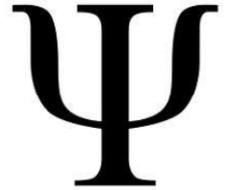




**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
IBEROAMERICANA.**



**INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE DE INCORPORACIÓN 8901-25**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**ANÁLIZAR EL EFECTO DE LA INFLUENCIA SOCIAL DEL
FACEBOOK EN ADOLESCENTES DE LA
ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL N° 129 DE
SAN PEDRO TECHUCHULCO
QUE MANIFIESTAN UNA BAJA AUTOESTIMA,
DURANTE EL CICLO ESCOLAR 2015/2016-2.**

**TÉSIS
PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

PRESENTAN:

**CERNAS RICO MARÍA DEL CARMEN
COLINDRES VALDEZ ELIZABETH**

ASESOR DE TESIS:

LIC. YESENIA DORITA GONZALEZ CANO

XALATLACO, MÉXICO JUNIO DEL 2016.



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.

AGRADECIMIENTOS

Damos gracias a Dios en primera instancia y a la vida por permitirnos tener grandes experiencias, triunfos, logros y sucesos que nos han permitido mejorar tanto profesional como personalmente.

Agradecemos a nuestros padres su confianza, cariño, amor, dedicación y apoyo total que nos han otorgado, ya que de lo contrario no hubiera sido posible el cumplimiento de este sueño. Mil gracias por nunca soltar nuestras manos, ni dejarnos caer.

Damos gracias a nuestros hermanos por su comprensión y cariño, pues siempre estuvieron al pendiente de nosotras, ayudándonos en cualquier situación que necesitáramos.

A nuestros maestros que siempre mostraron su atención y apoyo total, para que creciéramos profesionalmente. A los licenciados, Alfonso, Bricio, Yesenia Dorita González Cano. Quienes siempre tuvieron fe en nosotras y nos impulsaban a seguir adelante, a pesar de las circunstancias en las que nos encontrábamos.

Otorgamos un eterno agradecimiento al Lic. Rodrigo Noyola Julián por confiar en nosotras, y darnos la oportunidad de obtener experiencias y conocimientos a su lado, por su humildad y profesionalismo, le decimos que psicólogos como Usted, son los que necesita la sociedad para trascender.

Damos gracias a todas aquellas personas que siempre estuvieron a nuestro lado directa e indirectamente, los cuales nos alentaban a cumplir nuestras metas; a nuestros amigos, conocidos, compañeros, que creyeron en nosotras y nunca soltaron nuestras manos.

DEDICATORIAS

El triunfo engloba una serie de acontecimientos y personas que te apoyan para alcanzarlo por lo cual, dedicamos este éxito a nuestros padres principalmente por permitirnos recorrer este camino tan satisfactorio; a Dios por brindarnos la oportunidad de vivir y experimentar lo grandioso que es conocer la mente humana, la sociedad y sobre todo a uno mismo.

Hoy dedicamos este trabajo a aquellas personas que sueñan con terminar una carrera, y prepararse para tener mejores oportunidades de vida, para que nunca se den por vencidos, porque la vida no es fácil, ni color de rosa; por el contrario, hay que aprender a vivir con los colores que la vida te da, porque incluso el color negro es sabiduría, y felicidad, todo depende con los ojos y la actitud con la que la veas.

Uno mismo crea su destino...

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS

DEDICATORIAS

PRÓLOGO

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I ADOLESCENCIA

1 Definición de adolescencia	2
1.1 Características de la adolescencia	3
1.1.1 Características físicas	3
1.1.2 Características Psicologías y emocionales	7
1.1.3 Características cognitivas	9
1.2 Factores de riesgo	10

CAPÍTULO II AUTOESTIMA

2 Definición de autoestima	12
2.1 Tipos de autoestima	13
2.1.1 Definición de autoestima alta	13
2.1.1.1 Características de la autoestima alta	15
2.1.2 Definición de autoestima baja	16
2.1.2.1 Características de la autoestima baja	17
2.2 Definición de autoestima paradójica	19
2.3 Autoestima baja como síntoma	20
2.4 La formación de identidad	24
2.4.1 Definición de identidad	26
2.4.2 Definición de identidad social	28
2.5 Autoconcepto	31
2.6 Autoimagen	32
2.7 Autoconsciencia	33
2.8 Autoevaluación	34

2.9 Autorespeto	36
2.10 Lazos familiares	36
2.11 Grupos de pertenencia	38
2.12 Relaciones sentimentales	40

CAPÍTULO III REDES SOCIALES VIRTUALES: FACEBOOK

3 Definición de red social virtual	43
3.1 Definición de Facebook	46
3.2 Características del Facebook	47
3.3 Perfil	48
3.4 Muro o biografía	49
3.5 Publicaciones	50
3.6 Pertenencia de un grupo	51
3.7 Diversidad de páginas	53
3.8 Estado emocional del usuario	55

CAPÍTULO IV EFECTOS DEL FACEBOOK EN ADOLESCENTES CON BAJA AUTOESTIMA

4. Definición de efectos emocionales	60
4.1 Tipos de efectos emocionales	63
4.1.1 Agresividad	68
4.1.1.1 Frustración vs comportamiento aprendido	71
4.1.2 Aislamiento	73
4.2 Acoso escolar	74
4.3 Acoso sexual	77
4.4 Adicción	79
4.5 Efectos del Facebook en el rendimiento académico	82
4.5.1 Definición de rendimiento académico	82
4.5.2 Alto rendimiento académico	83
4.5.3 Bajo rendimiento académico	84

4.6 Efectos del Facebook en el ámbito social	86
4.6.1 Definición de interacción social	86
4.6.2 Niveles de interacción social	88
4.6.3 Interacción social y comunicación	89
4.7 Popularidad vs Rechazo	90
4.8 Papeles sociales	93

CAPÍTULO V METODOLOGÍA A DESARROLLAR

5. Planteamiento del problema	96
5.1 Justificación del problema	96
5.2 Hipótesis	97
5.3 Variables	97
5.4 Objetivos	97
5.5 Diseño de investigación	98
5.6 Tipo de estudio	98
5.7 Teoría	98
5.8 Método	99
5.9 Técnica	99
5.10 Instrumento	99
5.11 Universo	101
5.12 Muestra	101
5.13 Criterios de inclusión	101
5.14 Criterios de exclusión	101
5.15 Criterio de eliminación	101

CAPÍTULO VI ANÁLISIS DE RESULTADOS

6.1 Resultados	102
6.2 Análisis de resultados	102

CAPÍTULO VII CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7. Conclusiones	139
7.1 Recomendaciones	141
Glosario	142
Anexos	151
Bibliografía	176

PRÓLOGO

El presente trabajo está destinado para aquellos interesados en conocer las redes sociales que afectan a los adolescentes en una amplia gama de situaciones, llegando al grado perjudicial en su autoestima.

Cabe mencionar que los adolescentes son sujetos que se encuentran en una lucha interna sobre sí mismos, pues el ser adolescente conlleva transitar un camino en el que muda la imagen de sí mismo. Se trata de un tiempo y una serie de experiencias que permiten pasar de una identidad infantil a una afinidad adulta, es una transformación que hay que realizar en un tiempo breve y con unas condiciones que comportan bastantes ambigüedades, ya que desean experimentar y disfrutar de la vida sin ningún concepto de responsabilidad, ahora sí, éstos son manipulados por las redes sociales virtuales, aumentan los conflictos emocionales en ellos, puesto que las personas aceptadas por cada joven en su cuenta activa de Facebook son significativas de alguna forma para ellos; ya sea, emocional, sentimental o socialmente, ya que cada cosa que se exprese a través de las redes sociales suele tener un efecto positivo o negativo en los usuarios, dependiendo del contenido o la situación en que se dé, sin embargo se puede inferir, por previo conocimiento o experiencia propia, que la exposición abierta de los sentimientos de los jóvenes, aún más de los adolescentes, tiende a crear conflictos por el mismo hecho de que estas redes muchas de las veces facilitan un acceso ilimitado e incontrolable de personas. Por lo tanto, los comentarios publicados en cada red social conflictúan a los adolescentes, pues en esta etapa cada palabra escrita es interpretada de diversas formas, a partir de la situación emocional, social, sentimental, familiar o educativa, en la que se encuentren en ese momento.

Mtro. En Educación Rodrigo Noyola Julián.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad el adolescente se ve bombardeado por una infinidad de factores, entre los que destacan el uso del Facebook, definido como una plataforma virtual donde se pueden crear perfiles que contengan información personal, desde el nombre, gustos, ocupación y hobbies en la cual se puede exteriorizar sentimientos y emociones para poder agrandar a otras personas, asimismo será visto como un desencadenante de baja autoestima en jóvenes de 15 a 18 años, razón por la cual se realizará dicha investigación. Para ello, se planteó una problemática: ¿Cuáles son los efectos que generan el uso del Facebook en adolescentes con baja autoestima? Podemos visualizar que los adolescentes se encuentran en una etapa de vulnerabilidad, donde existen dos posibles consecuencias en la autoestima, la primera en el enaltecimiento y la segunda con un sentimiento de inferioridad, puesto que cuando los jóvenes se encuentran con una baja autoestima, cualquier desprecio, o humillación, le afecta emocional y socialmente. Ahora bien, para dar respuesta a dicha problemática se planteó la siguiente hipótesis de investigación, A mayor uso frecuente del Facebook, mayor número de afectaciones en los adolescentes con baja autoestima. Por lo cual se realizará una evaluación previa que consta del test de Rosenberg, un cuestionario de habilidades sociales y otro sobre el uso del Facebook, para poder obtener una muestra significativa, la cual deberá comprobar la baja autoestima que se ve reflejada en una cuenta de Facebook, puesto que los chicos en esta etapa se encuentran en un estado paradójico, es decir en un boomeran de emociones dónde no logran especificar sus sensaciones y emociones de forma certera. Por otra parte, nuestro objetivo general será analizar los efectos del Facebook en adolescentes que manifiestan baja autoestima, mismo que nos permitirá la identificación, distinción, explicación, evaluación y proyección del impacto de esta plataforma virtual en adolescentes que manifiestan este síntoma. Siguiendo la misma idea, se debe destacar que el cerebro del adolescente se encuentra en un periodo de maduración; tal y como lo dice Gross; el reto principal de la adolescencia es el establecimiento de un fuerte sentido de identidad personal. Es decir que en este

proceso se forman los conceptos más importantes de su vida futura como es: autoconcepto, identidad, personalidad, carácter, valores; pero sobre todo su autoestima, la cual es la pieza principal para obtener un desarrollo pleno y futuro.

