por mucho tiempo a los ordenadores o celulares, etc.

Habilidades Sociales

Según la definición de Caballo (1997) las habilidades sociales son aquellas conductas que el individuo realiza para expresar sus propios deseos, actitudes, opiniones y derechos de una forma adecuada a la situación en la que se encuentra para resolver los problemas inmediatos que se le presentan minimizando futuros problemas derivadas de la misma. (p. 6)

Así mismo León Rubio y Medina Anzano (1998) como se citó en Betina y Contini (2011) mencionan como habilidades sociales aquella capacidad del individuo para ejecutar las conductas aprendidas que den satisfacción a sus necesidades de comunicación interpersonal de forma adecuada dependiendo del contexto de la situación social en la que se encuentre. (p.7).

Para Monjas como se citó en Coronel, Levin y Mejail (2011) las habilidades sociales son las conductas específicas que necesita un individuo para ejecutar de forma competente situaciones interpersonales. Son adquiridas y aprendidas, no implican rasgos de la personalidad y se utilizan siempre en la interacción con otras personas. (p. 5)

Estos autores como muchos otros estudiosos del tema, reconocen 3 aspectos que conforman las habilidades sociales. Identifican que son conductas adquiridas por medio del aprendizaje, que permiten la resolución de problemas interpersonales de forma idónea generando bienestar para el individuo y que son reforzadoras de la misma conducta. Betina y Contini (2011) mencionan que por las razones dadas es imprescindible tomar en cuenta la

etapa del desarrollo en que el individuo ejecuta estas habilidades sociales pues los requerimientos del entorno no son los mismos para un niño, un adolescente o un adulto. (p.7)

Como mencionan Garcés, Santana y Feliciano (2012) y partiendo de la idea de que las habilidades sociales son aprendidas, los autores identifican 4 requisitos para adquirirlas y desarrollarlas:

1. Un modelo de persona que promueva conductas asertivas adecuadas;
2. Valoración positiva de la conducta humana en su mayoría;
3. La apertura y desarrollo del pensamiento enfocándolo en las diferentes soluciones para los problemas del día a día;
4. Facilitar momentos u ocasiones de desarrollo de las habilidades sociales.

En cuanto al momento en que las habilidades sociales se adquieren, existe un acuerdo entre los diversos autores, que es en la niñez primordialmente con la observación de su entorno y las actividades lúdicas; sin embargo, como mencionan Betini y Contini (2011), existe en la adolescencia la necesidad de adquirir habilidades sociales más complejas y elaboradas pues los cambios psicofisiológicos propios de la edad le exigen al adolescente un cambio en su autoimagen, sobre el concepto de sí mismo, como lo perciben los demás y su visión del mundo.

Un componente inevitablemente relacionado con las habilidades sociales es la asertividad, la cual es definida por ellos como “la posibilidad que tiene un sujeto de expresar adecuadamente las emociones en las relaciones sociales es decir que al manifestarse deben estar ausentes signos de agresividad o ansiedad”. (Da Dalt de Mangione & Difabio de Anglat; Estrada como se citó en Coronel, Levin & Mejail, 2011).

La asertividad es importante pues Coronel y Levin (2011) consideran que este comportamiento establece relaciones sociales importantes y generan una mejor adaptación social. (p. 7)

Torres (2011) señala que Lazarus en 1978 en un intento por establecer que categorías conductuales abarcan las habilidades sociales, mencionó las siguientes:

- a) Poder decir “no”
- b) Pedir favores y hacer peticiones.
- c) Poder expresar asertivamente sentimientos positivos y negativos.
- d) Iniciar, mantener y terminar conversaciones.

Es por ello que como menciona Garcés et al. (2011) las habilidades sociales son herramientas para relacionarnos con los demás de forma asertiva y un déficit en estas puede generar las relaciones interpersonales del adolescente generándoles pobre control emocional, baja autoestima y sentimientos de fracaso personal.

La importancia de las habilidades sociales para la salud de los individuos y de los adolescentes en general se da debido a que los autores Segrin y Taylor en el año del 2007 encontraron que las relaciones sociales asertivas se relacionan con indicadores de bienestar psicológico. “Los Indicadores de habilidades sociales no sólo apuntan a revertir los déficits sociales sino a incrementar habilidades asertivas, identificadas en la fase de diagnóstico. De esta modo las habilidades sociales pueden actuar como factor de protección de la salud y no sólo de protección”. (Betina 2011, p. 5).

Así mismo, Frederickson como se citó en Betina (2011), menciona que este bienestar psicológico promueve pensamientos positivos en los individuos que los preparan para afrontar de una forma exitosa problemas futuros.

En lo que se refiera a la evaluación de las habilidades sociales Torres (2011) menciona que existen dos categorías de análisis:

- 1) Molar: Es aquella enfocada a evaluar capacidades generales de las habilidades sociales como asertividad, relaciones heterosexuales, resolución de problemas, etc.
- 2) Molecular: Se refiere a conductas más específicas como el contacto ocular, el tono de voz, la intención del habla, la postura, etc.

Para Torres (2011) , entre los instrumentos más utilizados para la evaluación de las habilidades sociales se encuentra el Cuestionario de Vineland creado en 1989 que mide habilidades como socialización y comunicación; Baterías BAS 1, 2 y 3 creadas en 1989, las cuales miden la percepción que los adolescentes tienen de sus propias habilidades sociales, la escala de Asertividad creada en 1993, mide la conducta agresiva, pasiva o asertiva de los adolescentes; Prueba ADCA-1 realizada en 1994, mide las actitudes de los adolescentes en relación con sus habilidades sociales; Escala de Autoconcepto Forma 5 AF5, creada en 1999 la cual mide el autoconcepto del adolescente basándose en 5 dimensiones; EIS Cuestionario de Estrategias Cognitivas de Resolución de Situaciones Sociales del año 2000 la cual indaga sobre las estrategias cognitivas de los adolescentes para resolver diversos tipos de conflictos; La Escala de Habilidades Sociales EHS realizada en el año 2000 la cual evalúa asertividad y habilidades sociales y el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales de la Adolescencia CEDIA, creada en el año 2000 que mide habilidades sociales de los adolescentes y utilizado para los propósitos de este manuscrito.

En lo que respecta a la intervención en habilidades sociales Betina (2012) señala que estará enfocada en enseñar a los adolescentes comportamientos antes no adquiridos para añadirlos a su repertorio conductual, desarrollo de nuevas habilidades, cooperativismo entre

los individuos sujetos a intervención, la intervención en habilidades sociales supone no una terapia sino sesiones psicosocioeducativas y tienen la ventaja de realizarlas en grupos. Así mismo menciona que las técnicas más utilizadas en este tipo de intervenciones son las siguientes:

- El modelado, teniendo como sustento el aprendizaje vicario encaminado a la instrucción de las conductas adecuadas.
- El ensayo conductual, enfocado en la práctica de las habilidades enseñadas.
- La retroalimentación y el refuerzo para mantener las conductas aprendidas.
- Y las tareas con la finalidad de practicar las habilidades aprendidas en contextos reales.

OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar la influencia de la ciberadicción en las habilidades sociales de los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México.

Objetivos específicos:

- Definir la relación entre las nuevas tecnologías y el comportamiento de los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México.
- Identificar qué consecuencias genera la ciberadicción en las habilidades sociales y de los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México.

HIPÓTESIS

Hipótesis Nula:

- ❖ A mayor ciberadicción de los adolescentes de entre 16 y 18 años de la Ciudad de México no se presentarán déficit en sus habilidades sociales.

Hipótesis Alternativa

- ❖ A mayor ciberadicción de los adolescentes de entre 16 y 18 años de la Ciudad de México mayor será su déficit en habilidades sociales.

MÉTODOLOGÍA

Esta investigación de tipo cuantitativo tratará de contestar a la pregunta de si la ciberadicción en la mayoría de los adolescentes usuarios de Internet de la Ciudad de México provocan o no déficits en sus habilidades sociales.

Tipo y diseño de la investigación

La investigación cuantitativa en este caso fue de tipo correlacional-explicativa pues lo que se pretendía es conocer el grado de relación que existe entre la ciberadicción y los déficits en habilidades sociales; así como explicar la relación entre estas dos variables para poder predecir la conducta de los adolescentes de 16 a 18 años. Así mismo el diseño es transversal debido a que es un estudio que está situado en el momento presente y no pretende hacer ningún tipo de seguimiento futuro.

Población y Muestra

La población a la que se aplicaron los instrumentos psicológicos para este trabajo fueron adolescentes entre los 16 y los 18 años de edad que tenían su residencia en la Ciudad de México y una conexión a Internet ya sea en escuela, móvil o casa.

Se eligió este rango de edad debido a que son los últimos años de la adolescencia, rango en el que ya deberían haber adquirido las habilidades sociales necesarias como herramientas para una vida futura.

De esta forma, al existir adolescentes que tenían déficits en habilidades sociales pudimos comparar si estas se vieron afectadas por un uso indebido de Internet generándoles ciberadicción.

Los criterios para haber formado parte de la muestra fueron los siguientes:

- 70 Individuos con una edad entre los 16 y los 18 años que tuvieran su residencia en la Ciudad de México (se terminó eligiendo una muestra de mínimo 50 individuos para la elaboración del estudio).
- Que estuvieran cursando el bachillerato.
- Que tuvieran acceso al servicio de Internet.

La muestra que se utilizó es la no probabilística debido a que los criterios para la selección de la misma fueron escogidos por las características de funcionalidad para el propósito de investigación. Estuvo compuesta por 70 individuos iniciales de entre los que se escogieron aquellos con ciberadicción para terminar con la población final y mínima de 50 casos por lo cual la muestra también es polietópica.

Instrumentos y Recursos

Debido a que en esta investigación cuantitativa se tenía que identificar y medir tanto la variable ciberadicción como habilidades sociales se utilizaron 2 cuestionarios diferentes.

El primero fue el “Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México”, el cual nos ayudó para dilucidar si un adolescente es ciberadicto o no, según la revisión de la literatura del marco teórico. Está conformado por datos sociodemográficos de los participantes sin solicitarle sus nombres (para mantener la confidencialidad de los adolescentes) y algunos datos básicos como el tipo de familia en la que vive, su grado de estudios, su género, etc. y dos cuestionarios, uno de opción múltiple que identificó la relación del adolescente con el uso de Internet (como con qué frecuencia se conecta, el tiempo y lugar de conexión, las aplicación y actividades más utilizadas, etc.) y una escala tipo Likert.

La evaluación del cuestionario 1 se evaluó tomando en cuenta el porcentaje de respuestas más elegidas ya que este midió la relación entre adolescentes y su uso del Internet para saber en qué lo utilizan, con qué aplicaciones y con qué propósitos.

La evaluación del cuestionario 2 de escala tipo Likert constó de una puntuación total de 48 puntos. Se tomó en cuenta como ciberadicción inexistente aquella comprendida entre los 0 y 12 puntos, ciberadicción leve una puntuación de 13 a 24 puntos aún debajo de la mitad del puntaje, ciberadicción media una puntuación de 25 a 36 puntos que es más de la mitad del puntaje total y una ciberadicción grave de 37 a 48 puntos, la cual es del 75% al 100 % del puntaje total. El valor de cada ítem fue el siguiente: “Nada de acuerdo” correspondiente a 0 puntos, “Poco de acuerdo” con un valor de 1 punto, “Bastante de acuerdo” con valor de 2 puntos y “Totalmente de acuerdo” con valor de 3 puntos. Excepto las tres últimas preguntas con puntuación viceversa. Este último cuestionario identificó si el adolescente tenía síntomas de ciberadicción o no.

El segundo cuestionario que se aplicó fue el “Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia” (CEDIA). Creado por los psicólogos Cándido J. Inglés Saura, María Soledad Torregosa Díez, Javier Méndez y María Hidalgo en el año 2000. Este consta de 5 subescalas de tipo Likert que evaluaron asertividad, relaciones heterosexuales, hablar en público, relaciones familiares y amigos con un total de 36 ítems.

Su evaluación comprendió las puntuaciones directas de las subescalas según las tablas de evaluación del cuestionario las cuales dependen del género y edad del adolescente, posteriormente la puntuación se convirtió en centiles para obtener la calificación total del cuestionario.

La fiabilidad de este instrumento fue calculada mediante el coeficiente producto momento de Pearson con un resultado en el cuestionario global de .78, presentando un aceptable grado de consistencia interna. (Inglés et. al., 2000)

Variables

- Variables independientes.

Ciberadicción

Son aquellas conductas que los adolescentes entre los 16 y 18 años tienden al usar Internet como conectarse diariamente, conectarse por más de 4 horas al día, no querer o poder desconectarse, la privación del sueño, perder la noción del tiempo, que el uso de Internet interfiriera con actividades escolares, estado de ánimo triste, irritable o ansioso por no estar conectado al Internet, falta de higiene, falta de socialización con los amigos o familia.

- Variables Dependientes

Habilidades Sociales

Para el propósito de este estudio se tomaron en cuenta las siguientes habilidades sociales que en los adolescentes representan según Inglés, Torregrosa, Méndez e Hidalgo (2000) “un amplio rango de relaciones y situaciones sociales con personas de diferente edad, género, nivel de autoridad y grado de conocimiento y confianza en diferentes contextos”. (p.14)

1) Asertividad

Conducta encaminada a la expresión de forma adecuada del desacuerdo, defensa de los derechos personales, el rechazo a situaciones incómodas y creación de relaciones interpersonales.

2) Hablar en público

Conducta de acción enfocada en la participación y expresión de opiniones frente a un grupo de personas exponiéndose a la crítica y evaluación tanto negativa o positiva de los demás.

3) Relaciones Heterosexuales

Conducta de socialización para establecer relaciones con el sexo opuesto para cumplir necesidades de tipo sexual, de compañía, de apego y seguridad emocional.

4) Relaciones familiares

Conducta encaminada a mantener buenas relaciones interpersonales con la familia expresando de forma adecuada los propios sentimientos y pensamientos y resolviendo las controversias.

5) Amigos

Conducta encaminada al manejo de críticas, petición de disculpas y verbalización de agradecimientos.

Procedimiento

Consentimiento Informado

Para poder aplicar los instrumentos de evaluación para esta investigación primero se procedió a realizar un consentimiento informado en donde los adolescentes se enteraran del propósito

y alcances de la investigación y así mismo, se les mencionó que la participación era voluntaria, que los datos recabados sólo serían tratados con fines académicos y de forma confidencial.

También se les señalaron los criterios para poder responderla y entre los datos sociodemográficos no se les solicitó su nombre para que pudieran responder el cuestionario de forma anónima.

Cuestionario sobre el uso de Internet y habilidades sociales en adolescentes de 16 a 18 años.

Consentimiento Informado

Este cuestionario tiene el objetivo de indagar sobre los hábitos del uso de Internet y las habilidades sociales en adolescentes de 16 a 18 años que radican actualmente en la Ciudad de México como parte del Módulo "Seminario de Titulación" correspondiente a la Licenciatura en Psicología modalidad a distancia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

La participación es voluntaria y toda la información obtenida se tratará con fines académicos y de forma confidencial.

Para participar sólo necesitar cumplir los siguientes criterios:

- * Ambos sexos.
- * Tener una edad entre los 16 y los 18 años.
- * Vivir actualmente en la Ciudad de México.
- * Tener conexión a Internet.
- * Estar cursando actualmente la educación media superior. (Preparatoria, Colegio de Bachilleres, CONALEP, Vocacional o similar).

Imagen 1. Consentimiento Informado para la aplicación de los instrumentos de evaluación.

Aplicación de Instrumentos

Posteriormente se capturaron los cuestionarios por Google Forms. Los instrumentos de evaluación se aplicaron vía Internet debido a que por la pandemia de COVID-19 el Gobierno de la CDMX cerró las instituciones educativas por lo que fue imposible aplicarlo de forma presencial. Se envió directamente a grupos enfocados en juegos on line, a redes sociales y adolescentes vía whatsapp.

El total de cuestionarios llenados por los adolescentes fueron 119; sin embargo, sólo se requerían 70 participantes de los cuáles obtuvimos una población final de 53 adolescentes que cumplían con todos los criterios para formar parte de la muestra.

Consideraciones éticas

En lo que se refiere a la aplicación on line de los instrumentos de evaluación y como considera Richaud de Minzi (2007) la investigación cumplió con la ética establecida para realizar la investigación por el ciberespacio en 2 aspectos fundamentales:

- 1) El consentimiento informado; el cual estaba al abrir la liga y ponía al tanto a los adolescentes de para qué se solicitó su participación; así como el trato de sus datos y sus respuestas.
- 2) Privacidad del canal de comunicación, resultados e informes de investigación; aspectos en todo momento respetados pues el canal de comunicación es privado y sólo tiene acceso a este la autora de este trabajo, así mismo los resultados de los mismos sólo se han tratado entre el personal académico involucrado en esta investigación.

Además hay que señalar que en ningún momento se les solicitó a los adolescentes datos como su nombre, dirección, correo electrónico, teléfonos y/o números de celular precisamente para proteger su anonimato y así no exponerlo a ningún riesgo en los cuales se pudieran ver afectados al responder los instrumentos.

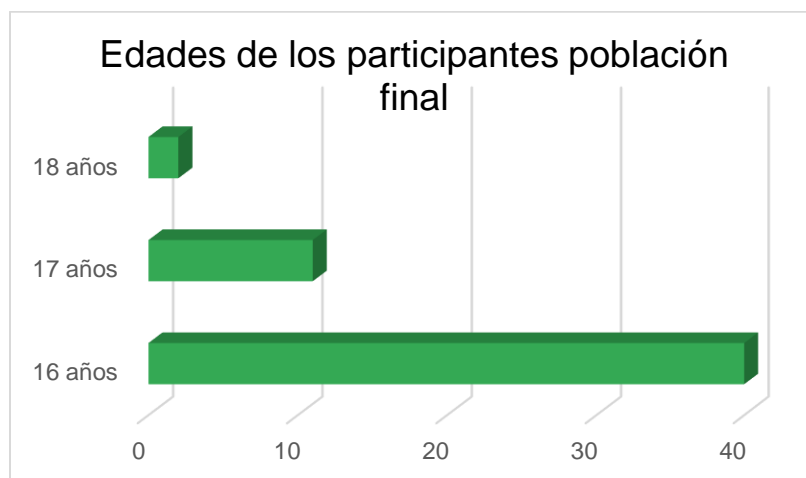
RESULTADOS

Derivado de la aplicación de los instrumentos a la población meta se obtuvieron los siguientes resultados.

En relación al Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México, tenemos que los datos sociodemográficos de la población final estudiada que respondieron a este instrumento son los siguientes:

Participantes población final	
Edad	No. De Participantes
16 años	40
17 años	11
18 años	2
Total	53

Tabla 1. Edades de los participantes.



Gráfica 1. Edades de los participantes.