Por otro lado, es difícil encontrar adolescentes sin complejos, vergüenza e inseguridades, lo más común es que les tome cierto tiempo adaptarse a cambios hormonales, físicos y sobre todo sociales. Tal como las publicaciones, comentarios o posts que se realizan en Facebook, la mayoría de los jóvenes de esta edad establecen relaciones significativas a partir de impresiones o roles que les permita formar parte de un círculo de amistades; esto a consecuencia de que por medio de una computadora es más fácil comentar, criticar o dar puntos de vista de algún suceso o una fotografía puesta en Facebook, por lo que genera un problema y la confrontación del mismo no se da cara a cara, como tampoco se da una relación física entre los sujetos. Según Goffman menciona que la sociedad se muestra como una escenificación teatral donde la persona recobra plenamente su significado; todo esto a partir de la asignación de máscaras; ya que cuando se interactúa con otra persona, solo dejan al descubierto lo que les satisface y en la mayoría de las ocasiones se llega a presentar manipulación, misma que orilla a los adolescentes a crear dependencia a comentarios positivos publicados y por lo tanto son propensos a padecer baja autoestima. Esto a consecuencia de lo denominado fachada, la cual consiste en fijar una definición específica a cada situación que intenta dar; dicho de otra manera, esquematizar una apariencia errónea; puesto que los adolescentes actúan en relación al significado que tienen los comentarios o el actuar para ellos. Ya que, estas plataformas son populares, la mayoría de los jóvenes quieren acceder a estas y así conocer nuevos amigos, además de apoyarse como medio de expresión. Definitivamente es mucho más fácil hacer amigos en la red que en un evento social, sin embargo, estos perciben a las redes como una oportunidad de mostrarse con una imagen de sí mismos dándose a conocer y afirmándose: "Yo soy esta persona". Una vez que se han identificado, como tal se muestran ante sus amigos y lo que hacen

para identificarse con ellos. En este mismo sentido, el mal uso de ellas, puede hacer que se creen adicciones, conflictos y una infinidad de peligros, en los adolescentes.

CAPÍTULO I

ADOLESCENCIA

CAPÍTULO I ADOLESCENCIA

1 Definición de adolescencia

En la actualidad una de las etapas más trascendentales para el ser humano, es la adolescencia; termino etimológico que procede del latín *adolescere* (Diccionario de psicología), que significa crecer hasta la madurez, en otras palabras es un periodo de cambios fisiológicos y conductuales, además de expectativas y relaciones con los padres o los compañeros; puesto que históricamente, se ha considerado que la adolescencia es un periodo de transición entre la niñez y la adultez; no obstante es más probable que se describa como un periodo de cambios múltiples con implicaciones en la educación, capacitación, empleo y desempleo, así como la modificación de un conjunto de circunstancias a otras.

Al respecto Feldman (2007) define a la adolescencia como “una etapa del desarrollo que se encuentra entre la infancia y la madurez. Por lo general se considera que empieza poco después de cumplir 10 años y termina poco antes de los 20.”¹

Es decir, en dicha etapa se generan la mayoría de los cambios físicos, psicológicos y emocionales, para ello hay que tomar en cuenta que se desarrollan las capacidades de razonar de manera abstracta, lo que los lleva a cuestionar las reglas y explicaciones aceptadas. Por lo que, el adolescente dentro de las redes sociales como el Facebook encuentra una forma de expresarse libremente ya que comparte con sus amistades infinidad de fotografías, publicaciones o imágenes donde demuestra que son afines a su personalidad.

Por su parte Gross (2012) dice que “el reto principal de la adolescencia es el establecimiento de un fuerte sentido de identidad personal; es por ello que el drástico inicio de la pubertad hace que los adolescentes estén particularmente preocupados

¹ Feldman S.R. (2007). *Desarrollo psicológico a través de la vida*. 4ta edición. México: Pearson. Pag.390.

por encontrar su propio lugar dentro de la sociedad adulta.”² Lo que significa, que inician con el descubrimiento no solo de su cuerpo sino de quien es, formando su personalidad con gustos, conductas, pensamientos, actitudes, aptitudes, habilidades y la forma de interaccionar con la sociedad.

Por ello, es que en la etapa de la adolescencia el joven se ve envuelto en una crisis que abarca desde el ámbito físico, psicológico y social; en la cual adopta un sin fin de estilos de moda para poder encajar dentro de sus amistades.

1.1 Características de la adolescencia

Las transformaciones físicas, emocionales e intelectuales, que atraviesa el adolescente comprenden una reorganización del esquema psicológico para adecuarse a la serie de dichos cambios, principalmente a los caracteres sexuales secundarios que tienen un efecto importante en el individuo. Entre las principales características de la adolescencia se encuentran las físicas, psicológicas y emocionales; las cuales se mencionan a continuación:

1.1.1 Características físicas

La adolescencia se anuncia con una serie de cambios físicos importantes, entre ellos el incremento rápido en el peso y en la talla. Dicho crecimiento, comienza en las niñas entre los 9 y los 14 años; mientras que en los niños ocurre entre los 10 y los 16 años. Este desarrollo dura normalmente dos años, e inmediatamente después de que concluye, la persona alcanza su madurez sexual.

² Gross R. (2012). *Psicología. La ciencia de la mente y la conducta*. 5ta edición. México: manual moderno. Pág. 424.

Por lo que, durante este periodo se produce un alargamiento del tronco y piernas en ambos sexos. Además de que cambia el cuerpo de los niños, ya que comienzan a hacerse más fuerte, con más musculatura en relación con las dimensiones del cuerpo. Con respecto a las niñas comienzan a acumular una cantidad proporcional de grasa en brazos, pecho, caderas y piernas, debido a que su cuerpo empieza a convertirse en el de una mujer adulta joven. Asimismo, las características sexuales primarias comienzan a aparecer dentro de los cambios físicos por los que atraviesa el adolescente. En primer lugar, las mujeres, sufren cambios dentro de las estructuras de su cuerpo que están relacionadas con los ovarios, el útero y la vagina; por último, en el varón son los testículos, el pene, la glándula prostática y las vesículas seminales se agrandan y maduran.

Al respecto Papalia (2007) hace mención de “los cambios físicos por los que atraviesan los adolescentes.”³

Secuencia usual de los cambios físicos en la adolescencia	
Características femeninas	Edad de aparición inicial
Crecimiento del busto	6-13
Crecimiento del vello púbico	6-14
Crecimiento corporal	9.5-14.5
Menarquia	10-16.5
Vello en las axilas	Alrededor de los años después de la aparición del vello púbico.
Aumento en la producción de las glándulas sebáceas y sudoríferas (que puede provocar acné)	Aproximadamente al mismo tiempo que la aparición del vello en las axilas.
Características masculinas	Edad de aparición inicial
Crecimiento de los testículos y el saco del Escroto.	10-13.5
Crecimiento del vello púbico.	12-16
Crecimiento corporal.	10.5-16
Crecimiento del pene de próstata y vesículas seminales.	11-14.5
Cambio en la voz.	Aproximadamente al mismo tiempo que el crecimiento del pene.

³ Papalia (2007); Óp. Cit.

Primera eyaculación de semen.	Aproximadamente un año después del inicio del crecimiento del pene.
Vello facial y de las axilas.	Aproximadamente dos años después de la aparición del vello púbico.
Aumento en la producción de las glándulas sebáceas y sudoríferas (que pueden provocar acné).	Aproximadamente al mismo tiempo que la aparición del vello en las axilas.

(Fuente: Papalia E. D. 2007)

Al respecto, Richard Gross (2012), menciona que “es durante la adolescencia que varones y mujeres, generalmente se muestran más interesados en su apariencia física y muchos no están satisfechos con su imagen frente al espejo se preocupan por su peso, cutis y sus rasgos faciales. La preocupación de los adolescentes por su apariencia física, deriva de lo importante que ésta resulta para su vida social, lo que a su vez es importante para la autoestima.”⁴

En efecto la conciencia y el interés que el adolescente tiene por su cuerpo, se acentúa de manera importante cuando éste atrae la atención y los comentarios de los adultos, además de las personas que lo rodean. Esto es en particular cuando los deseos sexuales por los miembros del sexo opuesto comienzan a aparecer. Por lo que, esta acentuada la importancia que el adolescente da a su cuerpo, ya que puede adoptar varias formas, entre ellas, un mayor interés por el sexo opuesto, la apariencia, el desarrollo personal, la fuerza, resistencia muscular y la salud.

Con estos cambios de interés por los aspectos físicos del sexo, los adolescentes no sólo tienden a generar curiosidad por la presencia física de otras personas, sino que también comienzan a pensar en sus propios cuerpos desde el punto de vista de los otros individuos que probablemente puedan observarlos.