Como podemos observar en la Gráfica 1, la mayoría de los participantes corresponden adolescentes de 16 años de edad siendo más de $\frac{3}{4}$ de la población final; sin embargo, los cuestionarios siguen teniendo validez y confiabilidad ya que el “Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México” está diseñado para ser contestado por adolescentes en general, mientras que en el “Cuestionario de Evaluación de

Dificultades Interpersonales en la Adolescentes” la población muestreada tiene un rango de análisis que va desde los 16 a los 18 años.

En lo que respecta al género de los participantes (Tabla 2) más de la mitad pertenecieron al género femenino, siendo más de 1/3 parte la población masculina estudiada.

Participantes población final	
Género	No. De Participantes
Mujeres Adolescentes	36
Hombres Adolescentes	17

Tabla 2. Género de los participantes.



Gráfica 2. Género de los participantes.

En la Tabla 3 se muestra la estructura familiar del adolescente, siendo conceptualizada como Familia Tradicional aquella que es conformada por los padres y hermanos; mientras que la familia no tradicional se refiere a aquella en la que no vive con el adolescente uno de los dos padres, o no viven con ellos y son cuidados por algún otro familiar o también en el caso de que los integrantes se encuentren segregados.

Participantes población final	
Estructura Familiar	No. De Participantes
Familia No Tradicional	12
Familia Tradicional	41

Tabla 3. Estructura familiar de los participantes

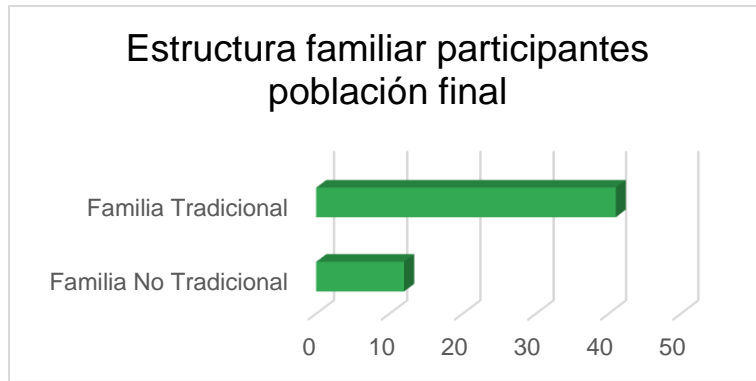


Gráfico 3. Estructura familiar de los participantes.

En lo que se refiere a la ocupación y nivel de estudios de los participantes el 100% fueron estudiantes de bachillerato requisitos indispensables para formar parte de este estudio.

Participantes población final	
Ocupación	No. De Participantes
Estudiante	53

Tabla 4. Ocupación de los participantes

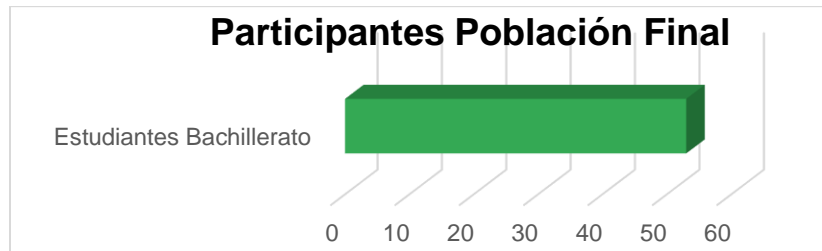


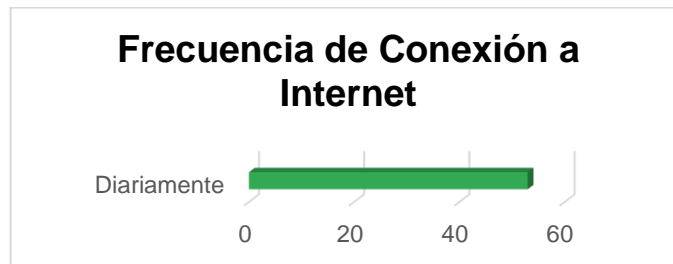
Gráfico 4. Ocupación de los participantes

En lo que respecta a la primer parte de este instrumento encargado de averiguar cuál es el uso que más dan los adolescentes al Internet según sus hábitos y actividades se obtuvieron los siguientes resultados:

En la tabla 5 se muestra la frecuencia con que los adolescentes se conectan a Internet; como se puede observar, el 100% total de población final navega de forma diaria.

Participantes población final	
Frecuencia de Conexión a Internet	No. De Participantes
Diariamente	53

Tabla 5. Frecuencia con que los participantes se conectan a Internet



Gráfica 5. Frecuencia con que los participantes se conectan a Internet

En cuanto al número de horas en las que los adolescentes se conectan diariamente (tabla 6) podemos observar como el 90.56% se conectan más de 4 horas a Internet, lo cual diversos autores señalan como un síntoma importante de la ciberadicción.

Participantes población final	
Horas	No. De Participantes
1 hora	1
2 horas	1
3 horas	3
Más de 4 horas	48

Tabla 6. Número de horas que los participantes se conectan a Internet

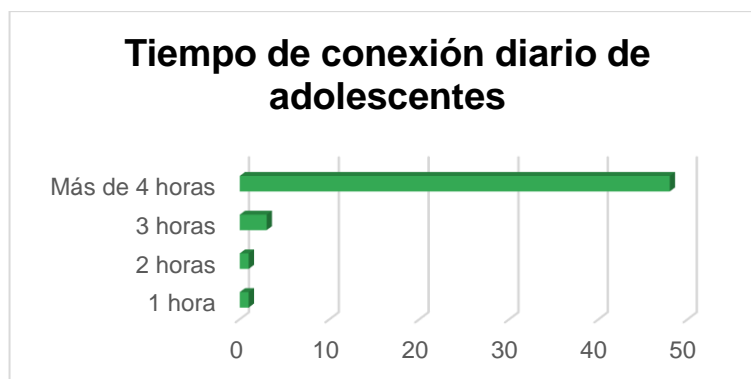


Gráfico 6. Número de horas que los participantes se conectan a Internet

En el gráfico 7 vemos que los lugares donde los adolescentes se conectan más a Internet en primer lugar el hogar con un 38%, seguido del móvil con un 36% y dejando en último lugar a la escuela con un 26%, cantidad considerablemente más baja que las demás.

Participantes población final	
Lugar	No. De Participantes
Casa	52
Escuela	35
Celular	49

Tabla 7. Lugares en los que los participantes se conectan a Internet

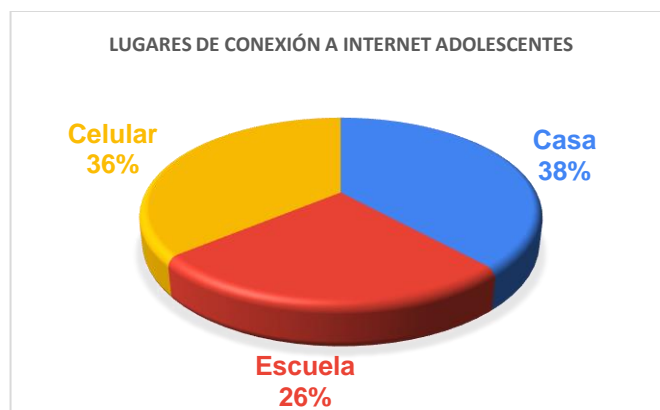


Gráfico 7. Lugares en los que los participantes se conectan Internet

Las aplicaciones que más utilizan los adolescentes cuando se conectan a Internet son básicamente de comunicación, como lo son las redes sociales y whatsapp ambas con un 24% entre las dos dan un total de 48% casi la mitad del uso de Internet. En segundo lugar, se encuentra YouTube con un 21%, en tercer lugar Google con un 14%, otras aplicaciones como Hangouts, Netflix, Zoom un 11% dejando sólo a las aplicaciones de juegos en línea con un 6%.

Participantes población final	
Aplicación	No. De Participantes
Youtube	45
Redes Sociales	50
Whatsapp	50
Google	30
Juegos en línea	12
Otros	24

Tabla 8. Aplicaciones que más utilizan los participantes al conectarse a Internet



Gráfico 8. Aplicaciones que más utilizan los participantes al conectarse a Internet

Las principales actividades (tabla 9) que los adolescentes de la CDMX realizan al momento de utilizar Internet son nuevamente las redes sociales con un 28%, seguida de aplicaciones para buscar información con un 24%, ver vídeos como forma de entretenimiento un 22%, actividades de aprendizaje o con fines educativos un 18%, mientras que jugar en línea sigue manteniéndose en un 6% y otras actividades con un 2%.

Participantes población final	
Actividades	No. De Participantes
Ver vídeos	42
Buscar Información	45
Redes Sociales	52
Aprendizaje/Educación	34
Jugar en línea	11
Otros	4

Tabla 9. Actividades que más realizan los participantes al conectarse a Internet



Gráfico 9. Actividades que más realizan los participantes al conectarse a Internet

Tomando en cuenta los datos anteriores podemos resumir en la tabla 11 los niveles de ciberadicción de los participantes y en la Gráfica 11 observar los porcentajes obtenidos.

Participantes población final	
Puntuación Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México	No. De Participantes
Ausente	25
Leve	27
Moderada	2
Grave	0

Tabla 10. Resumen de los niveles de Ciberadicción de los participantes.



Gráfico 10. Resumen de los niveles de Ciberadicción de los participantes.

De esta forma los resultados para el Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México son que un 46% de la población estudiada no tiene ningún tipo de Ciberadicción, un 50% tiene una adicción de tipo leve y un 4% ciberadicción de tipo moderada. Si sumamos estos dos datos, obtenemos que la población con ciberadicción es más de la mitad con un 54%.

En lo que respecta a los datos obtenidos en el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia obtuvimos los siguientes resultados:

En el rubro Asertividad (tabla 12) el cual se refiere a la capacidad de comunicar diferentes estados de ánimo, así como defender gustos, intereses o derechos encontramos que las mujeres adolescentes presentan una dificultad máxima del 39%, una dificultad alta con un 20%, mientras que su dificultad media está en un 19% y la ausencia de esta dificultad se mide en un 22%. Verificando la cantidad total de dificultad en mujeres adolescentes es de 78% en total. Muy diferentes de los resultados de los hombres adolescentes, ya que estos presentan un nivel máximo con un 12% significativamente más bajo que el de las mujeres, un nivel alto con un 23%, una dificultad media de 24% un poquito más elevada que en el género femenino mientras que la ausencia de dificultad es del 41% casi llegando al doble que las mujeres. De esta forma el total de dificultad en asertividad para los hombres adolescentes es del 59%.

Dificultad en Asertividad Mujeres Adolescentes		Dificultad en Asertividad Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	14	Máxima	2
Alta	7	Alta	4
Media	7	Media	4
Ausencia	8	Ausencia	7

Tabla 11. Resultados Escala de Asertividad Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

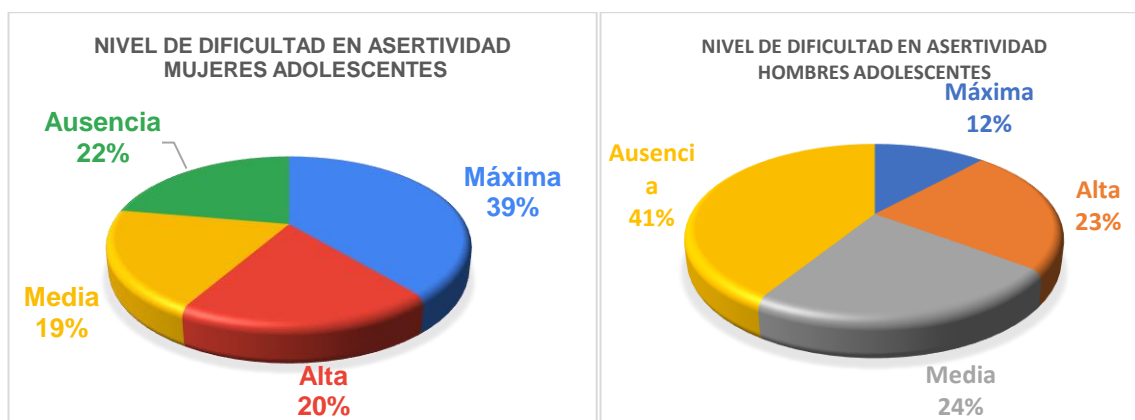


Gráfico 11 y Gráfico 12. Resultados Mujeres Adolescentes y Hombres Adolescentes en la Escala de Asertividad del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

En lo que se refiere a la dificultad en relaciones heterosexuales (tabla 13) podemos mencionar que el nivel máximo de dificultad en mujeres adolescentes es de un 31%, un nivel alto y medio cada uno con un 19% y una ausencia del 31%. El total de dificultad para este aspecto es de un 69% . En lo que respecta a los hombres adolescentes podemos observar que tienen una dificultad máxima del 17%, un nivel alto de 18% y un nivel medio de 12%, con un ausencia del 53%, dando un total de dificultad de 47%.

Dificultad en Relaciones Heterosexuales Mujeres Adolescentes		Dificultad en Relaciones Heterosexuales Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	11	Máxima	3
Alta	7	Alta	3
Media	7	Media	2
Ausencia	11	Ausencia	9

Tabla 12. Resultados Escala Relaciones Heterogéneas Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

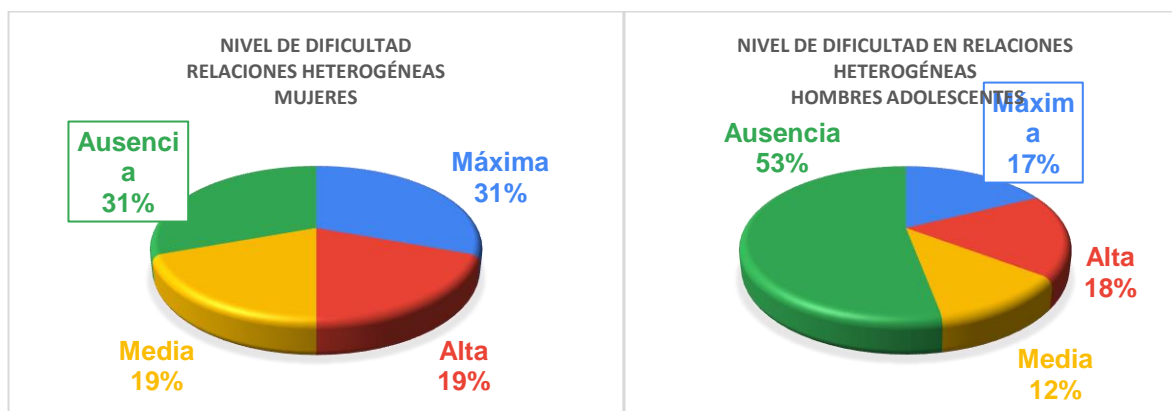


Gráfico 13 y Gráfico 14. Resultados Mujeres Adolescentes y Hombres Adolescentes en la Escala de Relaciones Heterogéneas del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

Según la Tabla 14, en cuanto a la dificultad de hablar en público para las mujeres adolescentes los datos arrojan que tienen un nivel máximo en 41%, un nivel alto de 14%, un nivel medio de 28% con una ausencia de 17%. Estos resultados nos arrojan un nivel de dificultad para hablar en público del 83%. En el mismo aspecto pero en el caso de los

hombres adolescentes se tiene una dificultad máxima del 12% y una dificultad media de 35% con una ausencia del 53%; lo que nos da una dificultad total de 1 47%.

Dificultad en Hablar en Público Mujeres Adolescentes		Dificultad en Hablar en Público Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	15	Máxima	2
Alta	5	Alta	0
Media	10	Media	6
Ausencia	6	Ausencia	9

Tabla 13. Resultados Escala Hablar en Público Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

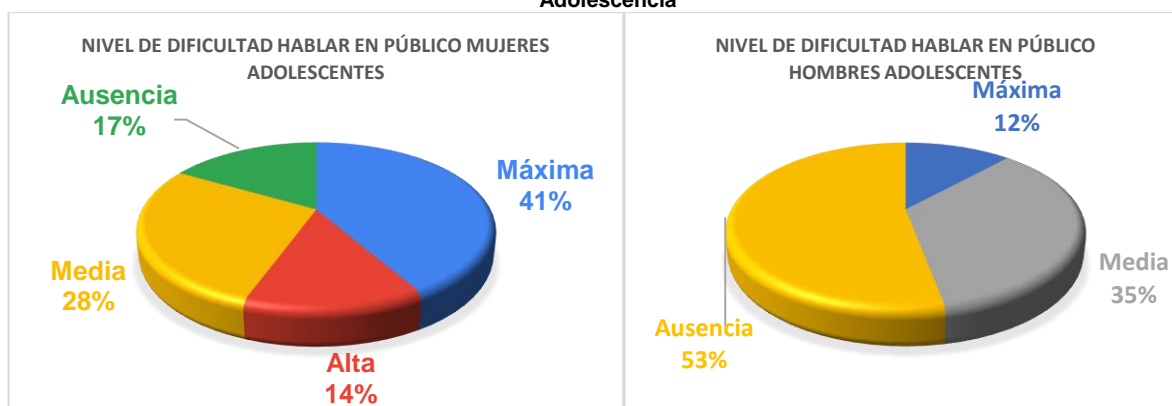


Gráfico 15 y Gráfico 16. Resultados Mujeres Adolescentes y Hombres Adolescentes en la Escala de Hablar en Público del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

En la tabla 15 correspondiente a la dificultad de la comunicación en las relaciones familiares las mujeres adolescentes obtuvieron un nivel máximo y alto cada uno con un 25% y una ausencia del 50%, por lo que el total de dificultad es de 50%. Mientras que en el caso de los hombres adolescentes obtuvimos un nivel máximo de 29%, una dificultad media de 12% por debajo de los anteriores resultados y una ausencia de 59%. En total para hombres tenemos un total de dificultad 41%.