Retomando a Gross (2012) dice que:

El adolescente quiere tener una buena apariencia, ser atractivo, exhibirse; por el otro desea ocultar los atributos físicos que lo avergüenzan. Por ejemplo,

⁴ Gross (2012); Óp. Cit pág.420

muchas adolescentes cuyos senos comienzan a crecer se niegan a ponerse en pie cuando tienen que estar enfrente de la clase; se agachan y asumen posturas desarregladas que consideran menos reveladoras. Sin embargo, para otras adolescentes, estos cambios enorgullecen y usan ropa demasiado ajustada para demostrar su nueva madurez.⁵

En algunas ocasiones las adolescentes tratan de llamar la atención respecto a su apariencia física. Por su parte se cree que los hombres se ajustan a los cambios físicos con más facilidad que las mujeres, las ropas ajustadas que un muchacho considere demasiado reveladoras, o la probabilidad de excitación erótica y posible erección son una fuente constante de preocupación para muchos adolescentes varones. En algunos casos las cuestiones faciales son particularmente penosas para los adolescentes, ya que algunos de ellos presentan erupciones cutáneas, barros, puntos negros y manchas en la piel que constituyen una vergüenza para ellos.

Además de que los adolescentes se preocupan también por su apariencia y su funcionamiento corporal, la cual ocurre a veces por motivos de atracción sexual, pero también participan otras razones, como el tener una buena apariencia y el de revelarse a otras personas de acuerdo con el concepto de sí mismo. La preocupación física puede exagerarse mucho, y si verdaderamente se aleja del concepto ideal, el adolescente puede realizar intensos esfuerzos para mejorar la realidad. Si el adolescente falla en esta tarea, entonces pueden aparecer sentimientos de inseguridad, inferioridad, ansiedad o rechazo por parte de sus compañeros. Debido a ello tienden a dedicarle tiempo a su arreglo personal.

Incluso, es importante resaltar que generalmente los adultos ignoran los sentimientos de los adolescentes con respecto a su apariencia física, y no se percatan de las posibles repercusiones que tendrán en su bienestar psicológico. La búsqueda de atractivo puede afiliarse a las redes sociales como el Facebook, pues debido a la serie

⁵ Gross (2012) Óp. Cit.

de cambios que están presentando, los jóvenes tienen la necesidad de acudir a las herramientas o aplicaciones que les permiten editar sus fotografías para ocultar aquellos cambios físicos que presentan y así mostrar en el Facebook una apariencia perfecta.

1.1.2 Características psicológicas y emocionales del adolescente.

En esta edad se produce una integración social más fuerte en el grupo de compañeros, comenzando a su vez el proceso de emancipación familiar. Es aquí, cuando el adolescente se empieza a configurar en sus primeros estilos y opciones de vida, comienza a tener ideas propias y actitudes personales. Por lo que, el adolescente busca su intimidad personal construyendo o elaborando la imagen de sí mismo y el auto concepto personal.

Al respecto Papalia (2007) menciona que:

En este periodo es cuando el ser humano comienza a tener historia, memoria biográfica, interpretación de las pasadas experiencias y aprovechamiento de las mismas para afrontar los desafíos del presente y las perspectivas de futuro. Existen diversas razones por las que la adolescencia es considerada como un período de cambio y de consolidación en el concepto de sí mismo.

Ya que los cambios físicos que se originan ocasionan una modificación en la propia imagen corporal, además de que el desarrollo intelectual durante la adolescencia posibilita un concepto más complejo y sofisticado acerca de sí mismo, abarcando tanto posibilidades como realidades. Incluso crece la independencia emocional y necesidad de adoptar importantes decisiones sobre trabajo, valores y comportamiento sexual.⁶

⁶ Papalia E. D. (2007). Óp. Cit.Pag.390. 393

Del mismo modo la adolescencia representa una oleada de emotividad que invade al sujeto ocupando a menudo el lugar de la razón, cuyas funciones las expresa el sentimiento, con los resultados consiguientes. Por otra parte, no podemos olvidar que el afecto se desarrolla paralelamente al conocimiento; las emociones que experimentan cambiarán a medida que adquieren nuevas habilidades para interpretar las situaciones sociales.

Por su parte Erick Erikson, dice que la vida se compone de una serie de etapas, teniendo asociada, cada una de ellas, con una determinada misión de naturaleza psicosocial dentro del proceso de desarrollo, pues la tarea del adolescente es conseguir la identidad del yo, que define la conciencia de quién es uno mismo y hacia dónde va. Asimismo, el adolescente sabe que no es un niño, pero no sabe qué será en un futuro, donde se encuentra en un punto intermedio, en la búsqueda de su identidad, misma que tiene dos aspectos: el primero se refiere a la conciencia de sí mismo, en donde ocupa un lugar destacado la autoestima, siendo la aceptación del propio cuerpo el eje organizador de esa misma. En segundo se encuentra, el ajuste a las demandas sociales, siendo importante el ambiente familiar, el grupo de amigos y el contexto sociocultural que definen las expectativas del individuo o del grupo.

Así pues, el cuerpo es el primer organizador de la identidad, por ello los cambios corporales conllevan a una nueva imagen de sí mismo que otorga una identidad sexual como de género. En la identidad sexual descubre la propia genitalidad y al otro como objeto sexual, mientras que en la identidad de género se inviste de un conjunto de rasgos, características socioculturales propias de lo masculino y lo femenino, que se denominan roles de género. Considerando que la pérdida de este sentimiento de confianza y de seguridad en sí mismo lleva, a un sentimiento de confusión o de difusión de la identidad, que es la imposibilidad de desarrollar y alcanzar un «sí mismo» cohesionado y autoconsciente.

Por lo tanto, en la adolescencia cualquier sistema adquiere rápidamente un poder organizador sobre los rasgos de la propia personalidad, confiere identidad, de ahí que

el paso al acto se pueda convertir en eje organizador de la personalidad, además de que puede contribuir a asentar un sentimiento de identidad y aumentar la confianza, pero cuando es repetitivo o se hace en detrimento de las capacidades de elaboración mental del adolescente, se convierte en patológico, obstaculizando el desarrollo de una personalidad adulta misma que se refleja en la exteriorización de los conflictos con clara expresividad comportamental.

1.1.3 Características cognitivas

Actualmente, varios estudios científicos han manifestado que “el cerebro del adolescente se encuentra en proceso de maduración, puesto que entre la pubertad y la adultez temprana tienen lugar cambios espectaculares en las estructuras del cerebro involucradas en las emociones, el juicio, la organización de la conducta y el autocontrol.”⁷ Por otra parte, aunque su pensamiento aun es inmaduro muchos son capaces de razonar abstractamente elaborando juicios morales y planes realistas para él futuro. Pues bien, los adolescentes entran en lo que Piaget denominó operaciones formales, es decir el nivel más alto del desarrollo cognoscitivo perfeccionando la capacidad del pensamiento abstracto, proporcionándoles una forma de apreciar metáforas, alegorías, símbolos y significados.

Teniendo en cuenta la capacidad para razonar de forma abstracta y lógica, los adolescentes son capaces de procesar mejor la información, a partir de la atención, la memoria y las estrategias para adquirir o manipular la información desarrollando sustancialmente sus habilidades para pensar en la metacognición, lo que significa ser capaz de reflexionar sobre los propios procesos cognitivos desplegando un control sobre su ejecución, es decir, saber por qué una determinada estrategia para resolver una tarea no funciona y seleccionar otra diferente. Otro punto relevante es el egocentrismo adolescente, en otras palabras la conciencia exagerada de sí mismos,

⁷ ibíd. Pág.378.

que se refleja en su convencimiento de que despiertan en los demás un interés igual al que sienten por ellos mismos y en la creencia de que son individuos únicos e invulnerables, llevándolos a apreciar las percepciones de manera distorsionada, razón por la cual los adolescentes son sumamente críticos, hacia las figuras de autoridad como los padres y profesores mostrando poca aceptación a críticas de ellos mismos pero en demasía para encontrar defectos en la conducta de los demás; por esta razón la conducta del adolescente se vuelve adaptativa impidiendo su evolución, produciendo problemas de distinto índole.

1.2 Factores de riesgo

Según Papalia (2007) la adolescencia se ha considerado “un tiempo de rebeldía, ya que el ser adolescentes involucra confusión emocional, conflictos con la familia, alejamiento con la sociedad adulta, comportamiento temerario, y rechazo de los valores de los adultos.”⁸ Sin embargo, estas conductas de riesgo dependen en gran parte al estilo de crianza que los jóvenes mantienen; es cierto que la adolescencia puede ser una etapa difícil, pero dicha situación debe de poner en alerta a los progenitores para estimularlos, confiar en ellos u orientarlos, con el propósito de fortalecer su personalidad, perspectiva sobre ellos, encaminándolos a independizarse y desarrollar la habilidad para sobrevivir en la exigente sociedad a la que se enfrentarían posteriormente.

Por esta razón se debe tomar en cuenta que cuando no se logra una sana convivencia entre familia ni el apoyo moral, ético, físico y psicológico de los padres a los hijos adolescentes, éstos pueden caer en una alta gama de peligros como son: trastornos alimenticios (anorexia, bulimia, obesidad), adicciones (alcoholismo, drogadicción y al internet), embarazos no deseados, abortos, ciberbullying, extorsiones o manipulaciones.