Dificultad Relaciones Familiares Mujeres Adolescentes		Dificultad Relaciones Familiares Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	9	Máxima	5
Alta	9	Alta	0
Media	0	Media	2
Ausencia	18	Ausencia	10

Tabla 14. Resultados Escala Relaciones Familiares Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

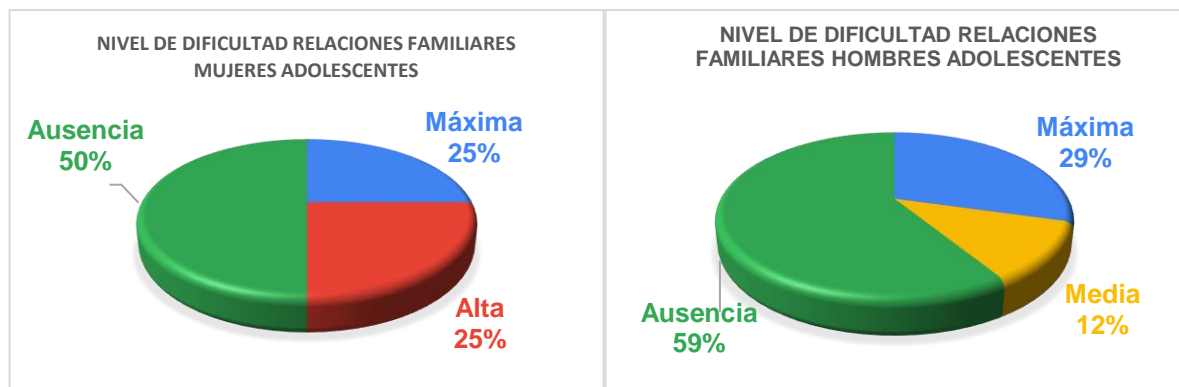


Gráfico 17 y Gráfico 18. Resultados Mujeres Adolescentes y Hombres Adolescentes en la Escala de Relaciones Familiares del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

En la dificultad en las relaciones interpersonales con amigos (tabla 16) los niveles para las mujeres adolescentes son máxima con un 31%, Alta con un 33% y una ausencia del 36%. El total de dificultad es un total de 64%. Para los hombres adolescentes tenemos un nivel máximo de 24%, un nivel alto de 18% y un nivel medio de 29% con una ausencia de 29%. El total de dificultad para hombres adolescentes en este rubro es de 71%.

Dificultad Amigos Mujeres Adolescentes		Dificultad Amigos Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	11	Máxima	4
Alta	12	Alta	3
Media	0	Media	5
Ausencia	13	Ausencia	5

Tabla 15. Resultados Escala Amigos Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

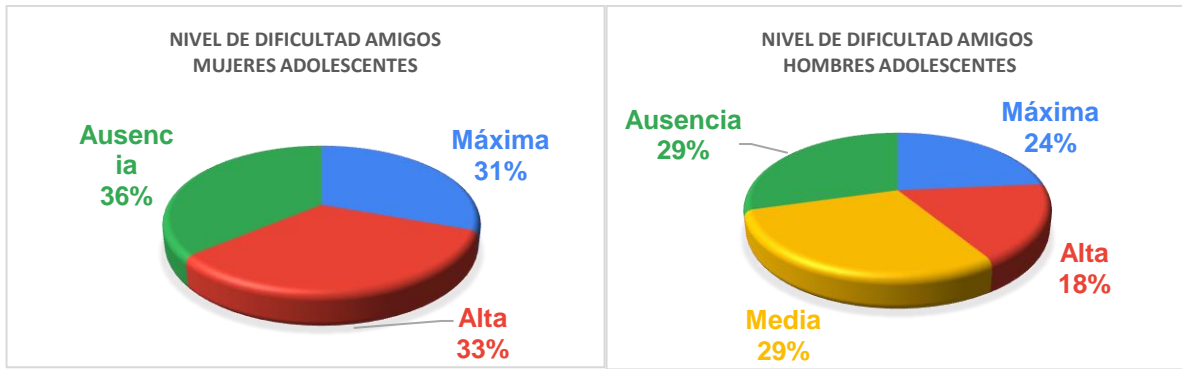


Gráfico 19 y Gráfico 20. Resultados Mujeres Adolescentes y Hombres Adolescentes en la Escala Amigos del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

En la tabla 17 vemos los resultados generales del Cuestionario de Evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia por sexo. Como podemos observar en las gráficas 22 y 23 el déficit en el manejo de las relaciones interpersonales en mujeres adolescentes es de un nivel máximo con un 31%, un nivel alto y medio cada uno con un 22% y una ausencia de 25%. Obtenemos un nivel de dificultad total de 75%, porcentaje alto pues es más de la mitad de la capacidad para sostener relaciones interpersonales sanas. En cuanto a los hombres se señala una dificultad de relaciones interpersonales de un nivel máximo de 23%, alto del 6% , una media de 12% y una ausencia de 59%. El total de dificultad en este caso es de 41%.

Déficit General en Habilidades Sociales Mujeres Adolescentes		Déficit General en Habilidades Sociales Hombres Adolescentes	
Nivel	Casos	Nivel	Casos
Máxima	11	Máxima	4
Alta	8	Alta	1
Media	8	Media	2
Ausencia	9	Ausencia	10

Tabla 16. Resultados por género del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

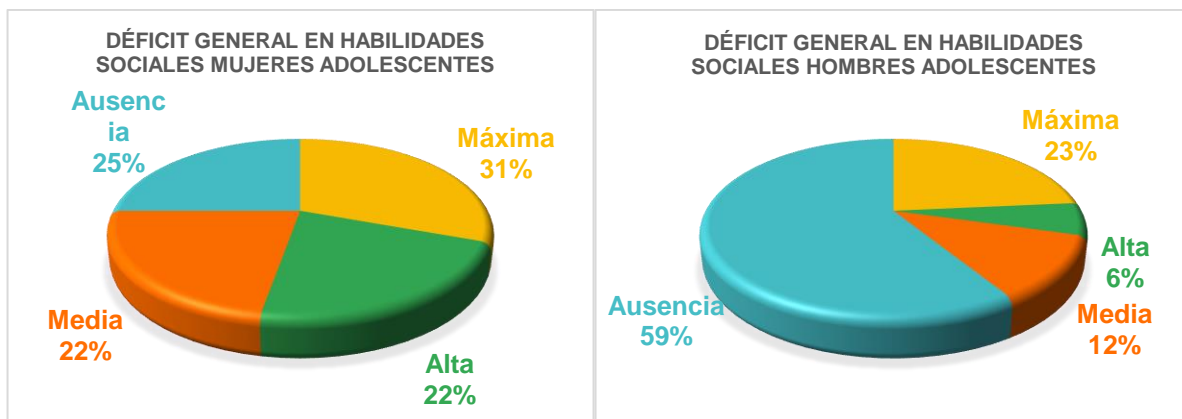


Gráfico 21 y Gráfico 22. Resultados por género del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia

El nivel de dificultad en relaciones interpersonales en los adolescentes de la Ciudad de México de 16 a 18 años se obtuvo de la tabla 18 en donde se visualiza el puntaje, centil y nivel de gravedad de cada uno de los participantes del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la adolescencia.

Tabla 17. Puntaje, Centil y Nivel de Gravedad del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia de los participantes.

P.D.TOTAL MUJERES	Centil	Dificultad	P.D. TOTAL HOMBRES	Centil	Dificultad
45	55	Media	135	99	Máxima
25	15	Ausencia	24	20	Ausencia
56	80	Máxima	60	85	Máxima
38	40	Media	29	30	Media
0	0	Ausencia	45	65	Alta
45	55	Media	7	5	Ausencia
0	0	Ausencia	63	90	Máxima
32	30	Media	11	5	Ausencia
95	99	Máxima	23	20	Ausencia
50	65	Alta	2	5	Ausencia
25	15	Ausencia	33	40	Media
28	20	Ausencia	25	20	Ausencia
44	55	Media	13	5	Ausencia
11	5	Ausencia	22	15	Ausencia
47	60	Alta	15	10	Ausencia
71	95	Máxima	49	70	Máxima
39	45	Media	18	10	Ausencia
68	90	Máxima			

29	20	Ausencia
55	75	Alta
65	90	Máxima
27	20	Ausencia
48	60	Alta
65	90	Máxima
53	75	Alta
40	45	Media
11	5	Ausencia
46	60	Alta
54	75	Alta
69	90	Máxima
71	95	Máxima
71	95	Máxima
83	99	Máxima
95	99	Máxima
41	50	Media
53	75	Alta

De esta forma podemos analizar que según los resultados generales del Instrumento que mide Dificultades Interpersonales en la adolescencia podemos decir que existe un nivel máximo del 28%, un nivel alto del 17%, un nivel medio del 19% y una ausencia del 36%. En total la dificultad general de los adolescentes y su déficit en habilidades sociales es del 64% la cual es un porcentaje por arriba de la media.

Déficits en habilidades sociales adolescentes de 16 a 18 años CDMX	
Nivel	Casos
Máxima	15
Alta	9
Media	10
Ausencia	19

Tabla 18. Resumen de nivel de gravedad Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia de los participantes.

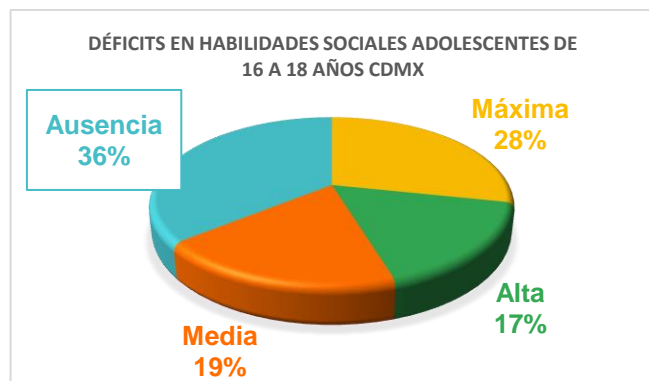


Gráfico 23. Porcentajes nivel de gravedad Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia de los participantes

De esta forma y teniendo los resultados de los dos cuestionarios aplicados para detectar si la ciberadicción produce un déficit en habilidades sociales aplicamos la correlación lineal de Pearson en base a las Tabla 20.

Puntuaciones totales Cuestionario sobre el uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México	Puntuaciones totales Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia
32	135
10	24
5	45
16	60
13	29
12	45
14	25
30	56
12	38
23	0
18	45
23	0
11	32
24	95
6	7
20	50
17	63
12	25
6	28
13	11
18	44
10	23
9	11
6	2

12	47
18	33
17	71
15	39
23	68
22	29
14	55
16	25
19	65
7	13
9	22
9	15
17	27
11	48
9	65
19	53
14	40
9	11
8	46
17	54
17	69
14	71
12	71
9	83
14	95
19	49
10	41
10	53
9	18

Tabla 19. Puntuaciones totales de los participantes en el Cuestionario sobre el uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México y el Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia.

Se obtuvo un coeficiente de correlación lineal de Pearson de 0.436 (Tabla 21) la cual es positiva de tipo media; sin embargo tomando en cuenta el tamaño de la población final estudiada puede llegar a ser significativa si se elaboran pruebas en una muestra más grande de participantes.

Coeficiente de Correlación de Pearson		
Cuestionario sobre el uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México	1	
Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia	0.4361123	1

Tabla 21. Resultado de la Correlación entre ciberadicción y déficit en habilidades sociales

En la gráfica 24 podemos observar la dispersión de las puntuaciones de los participantes y como se acercan hasta formar una correlación positiva trazando una línea recta del extremo inferior derecho al extremo superior izquierdo, lo cual refiere que a mayor nivel de ciberadicción en los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México, es mayor su déficit en habilidades sociales.

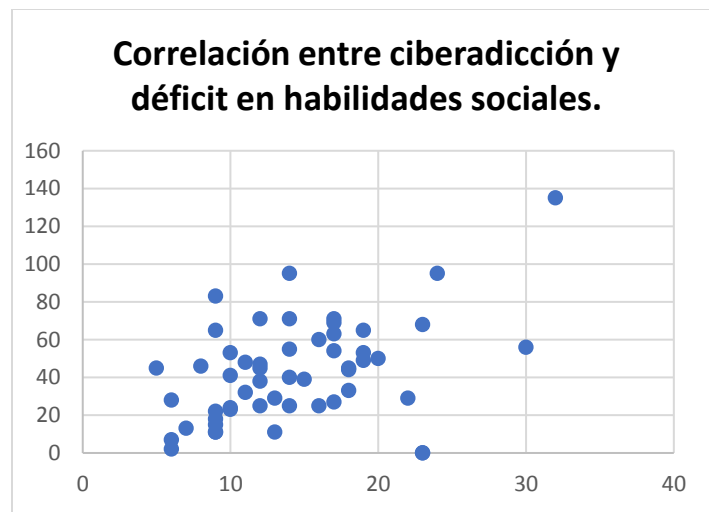


Gráfico 24. Distribución Correlación Lineal Positiva de Pearson entre ciberadicción y déficit en habilidades sociales.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Si referimos esta investigación a la OMS en donde afirma que el uso de Internet como entretenimiento o juegos on line provocan en los adolescentes enfermedades mentales, podemos diferir un poco en el hecho de que en el caso de los adolescentes de la CDMX los juegos on line no son muy utilizados pues sólo el 6% de los participantes los usan; más bien este estudio señala que el uso por tiempo prolongado de Internet con fines de socialización como mencionaban Arab y Díaz (2015) con aplicaciones como redes sociales o WhatsApp son los que provocan ciberadicción desencadenando deficiencias en la interacción social de los adolescentes que pueden traer desde trastornos de personalidad hasta conductuales.

Según el Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México se puede observar que la mayoría de los participantes en este estudio fueron de género femenino más 50% de la población estudiada, mientras que la edad que más predominó es de 16 años, 75% de la población estudiada, siendo las edades de 17 y 18 años el 25% restante, distribución de la muestra que más nos acercó a nuestro propósito, pues como se había explicado anteriormente es en este rango de edad cuando los adolescentes deben ya de contar con recursos suficientes en habilidades sociales que les permitan en la adultez gozar de un bienestar general en todos los ámbitos de su vida, obteniendo buenas relaciones interpersonales y resolviendo sus problemas de manera eficaz.

En lo que se refiere al tipo de familia en la que los adolescentes se desenvuelven tenemos que el 77% de los participantes lo hacen dentro de una familia tradicional y el 23% restante en una familia no tradicional. Analizando los datos no se

encuentra una relación clara entre el tipo de familia y la ciberadicción a Internet pues esta se genera independiente del tipo de esta variable.

En lo que se refiere a los hábitos de los adolescentes en el uso de Internet los adolescentes refieren que el lugar donde más navegan es su hogar (gráfico 7); en segundo lugar está el celular móvil que es vital para poder acceder al Internet y los servicios que ofrece y en último lugar, la escuela. En este aspecto podemos comentar el hecho de que el hogar, lugar donde más se desenvuelve el adolescente, carece por parte de los familiares o tutores un control que permita limitar el acceso a Internet y brindarle opciones de actividades creativas, deportivas o de entretenimiento que consuma el tiempo de los adolescentes y les permitan generar actividades sociales que puedan fortalecer relaciones interpersonales y una comunicación de tipo cara a cara. En cuanto al móvil, este derriba las barreras de la distancia, del tiempo y localización fija para poder comunicarse, pues los adolescentes pueden estar en contacto con sus pasatiempos, intereses, amigos y familiares de forma instantánea y no importando la actividad que estén realizando o el lugar donde se encuentren. La escuela en este caso se convierte en el espacio socializador en el que el adolescente converge con sus iguales y demás personas incluyendo figuras de autoridad; además de enfocar su atención en otras actividades que le demandan habilidades cognitivas y comunicación con sus iguales lo que lo distrae del uso de Internet, siendo esta un factor importante que evita la ciberadicción y fomenta las habilidades sociales de los adolescentes. Esto se demuestra siendo la escuela el espacio en el que poco más $\frac{1}{4}$ de los participantes se conecta a Internet.

Otro aspecto importante que interviene en el déficit de habilidades sociales nos lo muestran las aplicaciones y actividades que más utilizan los adolescentes en Internet. Como ya han mencionado diversos autores, (se puede observar en el gráfico 8 y gráfico 9) las redes sociales ocupan el primer lugar manifestando de esta forma su necesidad de

comunicación y pertenencia al grupo; sin embargo, esto se da virtualmente por lo que los adolescentes no tienen la necesidad de adquirir habilidades de interacción personal y social adecuadas. En estas mismas gráficas tenemos que la segunda actividad que más realizan es el entretenimiento y la búsqueda de información, viendo vídeos y utilizando el buscador de Google, el uso de aplicaciones con fines de aprendizaje y entre las últimas los juegos en línea y otras aplicaciones como servicio de entretenimiento de paga. . También hay que añadir que actualmente la brecha entre aquellos individuos que utilizan el Internet para comunicarse y aquellos que la utilizan para buscar información se ha reducido pues actualmente, aplicaciones como las redes sociales sirven también como un medio de búsqueda y de aprendizaje, por lo que la ciberadicción puede llegar a comenzar con alguna actividad y saltar de una a otra hasta hacerse generalizada.

En la segunda parte del Cuestionario sobre el Uso de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México, una cosa que observamos como un factor importante para provocar ciberadicción es el hecho de que para desarrollarla los adolescentes tienen la necesidad de conectarse al Internet diariamente por más de 3 o 4 horas al Internet como lo realiza el 96% de los participantes (tabla 5 y 6). Entre otros síntomas principales se encuentran la pérdida de la noción del tiempo con un 54% y los desvelos continuos por estar conectados a Internet con un 66%. A diferencia de los trabajos anteriores tenemos una discrepancia ya que el factor emocional no fue un factor importante que fomentara la ciberadicción en los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México ya que el 33.96% de los adolescentes informaron estar de acuerdo en ser bastante o totalmente tímidos y sólo el 15% consideraban no estar de acuerdo en ser personas felices. Mientras que el porcentaje de los adolescentes que presentan ciberadicción de leve a media es del 54%. (Gráfico 10). Así mismo otro hecho relevante de esta investigación es que el 92% de los participantes realizan actividades extraescolares que

no tienen que ver con el uso de Internet; pero aún así pueden desarrollar ciberadicción, por lo que el factor ocupacional no es una variable relevante en este caso. Es importante mencionar que el porcentaje de adolescentes que no presentan ciberadicción según este instrumento es del 46% por lo que puede ser materia de futuros trabajos el indagar sobre factores de protección ya que hasta el momento no se ha concretado alguna variable en específico que evite convertirse en ciberadicto. Este estudio confirmó lo que mencionan Arab y Diaz (2015) en cuanto a su definición de ciberadicción en la que mencionan que su característica principal es la pérdida de control en su uso. La mayoría de los adolescentes de la CDMX no tienen control en su conectándose a Internet diariamente por más de 4 horas y en algunas ocasiones privándose del sueño, siendo casi la totalidad de la población final la que presentó este aspecto.

Otra aspecto importante que la investigación aportó es que como mencionan Echeburúa & Corral, lo que genera dependencia no es el Internet sino la relación de socialización que se establece a través de este con los demás. Los adolescentes de la CDMX en su mayoría lo utilizan para estar en comunicación con los demás por medio de las redes sociales lo que provoca una ciberadicción al sentir la necesidad de estar conectados para estar al pendiente de lo que hacen, sienten o transmiten sus iguales. Por todo ello el estudio también confirma que como menciona Boronnat, la cibercomunicación sustituye a la vida real.

En lo que se refiere a los resultados del Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia podemos inferir lo siguiente. Encontramos que en el rubro de Asertividad (gráfico 11 y 12) las mujeres adolescentes tienen un déficit del 78% de habilidades sociales mientras que en los varones adolescentes presentan un déficit de 59%. Estas cifras son preocupantes pues al no desarrollar una comunicación adecuada que les permita expresar de forma adecuada sus necesidades, gustos y derechos podrían caer ya

sea en una personalidad sumisa o bien agresiva que genere trastornos psicopatológicos conductuales o de personalidad.