⁸ *Ibíd.*, pág. 423

CAPÍTULO II

AUTOESTIMA

CAPÍTULO II AUTOESTIMA

2 Definición de autoestima

En el período de la adolescencia el ser humano se enfrenta a grandes desafíos en los que la autoestima, se hace presente, no hay que olvidar que esta palabra procede del griego autos, que significa por sí mismo o, hacia sí mismo, adicionado a la palabra estima, proveniente de latín “aestimar”, que significa “valorar”; así pues, la autoestima no es otra cosa más que la valoración o el aprecio hacia sí mismo, la cual juega un papel primordial para el futuro de los adolescentes.

Del mismo modo Gross (2012) define a la autoestima como “algo esencialmente, evaluativo: ya que se refiere al grado en cual la persona se agrada, se acepta o aprueba así misma y que tan valiosa se considera.”⁹ Es decir, es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de quienes somos, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.

Así pues Barón (2005) se refiere a la autoestima como “la autoevaluación realizada por cada individuo; actitud propia a lo largo de una dimensión positiva-negativa.”¹⁰ Lo que significa aquella percepción que tenemos de nosotros mismos, la cual abarca todos los aspectos de la vida, desde el físico hasta el interior, pasando por la valía o la competencia; en otros términos se trata de la valoración que hacemos y que no siempre se ajusta a la realidad, ya que se forma a lo largo de la vida o bajo la influencia de los demás.

⁹ Gross R. (2012). Óp. Cít Pág. 354.

¹⁰ Barón R. A. y Byrne D. (2005). *Psicología social*. Madrid: Pearson. Pág.177.

2.1 Tipos de autoestima

En consecuencia, la autoestima designa a aquellos pensamientos, sentimientos, emociones y apreciaciones que una persona tiene sobre sí misma, lo que equivale a decir, que es una percepción de tipo evaluativa formada por él y para él individuo. De la misma manera juega un papel importante, debido a las relaciones que establece con las demás personas, ya que son totalmente esenciales en la vida de los jóvenes al sentirse aceptados por parte de un grupo, además de que empieza a manifestar una fuerte necesidad de agradar a los demás o resultar atractivo a las personas del sexo opuesto. Por lo que, hay que hacer notar que según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de varios fracasos o éxitos, ya que, si es adecuada y vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciara la capacidad de la persona para desarrollar sus habilidades, además de aumentar el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfoca a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Asimismo, la autoestima crea un conjunto de expectativas acerca de lo que es posible y apropiado para cada una de las personas, en donde estas expectativas tienden a generar acciones que se convierten en realidades y ellas confirman o refuerzan las creencias originales. Por lo tanto, la autoestima se clasifica en alta y baja, ambas son definidas a continuación junto con sus características.

2.1.1 Definición de autoestima alta

Durante la adolescencia, el poseer una autoestima elevada determina una gran cantidad de aspectos con respecto al futuro, pues los jóvenes que la poseen aspiraran a más, ya que tienen mayor confianza, lo que les permite plantearse diferentes metas y proyectos para su vida, esto les permite ser conscientes de su valía o capacidades y enfrentarse a los inconvenientes de forma resolutiva.

De la misma manera Barón (2005) considera que tener una autoestima alta es “que el individuo gusta de sí; pues es una evaluación positiva que se basa en parte en las opiniones de los otros y en experiencias específicas.”¹¹ Lo más importante de este tipo de autoestima es que está fundada de acuerdo a dos sentimientos de la persona para con sí misma: la capacidad y el valor. Por lo que los individuos con una autoestima positiva poseen un conjunto de técnicas internas e interpersonales que los hace enfrentarse de manera positiva a los retos que deba enfrentar. Pues tienden a adoptar una actitud de respeto no sólo con ellos mismos sino con el resto de las personas.

De igual forma Coopersmith citado por Eisenberg y Patterson (1981) señala que las personas con una autoestima alta:

Enfocan las tareas y a las otras personas con la expectativa de que serán exitosas y bien recibidas. Confían en sus percepciones, juicios y creen que pueden dirigir sus esfuerzos a soluciones favorables. Sus auto-actitudes positivas les permiten aceptar sus propias opiniones otorgando crédito y confianza a sus reacciones y conclusiones, lo cual a su vez le facilita seguir sus propios juicios cuando existe una diferencia de opinión y considerar ideas nuevas. Esa confianza en sí mismas, acompañada por sentimientos de justicia, es probable que les provean la convicción de que es correcta y las animen a expresar esas convicciones.¹²

Así, una persona con alta autoestima no se considera a sí misma como el centro del universo y mejor que los demás. Simplemente conoce diversos aspectos de sí misma, tiene auto-respeto y consciencia de su propio valor como persona única e irrepetible. Del mismo modo reconoce sus cualidades positivas, no se creen perfectas; al contrario, puede ser que tenga demasiada consciencia sobre sus defectos y del hecho

¹¹ *Ibíd.* Pág.178

¹² Naranjo. P.M.L. (2007) *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Recuperado el 28 de noviembre del 2015 desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44770311>

de que comete errores; pero no ven sus defectos y desaciertos como representativos de alguien sin valor, sino que los tiene entendidos como parte del ser humano.

2.1.1.1 Características de la autoestima alta

Por esta razón el ser una persona con alta autoestima o responsable de su propia vida, es referirse a un individuo actualizado de sí mismo y auto-trascendente. En el caso de García V. (2005) menciona las siguientes características de una persona con una alta autoestima:

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aun cuando encuentre fuertes oposiciones, se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios, si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- Experimenta un sentimiento de agrado, satisfacción consigo misma: se conoce, se valora y se acepta con todas sus virtudes, defectos o posibilidades.
- Tiene el valor de asumir riesgos para así enfrentar los fracasos y frustraciones como oportunidades para aprender a crecer pues los asume como desafío siendo capaz de separarlos de sí misma.
- Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otras personas les parece mal lo que ha hecho.
- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otras, por lo menos para aquellas con quienes se relaciona.

- No se deja manipular por las demás personas, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.
- Es capaz de disfrutar diversas actividades como estudiar, jugar, trabajar, descansar, estar con amistades.
- Es sensible a las necesidades de otras personas, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas y reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de las demás personas.¹³

Por todo lo anterior se puede concluir que una persona con autoestima alta es aquella que posee cualidades positivas, se desarrolla en ambientes adecuados, los cuales permiten contar con elementos idóneos para alcanzar la felicidad, gozando de una individualidad plena que lo lleve a lograr sus metas y objetivos.

2.1.2 Definición de autoestima baja

Por el contrario, cuando la autoestima del adolescente suele disminuir por los cambios físicos que manifiesta, el no ser correspondido por amigos o por el grupo al que pertenece, empiezan a surgir críticas internas negativas las cuales pueden dañar su autoestima. En efecto, esta es definida por Branden N. (2011) como “una predisposición a experimentarse como competente para afrontar los desafíos de la vida como merecedor de felicidad.”¹⁴ Hay que hacer notar que los jóvenes que mantienen una autoestima baja son personas autoconsideradas como incompetentes, con una conflictiva sensación de no ser lo que desean y por consecuencia infelices;

¹³ García, V. (2005). *La autoestima en la vida personal*. Recuperado el 02 de diciembre de 2015, desde www.pino.pntic.mec./recursos/infantil/salud/autoestima.htm.

¹⁴ Branden N. (2011). Óp. Cít. Pág. 41

esto puede ser a causa de las incidencias adversas de la niñez las cuales provocan que una persona entre en un caparazón de indiferencia, es decir se degrada ante el mismo mediante el robo de confianza propia y de pensamiento racional, por lo que hay que destacar que la baja autoestima es responsable de causar emociones extremas que pueden conducir a la depresión, intentos de suicidio, trastornos mentales, físicos, embarazos no deseados o incluso la delincuencia.

2.1.2.1 Características de la autoestima baja

Así mismo hay que destacar que la adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima. Al respecto Hernández (2013) menciona que “los adolescentes con baja autoestima manifiestan algunos de los siguientes aspectos.”¹⁵

- Rechazan las actividades de estudio, deportivas o sociales por miedo al fracaso.
- Mantienen una falta de compromiso.
- Engañan, mienten o les echan la culpa a otros.
- Tienen conductas regresivas (hacerse el pequeño).
- No confiar en sí mismo
- Tienen falta de confianza, de respeto y de valoración de los demás.
- Manifiestan timidez excesiva,
- Son agresivos, con una actitud desafiante o conductas no sociales.
- Necesitan llamar la atención y aprobación.
- Son indisciplinados
- No valoran sus talentos, ni sus habilidades
- Manifiestan ansiedad, lo que les lleva a evitar situaciones que les dan angustia y temor.

¹⁵ Hernández E.M A. (2013) *Autoestima en el adolescente*. Recuperado el 02 de diciembre de 2015 desde <http://www.familiaysalud.es/salud-joven/mi-mente/autoestima-en-el-adolescente>

- Temen hablar con otras personas de cualquier tema pues se sienten continuamente evaluados.
- Dependen mucho de otras personas para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad.
- Son hipersensibles a la crítica, por la que se siente atacados o heridos
- Se acusan y se condenan por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagerando la magnitud de sus errores y delitos.

Por consecuencia los adolescentes comienzan a practicar el arte de manejar las impresiones las cuales son definidas por Erving Goffman es “el arte que implica utilizar las técnicas que permitan mantener ciertas emociones ante los probables problemas que surjan durante su representación y los métodos que usan para solventar estos conflictos.”¹⁶ Pues bien, ya que como no actúan de manera favorable a los conflictos cotidianos, tienen que encontrar la forma de resolverlos, lo cual implica involucrar a otras personas que los solucionen por ellos, volviéndose cada vez más hábiles para manipular a quienes los rodean, quedando siempre como víctimas, aumentando su desinterés. Tener una baja autoestima, es un arma de doble filo, la primera es utilizada para jugar con las personas y conseguir objetivos; la segunda tiene como finalidad convertirla en un síntoma. Para empezar, hay que tener en cuenta que la línea divisoria entre ambas es muy delgada y en cualquier momento se puede cruzar, razón por la cual es uno de los aspectos más representativos en éste periodo.