En la categoría relaciones heterosexuales (gráfico 13 y 14) obtuvimos que el déficit en mujeres adolescentes es de 69% mientras que en los varones adolescentes fue del 47%. Probablemente el distanciamiento tan grande entre ambos géneros pueda deberse a la cultura a la que pertenecen los adolescentes, pues en la Ciudad de México como en diversas partes del país, se espera que el varón tome la iniciativa para establecer relaciones de tipo amorosas o sexuales evitando que las mujeres desarrollen habilidades sociales que la lleven al establecimiento del compañero, novio o pareja. Sin embargo, las relaciones heterosexuales adultas implican una serie de variables que no sólo competen al establecimiento de estas sino a la comunicación y satisfacción de necesidades como económicas, emocionales y de seguridad por lo que un correcto desarrollo en estas habilidades generara bienestar con su futura pareja.

En el grafico 15 y 16 correspondiente las habilidades sociales en lo que respecta a hablar en público se obtuvo que las mujeres adolescentes tienen un déficit del 83% y los varones adolescentes del 47%. Podemos observar que existe una diferencia importante en este tipo de déficit el cual es importante adquirirlo pues tiene que ver con la tolerancia a la crítica y la autoimagen generada por la evaluación positiva o negativa de los demás. Un déficit en habilidades sociales de este tipo en mujeres adolescentes probablemente puede orillarlas a victimizarse o generarles baja autoestima, trastornos alimenticios, depresión, etc.

En lo que respecta al manejo de las relaciones familiares (gráfico 17 y 18), las mujeres adolescentes tienen un déficit del 50% mientras que en los varones hombres del 41%. Es necesario que los adolescentes de ambos géneros adquieran más estrategias de comunicación y entendimiento con sus familias pues estas son el medio de apoyo más directo

con que ellos cuentan además de que en éste ámbito se establece la forma de relacionarse con el entorno y las demás personas; aunque es comprensible que por la etapa del desarrollo en la que se encuentran , así como la necesidad de pertenecer a sus iguales y la generación de su propia personalidad, los haga alejarse un poco del seno familiar y cuestionar las decisiones de sus padres o tutores.

Mientras que en las gráficas 19 y 20 las dificultades interpersonales en la variable Amistades, las mujeres adolescentes tienen un déficit de 64%, mientras que en los hombres adolescentes es del 71%. Quizá esta diferencia sea influenciada por cuestiones culturales, pues en el caso del género femenino y en la educación tradicional se enseña a las mujeres a verbalizar sus sentimientos, tristezas y necesidades; mientras que en los hombres aunque exista la necesidad emocional, no se les educa para verbalizarlos o expresarlos con sus iguales. En los dos géneros existe un déficit importante que a largo plazo les impedirá reconocer la ayuda de los demás y la resolución adecuada de conflictos que sean generados entre amistades.

En el grafico 23 podemos observar que las dificultades en relaciones interpersonales en adolescentes de 16 a 18 años de la CDMX se traducen en déficits en habilidades sociales de máxima a media en un 64%, un 10 % más que los adolescentes que presentan ciberadicción de leve a media.

Siendo estos los resultados de esta investigación con diseño transversal se verificó si existe relación entre la ciberadicción y el déficit en habilidades generales obteniendo una correlación lineal positiva de 0.436 de nivel medio, lo cual quiere decir que la hipótesis alternativa correlacional se cumple, pues a mayor nivel de ciberadicción mayor es el déficit en habilidades sociales en adolescentes de 16 a 18 años de la CDMX.

De esta forma podemos decir que en los adolescentes de 16 a 18 años de la Ciudad de México, el Internet sin límites de uso, ni medidas de regulación con conductas como una necesidad por estar conectados con privación del sueño, utilizarlo por más de 3 o 4 horas y la pérdida de noción del tiempo también la usarlo provoca ciberadicción leve (50%) y en algunos casos puede aumentar. Se señala que en este estudio no encontramos factores emocionales importantes que la provoquen, por lo que podría ser complementado por investigaciones futuras.

Otro aspecto importante que anticipamos es que al existir una correlación lineal positiva entre ciberadicción leve y un déficit alto en habilidad sociales con un 64%, quiere decir que el daño provocado por el Internet en la conducta de los adolescentes puede llegar a ser inclusive más alto, lo cual traería un riesgo potencial de desarrollar inadecuadas relaciones interpersonales derivado de no adquirir y practicar habilidades sociales en la interacción personal cara a cara lo cual se puede traducir en un riesgo más alto para padecer en la adultez algún trastorno mental o de personalidad que repercutirá en su bienestar.

Por todas las razones dadas anteriormente podemos señalar que Betina y Contini (2011) tuvieron razón al referir que un déficit en habilidades sociales provoca dificultades para relacionarse con las personas de su entorno aumentando la probabilidad de desarrollar psicopatologías en la adultez. Además de que como menciona Castellana et. al (2007) una de las consecuencias negativas de la ciberadicción es el impacto en las relaciones sociales que producen déficits para comunicarse cara a cara.

En lo que respecta al rol de la psicología en relación con los adolescentes enfrenta varios desafíos en una post-modernidad donde existen menos prejuicios y las personas adquieren más libertad. Los adolescentes por los cambios físicos y emocionales por los que atraviesan son individuos vulnerables que pueden ser fácilmente envueltos en circunstancias

que pueden ser peligrosas para ellos mismos y los demás. En este contexto de las habilidades sociales como menciona Coronel, Levin y Mejail (2011) el gran desafío es diseñar una comunicación para los adolescentes que incluya a las nuevas tecnologías pero también a los padres y a los maestros. La responsabilidad que tenemos como psicólogos con los adolescentes es poner la ciencia a su servicio promoviendo programas que prevengan o corrijan situaciones que puedan dañarlo, fortaleciendo sus habilidades sociales y mejorando sus relaciones interpersonales, lo que a su vez los dotará de las habilidades necesarias para resolver sus problemas por sí mismos, desarrollar una personalidad asertiva y encontrar bienestar psicológico, emocional y personal.

En cuanto a investigaciones que pueden profundizar en el tema se encuentra el identificar porqué la ciberadicción y los déficits en habilidades sociales que generan repercuten más en el sexo femenino, como prevenir desde el hogar la ciberadicción tomando a la familia como agente regulador de las actividades de los adolescentes, investigaciones de como las redes sociales pueden fomentar diferentes actividades que promuevan la socialización, investigación sobre factores conductuales y emocionales de protección de la ciberadicción, investigaciones sobre mejorar la asertividad de los adolescentes; así como la forma de relacionarse con el sexo opuesto desde una perspectiva cultural y de género en la actualidad, entro otros muchos temas.

En cuanto a los vacíos metodológicos en esta investigación se pueden mencionar aquellas que tienen que ver con el tamaño de la muestra pues aunque sabemos que existe una correlación entre ciberadicción y déficit en habilidades sociales, no llegó a superar el 0.5 en el coeficiente de correlación de Pearson por lo que es viable reelaborar este estudio con una muestra más grande. Así mismo, otro vacío metodológico es que se dejó de indagar

en el control parental y su influencia en la generación de la ciberadicción lo cual pudo haber ampliado las variables de este estudio.

REFERENCIAS

Arab, E., Díaz, A. (Febrero, 2015) Impacto de las Redes Sociales e Internet en la Adolescencia: Aspectos Positivos y Negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26 (1).

Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>

Arnaiz, P., Cerezo, F., Gimenez, A., Maquilon, J. (Octubre, 2016) Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes. *Revistas Anales de Psicología*, 32 (3). Recuperado de:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282016000300017

Betina, A. (Diciembre, 2012) Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicodebate 12. Psicología, Cultura y Sociedad*. Recuperado de: <http://www.dspace.palermo.edu/ojs/psicodebate/article/view>

Betina, A., Contini de González, N. (Octubre, 2011) Las habilidades sociales en niños y adolescentes: Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamento en humanidades*, 1 (12). [Recuperado de: https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf](https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf)

Caballo, V. (1997) *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades Sociales*. Editorial Siglo XXI.

Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner, C. & Beranuy, Marta (Septiembre, 2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y

videojuegos. *Revista Papeles del Psicólogo*, 28(3). Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=778/77828306>

Cobacango, J., Cedeño, V., Tinoco, M. (Julio, 2019) La ciberadicción en la conducta de los estudiantes. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*, Recuperado de:
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/07/ciberadiccion-estudiantes.html>

Coronel, P., Levin, M., Mejail, S. (2011) Las habilidades sociales en adolescentes tempranos de diferentes contextos socioeconómicos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9 (1). Recuperado de: <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1436>

Echeburúa, E., Corral, P. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes; un nuevo reto. *Revista Adicciones*, 22 (2). Recuperado de:
<http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>

Garcés, Y., Santana, L., Feliciano, L. (Octubre, 2012) El desarrollo de las habilidades sociales una estrategia para potenciar la integración de menores en riesgo de exclusión. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*. Recuperado de:
<https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/1156>

Hernández, S. R., Fernández, C. C., & Baptista, L. P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.