¹⁶ Carabaña, J. y Lamo, E. E. *la teoría social del interaccionismo simbólico: análisis y valoración crítica*. Recuperado el 02 de diciembre de 2015. Desde http://www.academia.edu/7132194/Dialnet-La_Teoría_Social_Del_Interaccionismo_Simbólico-666889

2.2 Definición de autoestima paradójica

Hay que hacer notar que cuando las personas no logran moldear de manera adecuada su autoestima, se presenta una distorsión en ellas; provocando así un desequilibrio, es decir es una mezcla de alta y baja esto da origen a la autoestima paradójica.

Al respecto Tafarodi (1998) la define como “las competencias reales de una persona, no corresponden con su autovaloración.”¹⁷ Lo que significa, que cuando se presenta una autoestima irreal ya sea baja o alta, es porque no logramos reconocer nuestras habilidades, aptitudes y destrezas de manera correcta; es aquí cuando uno se explica porque varias personas no logran tener éxito en la escuela, trabajo, relaciones de pareja, o amistades debido a que su autoestima es variable llevándolos de un extremo a otro.

Incluso hay que tener en cuenta que se hace una lucha entre el YO y el MI, dos aspectos que integran al Self. El cual según Leary (2004) es “el aparato cognitivo que realiza el pensamiento autorreflexivo: las estructuras cognitivas y procesos asociados que permiten a la gente tomarse así misma como un objeto de su propio pensamiento y pensar consciente en sí mismo.”¹⁸ En otras palabras, no ponerse inconscientemente en el lugar de otros y actuar como lo harían ellos, controlando las acciones, lo que se dice y lo que se pretende decir. Lo que equivale a que el YO y el MI realizan una comparación estratégica que nos ayuda a entender mejor el significado del Self y por qué la autoestima se convierte en una situación paradójica.

Para lo cual, hay que tomar en consideración los siguientes aspectos que integran al Self en el siguiente cuadro:

¹⁷ Tafarodi, R. W. (1998). *Paradoxical self-esteem and selective in the processing of social information*. *Journal of personality and social psychology*.

¹⁸ Leary, M. R. (2004). *The self we know and the self we show: self-esteem, self-presentation, and the maintenance of interpersonal relationships*. M.B. Brewer y M. Hewstone (eds) *emotions and motivation*. Oxford: Blackwell Publishing.

EL "YO"	EL "MI"
<ul style="list-style-type: none"> • Es la respuesta inmediata de un individuo a otro • Respuesta incierta • Somos conscientes del YO cuando éste se ha realizado • El YO permite desarrollar una personalidad definida • En el YO se encuentran nuestros más importantes valores • El YO hace posible el cambio en la sociedad 	<ul style="list-style-type: none"> • Es el conjunto organizado de actitudes de los demás que uno asume • Es la adopción del "otro generalizado" • Las personas son conscientes del MI • Se refiere al individuo habitual y convencional • Los conformistas están dominados por el MI • La dominación de la expresión del MI sobre la expresión del YO es el Control Social • El MI permite al individuo vivir cómodamente en el mundo social (conformismo)

(Fuente: Ritzer, G. 2002)

2.3 Autoestima baja como síntoma

Los eventos negativos de la vida tienen consecuencias dentro de la autoestima, ya que el bajo concepto que la persona tiene de sí misma, afecta en la probabilidades de encontrar la felicidad puesto que tiene sensaciones de inseguridad, ansiedad, confusión e inclusive la pérdida de habilidades sociales exponiéndose a ser víctima dependiente hacia la pareja, a los padres, amigos o hermanos, por lo que hay que hacer notar que en medida que avanzan los problemas de autoestima nos convertimos en personas sumisas que viven sujetas a la necesidad de agradar a los demás, al mismo tiempo se presenta la expectativa de desarrollar algún cuadro clínico de distinto índole, o lo que es lo mismo manifestar algún trastorno relacionado con el estrés, la alimentación, la personalidad o el estado de ánimo.

Por lo tanto, la baja autoestima es un indicador relacionado con estos trastornos; ya que se debe descartar la posibilidad de que sea causa o consecuencia de los mismos; por ejemplo, en la alteración de la personalidad, la baja autoestima se refleja en el

aspecto dependiente y evitativo; se considera que la autoestima es un problema debido a que se juega con las emociones y percepciones de sí mismo. Por otra parte, dentro de los trastornos del estado de ánimo, la baja autoestima, juega un papel prioritario, a causa de que si la persona no logra elevar su autoestima, lo convierte en un factor determinante para su vida esta se puede convertir en depresión.

Hay que hacer notar que la baja autoestima y la depresión mantienen una relación estrecha, dicho de otra manera Belloch la define como “la triada cognitiva propuesta por Beck, la depresión giran en torno a la pérdida, el fallo, el rechazo, la incompetencia y la desesperanza, de ahí que esta implica una visión negativa de sí mismo como alguien inútil, indeseable, sin valor y culpable de todas las circunstancias negativas que le rodean.”¹⁹De la misma manera, es indispensable conocer los síntomas que conllevan a un episodio depresivo mayor; el cual es mencionado por el DSM-V TM como “un período de al menos 2 semanas en el que hay un estado de ánimo depresivo, pérdida de interés o placer en casi todas las actividades.”²⁰ Asimismo como los criterios de diagnósticos los cuales son:

- A. Cinco o más de los siguientes síntomas durante un período de dos semanas y representan un cambio del funcionamiento previo; al menos uno de los síntomas es (1) estado de ánimo deprimido o (2) pérdida de interés o de placer.

Nota: no incluir síntomas que se pueden atribuir claramente a otra afectación médica.

La mayor parte del día, casi cada día según lo indica el propio sujeto (p. ej., se siente triste o vacío) o la observación realizada por otros (p. ej., llanto). Nota: En los niños y adolescentes el estado de ánimo puede ser irritable

¹⁹ Belloch A. et al. (2009). *Manual de psicopatología. Volumen II*. España: Mc Graw-Hill. Pág. 279

²⁰ American Psychiatric Association. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-V –TM*. Washington.

- (1) Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días, según se desprende de la información subjetiva (p.ej., se siente triste, vacío, sin esperanza) o de la observación por parte de otras personas (p.ej., se le ve lloroso). (nota: en niños y adolescentes, el estado de ánimo puede ser irritable.)
 - (2) Disminución importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades la mayor parte del día, casi todos los días (como se desprende de la información subjetiva o de la observación.)
 - (3) Pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso (p. ej., modificación de más del 5 % del peso corporal en 1 mes), o disminución o aumento del apetito casi todos los días. (nota: En los niños, considerar el fracaso para el aumento de peso esperado).
 - (4) Insomnio o hipersomnia casi todos los días.
 - (5) Agitación o retraso psicomotor casi todos los días (observable por parte de otros; no simplemente la sensación subjetiva de inquietud o de enlentecimiento)
 - (6) Fatiga o pérdida de energía casi todos los días.
 - (7) Sentimientos de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada (que puede ser delirante) casi todos los días (no simplemente el autorreproche o culpa por estar enfermo)
 - (8) Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse, o para tomar decisiones, casi todos los días (a partir de la información subjetiva o de la observación por otras personas)
 - (9) Pensamientos de muerte recurrentes (no sólo miedo a morir), ideas suicidas recurrentes sin un plan determinado, intento de suicidio o un plan específico sin llevarlo a cabo.
- B. Los síntomas provocan malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes del funcionamiento.
- C. El episodio no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afectación médica.

D. El episodio no se puede atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afectación médica.

Nota: Los Criterios A–C constituyen un episodio de depresión mayor.

Nota: Las respuestas a una pérdida significativa (p. ej., duelo, ruina económica, pérdidas debidas a una catástrofe natural, una enfermedad o discapacidad grave) pueden incluir el sentimiento de tristeza intensa, rumiación acerca de la pérdida, insomnio, pérdida del apetito y pérdida de peso que figuran en el Criterio A, y pueden simular un episodio depresivo. Aunque estos síntomas pueden ser comprensibles o considerarse apropiados a la pérdida, también se debe pensar atentamente en la presencia de un episodio de depresión mayor además de la respuesta normal a una pérdida significativa.

Esta decisión requiere inevitablemente el criterio clínico basado en la historia del individuo y en las normas culturales para la expresión del malestar en el contexto de la pérdida.

D. El episodio de depresión mayor no se explica mejor por un trastorno esquizoafectivo, esquizofrenia, un trastorno esquizofreniforme, trastorno delirante, u otro trastorno especificado o no especificado del espectro de la esquizofrenia y otros trastornos psicóticos.

E. Nunca ha habido un episodio maníaco o hipomaníaco.

Nota: Esta exclusión no se aplica si todos los episodios de tipo maníaco o hipomaníaco son inducidos por sustancias o se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de otra afección médica.

2.4 La formación de identidad

La adolescencia es un periodo primordial para el desarrollo psicosocial ya que se produce un proceso de identificación, la persona toma conciencia de su individualidad y de su diferencia respecto a los demás. Así, la formación de la identidad es un proceso que comienza a configurarse a partir de ciertas condiciones propias del individuo, que se hacen presentes desde el momento de su nacimiento, junto a ciertos hechos y experiencias básicas. La identidad otorga una imagen compleja sobre sí mismos ya que permite actuar en forma coherente según lo que se piensa y se dice. No obstante; su construcción, se puede afirmar como la meta más importante durante la adolescencia, dicha etapa es en la que el joven necesita saber quién es, debe sentirse respetado y amado, como todo ser humano. Asimismo, la identidad humana se configura a partir de la interacción con el medio y el funcionamiento individual propio del sujeto, formándose entre ellos una tensión dinámica que guía su configuración hacia una dirección determinada.

Eric Erikson en su teoría del yo, “sugiere que durante la adolescencia los jóvenes tratan de entender lo que es único y distintivo de sí mismo.”²¹ A continuación, en la siguiente tabla se muestran las etapas del desarrollo psicosocial del individuo.

Etapa	Edad Aproximada	Resultados Positivos	Resultados Negativos
1.Confianza vs Desconfianza	Nacimiento-1.5 años	Sentimientos de confianza en el apoyo del entorno.	Temor y preocupación por lo que se refiere a los demás.
2.Autonomia vs Vergüenza	1.5-3 años	Autosuficiencia si se alienta la exploración.	Dudas acerca del yo, falta de independencia.

²¹ Feldman S.R. (2007). ÓP. Cít. Pág.429.

3. Iniciativa vs Culpa	3-6 años	Descubrimiento de como iniciar las acciones.	Culpa por los actos y los pensamientos.
4. Industriosidad vs inferioridad	6-12 años	Desarrollo del sentido de competencia.	Sentimientos de inferioridad, no hay sentido de dominio.
5. Identidad vs Confusión de Identidad	Adolescencia	Conciencia de la singularidad del yo, conocimiento del papel que debe seguirse.	Incapacidad para identificar papeles apropiados en la vida.
6. Intimidad vs Aislamiento	Juventud	Desarrollo de las relaciones amorosas, sexuales y de amistades íntimas.	Temor a relacionarse con los demás.
7. Generatividad vs Estancamiento	Madurez	Sentido de contribución a la continuidad de la vida.	Trivialización de las actividades propias.
8. Integridad del yo vs Desesperación	Vejez	Sentido de unidad en los logros de la vida.	Arrepentimiento por las oportunidades perdidas en la vida.

(Fuente: Feldman, S. R. 2007)

Al respecto los adolescentes se esfuerzan por descubrir sus fortalezas y debilidades particulares, así como los roles que desempeñaran mejor en su vida futura. Dado que este proceso de descubrimiento a menudo implica probar diferentes papeles o elecciones para ver si encajan con sus capacidades y la visión que se tiene de sí mismo. En otras palabras, es la sensación de ser un individuo único, una especie de sentimiento de singularidad individual que uno experimenta como alguien irrepetible. Integración y unificación de las diferentes autodescripciones y su estabilidad en el transcurso temporal constituyen el núcleo de la identidad.

Por ello es importante mencionar los puntos relevantes a considerar sobre la misma:

- La identidad se construye en interacción con otros.
- La identidad es una definición socialmente construida del ser.
- La identidad es un fenómeno eminentemente subjetivo, con un fuerte componente emocional.
- La formación de la identidad implica un proceso de reconocimiento y valorización de la propia individualidad (autoestima).

Al final de la adolescencia, la identidad comienza a actuar como una fuerza moldeadora que orienta los planes y proyectos de vida. El contenido de ella, tiene que ver con los compromisos, las elecciones, la ocupación laboral, los valores, las ideologías, la conciencia crítica, los roles y la sexualidad.

2.4.1 Definición de identidad

Es considerada como un fenómeno subjetivo, de elaboración personal, que se construye simbólicamente en interacción con otros. Así pues, la identidad personal también va ligada a un sentido de pertenencia a distintos grupos socio- culturales con los que consideramos que compartimos características en común. Con ello, queremos decir que es un proceso dialéctico de formación, a partir de la representación imaginaria o construcción simbólica de ella (autodefinición) y la identidad social que se elabora a partir del reconocimiento, en la propia identidad de valores, de creencias y de rasgos característicos del grupo de pertenencia, que también resultan de la propia personalidad.

En efecto Laing (1961) define a la identidad como “aquello por lo que uno siente que es él mismo en este lugar y este tiempo, tal como en aquel tiempo y en aquel lugar

pasados o futuros; es aquello por lo cual se es identificado.”²² Así también es saber quién es uno, hacia dónde se dirige en la vida y en qué forma uno encaja en la sociedad. Pues se refiere a la estabilidad que requiere una persona para lograr la transición de la dependencia de los demás a la dependencia de sí mismo.

Por lo cual es importante retomar el quinto estado psicosocial de Erikson, llamado “Identidad vs. Confusión donde, la persona se enfrenta al descubrimiento de quien es, que hace en la vida y hacia dónde va. La idea central es que los adolescentes deben adoptar nuevos roles propios de los adultos como por ejemplo tener una profesión.”²³ Por ello la moratoria psicosocial es el término propuesto por Erikson para definir la brecha existente entre la seguridad propia de la infancia y la autonomía propia de la edad adulta. Se trata de una etapa experimentada por los adolescentes como parte de la construcción de su identidad. A medida que los adolescentes la buscan, ellos experimentan con diferentes roles. Los jóvenes que exploran las identidades contradictorias de forma saludable, emergen con un nuevo sentido del yo, aceptable socialmente. Por el contrario, los adolescentes que no resuelven eficazmente esta crisis de identidad experimentan lo que Erikson denomina confusión, la cual puede seguir dos caminos posibles: la primera en la que el individuo se retira, aislándose, o se sumerge en el mundo de los iguales, perdiendo su identidad y la segunda se refiere al paso a la sexta etapa denominada intimidad vs aislamiento, en ella se revela un profundo conocimiento de la forma de pensar y sentir de los adolescentes.

En particular la teoría de Erikson, utiliza dos conceptos relevantes los cuales son: la personalidad y la experimentación de roles. Se considera que los adolescentes se enfrentan a una gran cantidad de elecciones y en algún momento de su juventud en el periodo de moratoria psicológica. Durante la cual se experimenta con distintos roles y personalidades hasta que alcanzan un sentido del Yo estable. Con ello los

²² Rodríguez S, J.L., 1989. *Trastorno de identidad, factor común en los alumnos problema*. de bachillerato, Tesis maestría de Psicología Clínica, Departamento de Psicología, Universidad de las Américas-Puebla, México.

²³ Papalia E. D. (2007). Óp. Cít.

adolescentes se van dando cuenta de que hay que ser responsables de sí mismos y de su vida.

2.4.2 Definición de identidad social

Actualmente la concepción del individuo como una entidad social toma más fuerza dentro de la sociedad. Debido a que el sujeto nace predispuesto para el encuentro con el otro. Al respecto las instituciones sociales como la familia, la comunidad y el lugar donde trabaja influyen notablemente en su comportamiento. Además de la concepción del hombre como ser bio-psico-social comprende todas las dimensiones de su vida, las cuales están en constante interacción, es difícil delimitarlas, ya que no se concibe al hombre en instancias separadas: su organismo, el pensamiento, las creencias, los sentimientos y su entorno social no funcionan como partes en sí mismas, sino como un todo interrelacionado de manera compleja. De hecho, el hombre como ser bio-psico-social es un individuo dinámico que cambia a lo largo de toda la vida, los cuales son influidos por su entorno. Por ello es, que los adolescentes desarrollan una identidad social que se elabora a partir del reconocimiento de la propia identidad, de valores, de creencias, de rasgos característicos del grupo al que pertenezcan. Por lo que es una especie de acuerdo interior entre la identidad personal que se centra en la diferencia con respecto a los otros y a la identidad social o colectiva que pone el acento en la igualdad con los demás.

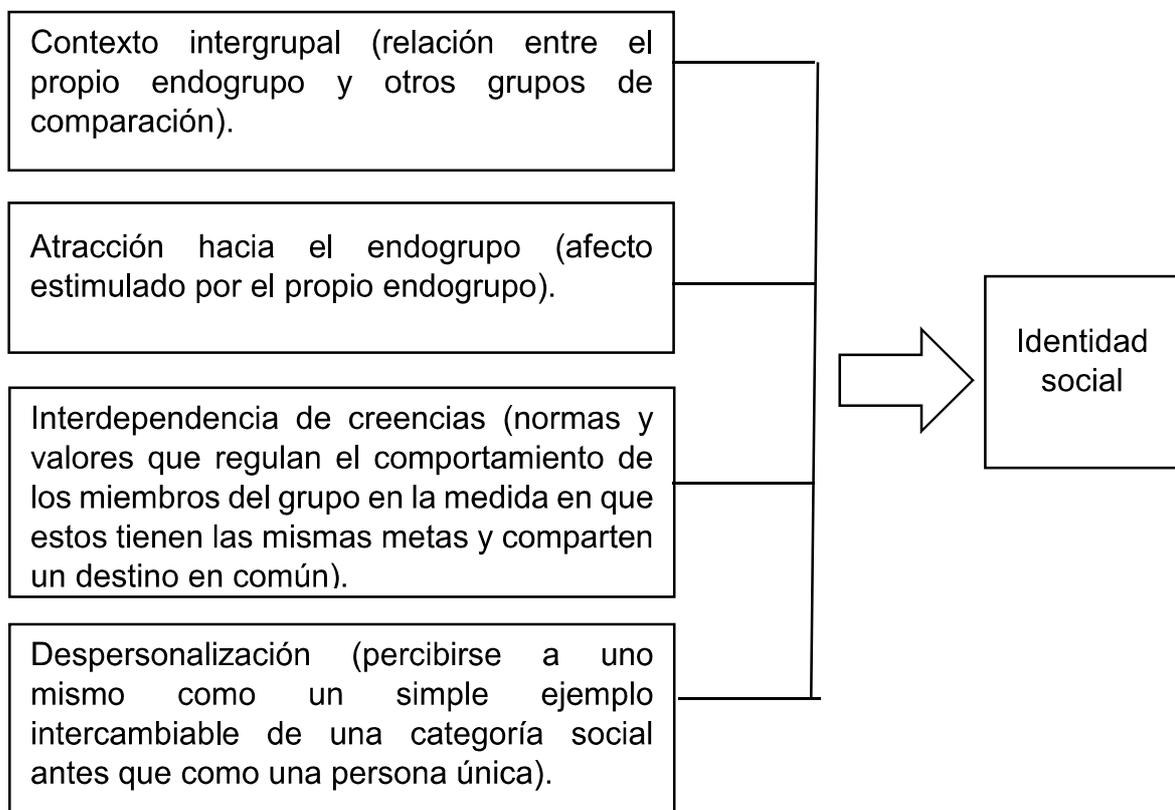
Así pues, Tajfel (1981) ha definido a la identidad social como