Inglés, Torregrosa, Méndez e Hidalgo (2000) Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en los adolescentes. *Universidad Miguel Hernández de Elche*. Recuperado

de:

https://biadmin.cibersam.es/Intranet/Ficheros/GetFichero.aspx?FileName=MANUAL_DEL_CEDIA.pdf

La OMS actualizó su clasificación internacional de enfermedades e incluyó la adicción a los videojuegos. (Junio,2018) INFOBAE. Boletín informativo. Recuperado de: <https://www.infobae.com/salud/2018/06/19/la-oms-actualizo-su-clasificacion-internacional-de-enfermedades-e-incluyo-la-adiccion-a-los-videojuegos/>

Llinares, M., Lloret, M. (2008) Ciberadicción: Los riesgos de Internet. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 2 (59). Recuperada de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2863559>

Richaud, M. (2007) La ética en la investigación psicológica. *Enfoques XIX*. (19) [Recuperada de: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3183493](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3183493)

Torres, M. (2014) *Las habilidades sociales. Un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria*. (Tesis de Maestría) Recuperada de Universidad de Granada.

APÉNDICES

APÉNDICE A- “Cuestionario sobre el Hábito de Internet para Adolescentes de la Ciudad de México”

Datos Sociodemográficos

Edad:

Ocupación:

Grado de Estudios:

Sexo:

Ciudad de Residencia:

Vives con:

Cuestionario Parte 1

Hábitos de navegación por Internet

1. ¿Con qué frecuencia te conectas a Internet?
 - Diariamente
 - Semanalmente
 - Mensualmente

2. ¿En qué sitio te conectas regularmente a Internet? Puede marcar más de una.
 - Casa
 - Escuela
 - Móvil

3. ¿Cuánto tiempo te conectas a Internet diariamente desde tu casa?
 - Ninguna
 - 1 hora
 - 2 horas
 - 3 horas
 - Más de 4 horas

4. ¿Cuánto tiempo te conectas a Internet diariamente desde tu escuela?

- Ninguna
 - 1 hora
 - 2 horas
 - 3 horas
 - Más de 4 horas
5. ¿Cuánto tiempo te conectas a Internet diariamente desde tu móvil?
- Ninguna
 - 1 hora
 - 2 horas
 - 3 horas
 - Más de 4 horas
6. ¿Qué aplicaciones utilizas más viendo a la navegación por Internet?

Puedes marcar más de una.

- YouTube
 - Facebook
 - Twitter
 - Instagram
 - WhatsApp
 - Google Buscador
 - Hangouts
 - Skype
 - Juegos en línea
7. ¿Con qué propósitos utilizas más el internet?
- Ver vídeos
 - Buscar información
 - Redes Sociales
 - Aprendizaje/Educación
 - Jugar en línea

Cuestionario Parte 2

8. ¿Cuánto tiempo te conectas a Internet diariamente desde tu casa?

- Ninguna
- 1 hora
- 2 horas
- 3 horas
- Más de 4 horas

9. ¿Cuándo te conectas a Internet frecuentemente pierdes la noción del tiempo que has navegado?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

10. ¿Cuándo te conectas a Internet tienes dificultades para cortar la conexión aunque tengas otras actividades que hacer?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

11. ¿Frecuentemente Inventas pretextos para conectarte a Internet?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

12. ¿Has dejado de hacer otras actividades importantes por usar el Internet?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

13. ¿Te has desvelado continuamente por usar el Internet?

- Nada de acuerdo

- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

14. ¿Has postergado tus horarios de comida por estar más tiempo conectado a Internet?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

15. ¿Has dejado de hacer o postergado tus hábitos de higiene por estar más tiempo conectado a Internet?

Nada de acuerdo

Poco de acuerdo

Bastante de acuerdo

Totalmente de acuerdo

16. ¿Has descuidado actividades escolares por estar conectado a Internet?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

17. Cuando no puedes por alguna razón conectarte a Internet, ¿estas irritable, triste o desganado?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

18. ¿Has tenido discusiones con tus padres por el tiempo en el que estas conectado a Internet?

- Nada de acuerdo
- Poco de acuerdo
- Bastante de acuerdo

- Totalmente de acuerdo
19. ¿Eres una persona tímida?
- Nada de acuerdo
 - Poco de acuerdo
 - Bastante de acuerdo
 - Totalmente de acuerdo
20. ¿Eres una persona feliz?
- Nada de acuerdo
 - Poco de acuerdo
 - Bastante de acuerdo
 - Totalmente de acuerdo
21. ¿Prefieres estar conectado al Internet que salir con tus amigos familia?
- Nada de acuerdo
 - Poco de acuerdo
 - Bastante de acuerdo
 - Totalmente de acuerdo
22. ¿Tienes alguna actividad que disfrutes que no tenga que ver con estar conectado a Internet?
- Nada de acuerdo
 - Poco de acuerdo
 - Bastante de acuerdo
 - Totalmente de acuerdo
23. ¿Piensas que la vida sería aburrida si no existiera el Internet?
- Nada de acuerdo
 - Poco de acuerdo
 - Bastante de acuerdo
 - Totalmente de acuerdo

APÉNDICE B- “Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia”

Las siguientes preguntas se refieren a la dificultad que puedes tener para relacionarte con otras personas. Debes señalar el número el número que tú creas corresponde mejor al grado de dificultad que, generalmente, te supone cada relación. Nos referimos tanto a aquellas situaciones en las que no sabes como responder o actuar (por ejemplo; te callas y te pones rojo), como a aquellas otras en las que crees que te has excedido con la otra persona (por ejemplo; le insultas y luego te arrepientes).

0=Ninguna dificultad	1=Poca dificultad	2=Mediana dificultad	3=Bastante dificultad	4=Máxima dificultad
----------------------	-------------------	----------------------	-----------------------	---------------------

1	¿Tienes dificultad para decirle a la cajera del supermercado a la que le pagaste que te faltan 20 pesos de tu cambio?	0	1	2	3	4
2	¿Tienes dificultad para hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a una chica o chico que te interesa?	0	1	2	3	4
3	¿Tienes dificultad para exponer en clase un trabajo que has preparado?	0	1	2	3	4
4	¿Tienes dificultad para pedir a un mesero que te atienda a ti primero porque tú estabas antes?	0	1	2	3	4
5	¿Tienes dificultad para expresar tu opinión en una junta de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen?	0	1	2	3	4
6	¿Tienes dificultad para decirle a un desconocido que intenta meterse en la fila del cine para que espere su turno?	0	1	2	3	4
7	¿Tienes dificultad para preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo de lo que ha explicado?	0	1	2	3	4
8	¿Tienes dificultad para iniciar una conversación con una chica o un chico de tu edad a la que no conoces en la parada del autobús?	0	1	2	3	4
9	¿Tienes dificultad para opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres?	0	1	2	3	4
10	¿Tienes dificultad para quejarte con un mesero cuando te sirve comida o bebida en mal estado?	0	1	2	3	4
11	¿Tienes dificultad para decirle a una chica o un chico que acaban de presentarte lo mucho que te gusta como se viste?	0	1	2	3	4
12	¿Tienes dificultad para dar las gracias a tus amigos (as) cuando salen en tu defensa?	0	1	2	3	4
13	¿Tienes dificultad para pedir a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta?	0	1	2	3	4
14	¿Tienes dificultad para vender lotería por la calle para el viaje de estudios?	0	1	2	3	4
15	¿Tienes dificultad para pedir información a un mesero si tienes dudas sobre el menú?	0	1	2	3	4

16	¿Tienes dificultad para salir de voluntario al pizarrón a pesar de que llevas preparada la lección?	0	1	2	3	4
17	¿Tienes dificultad para preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes en un barrio que no conoces?	0	1	2	3	4
18	¿Tienes dificultad para preguntar en la ventanilla de tu banco o caja de ahorros que hay que hacer para abrir una cuenta de ahorros?	0	1	2	3	4
19	¿Tienes dificultad para decirle a un familiar (abuelos, tíos, etc.) que te molestan sus bromas pesadas?	0	1	2	3	4
20	¿Tienes dificultad para expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase?	0	1	2	3	4
21	¿Tienes dificultad para invitar a un chico o chica a ir al cine?	0	1	2	3	4
22	¿Tienes dificultad para dar las gracias a un amigo (a) que te ayuda en tus tareas escolares?	0	1	2	3	4
23	¿Tienes dificultad para defenderte cuando tus padres te culpan por algo que no has hecho?	0	1	2	3	4
24	¿Tienes dificultad para decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo?	0	1	2	3	4
25	¿Tienes dificultad para defenderte cuando tu hermano (a) te acusa de haberle descompuesto algo suyo? (libro, ropa, etc.).	0	1	2	3	4
26	¿Tienes dificultad para Acercarte o presentarte a una chica (o) que te gusta?	0	1	2	3	4
27	¿Tienes dificultad para disculparte con un(a) amigo(a) con quién te la pasaste discutiendo?	0	1	2	3	4
28	¿Tienes dificultad para devolver un cd defectuoso a la tienda donde lo compraste?	0	1	2	3	4
29	¿Tienes dificultad para decir que no a un amigo que te pide prestada la bicicleta o moto?	0	1	2	3	4
30	¿Tienes dificultad para defender a un amigo (a) tuyo (a) cuando está siendo criticado(a) por otros?	0	1	2	3	4
31	¿Tienes dificultad para quejarte con tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que te ha organizado la escuela?	0	1	2	3	4
32	¿Tienes dificultad para iniciar una conversación con una chica (o) que te atrae?	0	1	2	3	4
33	¿Tienes dificultad para decir que no a un vagabundo que te pide dinero?	0	1	2	3	4
34	¿Tienes dificultad para pedirle a un desconocido que te ayude si te caes de la bicicleta o moto?	0	1	2	3	4
35	¿Tienes dificultad para pedirle a un mesero que te cambie el refresco de cola que te sirvió por el jugo de naranja que le habías pedido?	0	1	2	3	4
36	¿Tienes dificultad para pedirle salir a un (a) chico(a)?	0	1	2	3	4