Aquella parte del auto-concepto de un individuo que deriva del conocimiento de su pertenencia a un grupo social junto con el significado valorativo y emocional asociado a dicha pertenencia. Asimismo, asocia esta noción con la de movimiento social, en la que un grupo social o minoría étnica promueve el

derecho a la diferencia cultural con respecto a los demás grupos y al reconocimiento de tal derecho por las autoridades estatales y los exogrupos.²⁴

Así también la identidad social comprende varias características entre las que se encuentran el género, nuestras relaciones interpersonales; nuestras vocaciones y aficiones.

De acuerdo con Jackson y Smith (1999), “la mejor forma de conceptualizar la identidad social considera cuatro dimensiones descritas en el siguiente cuadro:”²⁵



(Fuente: Baron, R. A. y Byrne D. 2005)

²⁴ Worchel, C., Goethals, O. (2002), *Psicología Social*. Thomson, Gengage Learning Editores.

²⁵ Barón R. A. y Byrne D. (2005). Óp. Cít Pág. 167.

Asimismo, el rol que juegue la identidad social en las relaciones intergrupales depende de dichas dimensiones que operen en un momento dado para ello se encuentran dos tipos de identidad social: segura e insegura. La primera existe si el individuo tiende a evaluar de manera favorable a los exogrupos, manifestar menos sesgos al comparar un endogrupo y exogrupo, y presentar menor disposición a creer en la homogeneidad del endogrupo. Por otro lado, la identidad insegura se asocia con una evaluación positiva del endogrupo, mayor sesgo al comparar los endogrupos y exogrupos, y la percepción de mayor homogeneidad en el endogrupo. Ahora bien, a pesar de que resulta evidente la adquisición de algunos aspectos de nuestra identidad procedente de otras personas, quiénes somos está determinado por la herencia, así como sexo, raza y color de pelo.

En efecto la identidad social se forma entonces por la pertenencia a un grupo; que sea positiva o negativa depende de la valoración que el individuo haga de su grupo en comparación con otros. De ahí la importancia del proceso de comparación social, por el cual las personas tienden a confrontarse así mismos con otros. Por tanto, aquí la comparación social no sólo implica ser diferente, sino también que hay que buscar ser mejor. Como consecuencia, los grupos tienden a competir por una identidad social positiva a través de una diferenciación con otros grupos en la cual salgan beneficiados y en el supuesto de que los individuos no se encuentren satisfechos con su identidad social, tienen tres alternativas para lograr una valoración más positiva: la movilidad individual, la creatividad o la competición social. Donde la primera se refiere al desplazamiento significativo que realiza la persona para integrarse a la sociedad modificando conductas, pensamientos e ideas; de la misma manera la segundo define los rasgos de personalidad del individuo para huir de lo obvio, seguro y predecible, dando origen a aptitudes, destrezas o cualidades para resolver diversos conflictos y la tercera referente a la habilidad que tiene la persona para adaptarse a un medio desconocido, así como la destreza para afrontar sus problemas y superarlos.

2.5 Autoconcepto

Hay que destacar que las nuevas habilidades intelectuales que se adquieren en la adolescencia manifiestan un pensamiento potencialmente capaz de tomar conciencia sobre sí mismo, dándole importancia al contexto en el que se desenvuelve, es decir durante esta etapa los jóvenes tienden a ocupar parte de su tiempo en analizar cómo son o cómo les gustaría ser, intentando descubrir cuáles son sus intereses, motivos, su posición ante la realidad o ante los otros; logrando una perspectiva organizada y coherente, particularmente en los múltiples aspectos de su personalidad; en otras palabras logran esquematizar su autoconcepto, el cual, Barón (2005) lo define como “una identidad propia o esquema básico que consiste en un conjunto organizado de creencia y actitudes acerca de uno mismo.”²⁶ Lo que significa, que son capaces de ajustar su pensamiento, conocimiento, perspectivas de sí mismo, así como coordinar y formar una idea global o coherente de información contradictoria acerca de quiénes o cómo son, ya que se proporcionan pautas para interpretar la experiencia, el significado y valor de la realidad pues dependen, en gran parte, de cómo la persona se ve así misma. Para que se entienda mejor el autoconcepto no es innato; se construye y se define a lo largo de la vida, por la influencia de las personas significativas del medio familiar, escolar o social, como consecuencia de las propias experiencias de éxito o fracaso.

Del mismo modo el adolescente esquematiza su Self que según Sedikides y Skowronski (2007) “se desarrolla como una característica adaptativa.”²⁷ Es decir, están protegiendo su autoimagen, ya que las personas tienden a resistirse ante los cambios y a interpretar mal la información inconsistente con sus autoconceptos, debido a que el principal propósito es obtener la habilidad de comunicarse, establecer relaciones, alcanzar metas, evaluar resultados y defender al propio Self a partir de autoesquemas

²⁶ *Ibíd.* pág. 169

²⁷ Sedikides, C. y Skowronski, J. J. (1997). *The symbolic self in evolutionary context. Personality and social psychology review.* Pág. 1, 80-102

los cuales son definidos por Barón (2005) como “la suma de cada cosa que la persona recuerda, sabe y pueda imaginar de sí misma cumpliendo el cometido de guiar el comportamiento.”²⁸ Lo que significa, que ayudan a esclarecer el concepto acerca de quién es, y quien desea ser en un futuro; pues bien debemos formar asociaciones colectivas por medio de relaciones interpersonales y la cultura. Del mismo modo hay que resaltar que el Self permanece constante ya que el contexto que los rodean son factores que producen cambios en el autoconcepto y directamente de su personalidad a causa de las significaciones que mantiene con los otros, teniendo en cuenta que los cambios ocurren como consecuencia de la retroalimentación inconsistente con el esquema actual o como el traslado a una comunidad diferente. Por lo cual, los adolescentes deben moldear delicadamente su autoconcepto ya que será el resultado de sus conocimientos, experiencias o metas, las cuales determinaran el estilo de vida, así como el futuro profesional, familiar y personal.

2.6 Autoimagen

La principal tarea en la etapa adolescente es la necesidad intrínseca del individuo de configurar y consolidar una identidad; de manera que se define, al comienzo, por una intensa preocupación de los adolescentes por descubrir su naturaleza individual, y acaba una vez que han establecido un sentido coherente del Yo y de la identidad personal. Al igual que en cualquier otro tipo de conocimiento, el adolescente va construyendo el conocimiento de sí mismo a través de la interacción con su entorno físico y social, de modo que los roles sociales que asume en sus relaciones con los otros y las expectativas que, a su vez, estos elaboran sobre las propias conductas, son algunos de los factores que contribuyen a la construcción o conformación multicausal del yo personal. Así la autoimagen, consiste en la capacidad de verse así mismo o así misma como la persona que realmente es, con sus virtudes y defectos.

²⁸ Barón (2005) óp. Cit pág. 170

La persona que tiene una autoestima saludable trata de estar consiente incluso de sus errores, por cuanto la autoestima no se vincula con ser perfecto o perfecta. Se trata de lograr una percepción básica de las características más relevantes de la propia personalidad, su relación con otras personas y con el ambiente. La autoimagen no es un aspecto estático, incluye el conocimiento propio basado en experiencias pasadas, al igual que las concepciones que la persona va elaborando sobre su posible evolución futura. Generalmente los problemas de autoestima se asocian con una baja autoimagen; no obstante, también es posible que una autopercepción de superioridad señale dificultades en este aspecto, dando como resultado lo que se denomina pseudo autoestima. Al respecto, Branden citado por de Mézerville (2011) señala que “la arrogancia, la jactancia y la sobreestimación de nuestras capacidades refleja más bien una autoestima equivocada y no, como imaginan algunos, un exceso de autoestima.”²⁹ Las metas por lograr, respecto de la autoimagen, consisten en la búsqueda de un autoconocimiento que le permite a la persona aumentar su capacidad de percibir, de manera equilibrada, tanto los aspectos positivos como negativos de su personalidad.

2.7 Autoconciencia

La autoconciencia es un proceso mediante el cual se adquiere conocimiento acerca de uno mismo, en un momento particular del tiempo que define una serie de circunstancias internas y externas que determinan la forma de pensar, sentir, comportarse, relacionarse; aparte de las actitudes que uno posee, asimismo todo aquello que le interesa y motiva hacia la satisfacción de las necesidades personales. Por lo que nuestra forma de ser no es estática ni definitiva a lo largo de la vida, aunque hay algunas características que acompañan al individuo a lo largo de ella; la forma de pensar, sentir, comportarse, relacionarse, los intereses y motivaciones son distintas en

²⁹ Branden N. (2011). *El poder de la autoestima como potenciar este importante recurso psicológico*. España: Paidós Pág. 31

las diversas etapas evolutivas de la vida y aunque el conocimiento de uno mismo es acumulativo y adaptable a las circunstancias de la vida presente, la implementación de ese conocimiento no es idéntico en la adolescencia y en la adultez.

Así, durante el proceso de autoconciencia interviene un estado involucrado de observación de uno mismo que permite identificar, interpretar, evaluar o modificar las manifestaciones de los estados internos y aquellas que se hacen hacia el ambiente externo. Se trata de reconocer los propios pensamientos, emociones y conductas, es reconocer los patrones que se dibujan en nuestro proceder cotidiano que trasciende hasta convertirse en nuestra personalidad e identidad.

2.8 Autovaloración

La etapa de la adolescencia implica un período complejo, de grandes desafíos, por lo cual es necesario que los adolescentes se enfrenten a ellos mismos evaluándose; por lo cual la autovaloración, es considerada como un conjunto de ideas valorativas que hace el individuo de sí mismo, es decir de sus rasgos, fuerzas, posibilidades físicas, capacidades, aspiraciones, cualidades positivas y negativas; misma que tiene como función regular la formación motivacional compleja de la personalidad.

Es importante resaltar que el sujeto puede esforzarse conscientemente por desarrollar o fortalecer sus cualidades positivas y tratar de suprimir las negativas, lo que significa que es adaptativa, modificable y se estructura a lo largo de la vida a través de sus aprendizajes, experiencias o triunfos. Por el contrario, cuando un adolescente no mantiene una autovaloración adecuada, lo puede conducir a la inseguridad, falta de persistencia, individualismo, egoísmo, agresividad, timidez, aislamiento, indecisión o dependencia; aunque es importante considerar que este aspecto comienza a manifestarse desde edades tempranas y que sólo a partir de la adolescencia se logra un verdadero desarrollo de la misma.

Ahora bien, Núñez P. B. y Peguero M. H. (2009) señalan que los factores que determinan la autovaloración son los siguientes:

- La actitud o motivación: Es la tendencia a reaccionar frente a una situación, tras evaluarla como positiva o negativa, es decir la causa que impulsa a actuar.
- El esquema corporal: Supone la idea que tenemos de nuestro cuerpo a partir de las sensaciones y estímulos; la imagen está muy relacionada e influida por las relaciones sociales, las modas, complejos o sentimientos hacia nosotros mismos.
- Las aptitudes: Son las capacidades que posee una persona para realizar algo adecuadamente, como por ejemplo la inteligencia, el razonamiento o las habilidades.
- La valoración externa: Es la consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros es decir los refuerzos sociales, halagos, contacto físico, expresiones gestuales o reconocimiento social.³⁰

Por lo tanto, la autovaloración es el establecimiento de una realidad, pues considera todos los aspectos posibles de la persona para formar su personalidad e incluso se considera que en la adolescencia la representación de sí misma es más estructurada y flexible, lo cual ayuda a estabilizar la identidad y autoestima de la persona logrando esclarecer su sentido en la vida.

³⁰ Núñez P. B. y Peguero M. H. (2009). *La autovaloración y su papel en el desarrollo profesional*. Una experiencia. Recuperado el 08 de Marzo de 2016 desde:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412009000200002

2.9 Autorespeto

Es satisfacer las propias necesidades o valores, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin causar daño, ni culpa; es decir cumple el objetivo de buscar o valorar todo aquello que haga sentirse orgulloso de sí mismo.

Pues bien, el autorespeto se basa en conocer quiénes somos; generalmente, la mayoría de los adolescentes basan su respeto a aspectos superficiales como: la apariencia física, género, éxito académico, inteligencia o status; sin embargo estos en algún momento se pierden, por lo cual es importante que los jóvenes se basen en situaciones espirituales como lo son: emociones, sentimientos, valores, conocimientos, aptitudes, habilidades y todos aquellos aspectos que los lleven a estar en paz con ellos mismos.

Asimismo, es indispensable resaltar que, dentro de la sociedad, para obtener respeto, primero debemos respetarnos a nosotros mismos, ya que regularmente las personas con baja autoestima suelen faltarse el respeto de manera inconsciente, a partir de pensamientos negativos y descalificaciones de sus capacidades y aptitudes, ocasionando que su entorno lo critiquen o se burlen, ya que éste no es capaz de defenderse ni esclarecer el respeto así mismo.

2.10 Lazos familiares

En ocasiones la conducta de los adolescentes molestan a los padres pues empiezan a cuestionar sus puntos de vista sobre el mundo e incluso se revelan en su contra, esto a consecuencia del cambio de roles que deben asumir ya que buscan autonomía, dependencia y poder controlar su vida; hay que considerar que el aumento de independencia cambia la relación entre padres e hijos; pues en un inicio los padres son influyentes o autoritarios, además determinan las decisiones de los chicos; aunque posteriormente la influencia se equilibra, pues estos les otorgan confianza,

confidencia y libertad con el objetivo de forjar personas maduras o responsables capaces de interactuar socialmente.

Por el contrario, si los conflictos familiares son más frecuentes durante la adolescencia temprana a causa de los cambios de la pubertad estos varían según la personalidad tanto de los padres como de los adolescentes. Por lo que, hay que tomar en cuenta que varios de los problemas que se manifiestan a esta edad son a consecuencia del estilo de crianza, pues en muchas ocasiones los padres no se dejan influenciar y rechazan toda actitud del mismo, tomando el papel autoritario insistiendo en reglas, normas y valores morales, pero con la disponibilidad de escuchar, con el fin de moldear un comportamiento sano evitando conflictos sociales y adicciones. Sin embargo se debe mencionar que regularmente existen actitudes, valores, aspiraciones y visiones del mundo que comparten padres e hijos pero el sentido de buscar independencia e individualidad ocasionan que estos choquen o estén contrariados con estos aspectos, aunque a pesar de eso no existe evidencia objetiva que demuestre que los problemas son mayores en esta etapa, pues los adolescentes sienten amor, afecto o respeto por sus padres del mismo modo que ellos hacia sus hijos, solo que en el transcurso de esta debe establecer confianza, tolerancia y sobre todo respeto mutuo para poder obtener una relación estable y por consiguiente una educación dual.

Otro punto importante es la estructura familiar, dado que en algunas ocasiones encontramos adolescentes con padres separados o con madres solteras, ya que estas circunstancias hacen que manifiesten sentimientos de soledad, abandono o rechazo, pues no cuentan con una figura de autoridad, por lo que los padres deben estar pendientes y estar seguros de su adaptabilidad; teniendo en cuenta que sin una supervisión estrecha o constante, los adolescentes son más susceptibles a la presión que ejercen sobre ellos, debido al aumento del estrés y tensión que viven en sus hogares. Por lo cual se debe recordar que todo padre debe dedicar tiempo a los hijos, el cual debe ser de manera constante y de calidad, destacando que se pueden educar, conocer a los jóvenes y disfrutar juntos, sin confundir el ser amigos, colegas o

verdugos; ya que los padres han de marcar límites estratégicos para formar personas aptas y capaces, sin olvidar que tienen derecho a tener intimidad o una vida de experiencias que les ayuden a establecer su propia identidad.

2.11 Grupos de pertenencia

Es importante resaltar que la adolescencia es una etapa que permite consolidar la personalidad así como tomar decisiones con respecto a su vocación, su proyecto de vida, valores que lo guían, pero principalmente sobre sus amistades, ya que estos formaran parte del proceso de maduración, asimismo los apoyaran en el momento de interactuar, establecer vínculos y moldear su autoestima; ahora es bien sabido que en esta etapa los chicos manifiestan una compulsión por comunicarse y estar conectados con sus compañeros o amigos pasando cada vez más tiempo con ellos, convirtiéndose en un elemento de gran importancia ya que pueden evaluar y comparar opiniones, habilidades, destrezas, cambios físicos, estatus e incluso experiencias, mismo que son referidos por Papalia (2007) como “estar en la onda o bien estar pasado de moda,”³¹ los cuales establecen un estatus de popularidad dentro del grupo o sociedad a la que se pertenece.

Es importante destacar que una de las consecuencias de estas reacciones son el agrupamiento de modo discriminativo, ya que buscan formar parte de algún tipo de grupo con el que se identifiquen, al respecto Feldman (2007) nos menciona dos de ellos: “los grupos por amistad y los grupos por similitud. Los primeros son grupos de dos a doce individuos, cuyos miembros se relacionan con frecuencia. En contraste con los segundos son más grandes y comprenden a individuos que comparten características particulares, pero que pueden no interactuar entre sí.”³² Estos son determinados por las semejanzas que tienen los integrantes del grupo y la influencia

³¹ Papalia (2007). Óp. Cít.

³² Feldman S.R. (2007) óp. Cít. Pág. 437

que estos ejercen sobre ellos mismos, un ejemplo claro es cuando crean grupos en Facebook, mismos que utilizan para subir trabajos, revisiones, investigaciones, o simplemente para publicar imágenes. Por otra parte, la confianza en los amigos o compañeros es reforzada por los conflictos, las angustias o dificultades que atraviesan; es aquí donde buscan la aprobación fundamental y construyen su identidad de manera casi idéntica a la del grupo, para luego poder tomar distancia de eso y adquirir las particularidades propias de cada uno de ellos. En otras palabras, hay que hacer notar que cuando el adolescente se agrupa en pares surgen amistades muy estrechas, especialmente entre los del mismo sexo ya que les permiten salir del ámbito familiar e ingresar al ámbito social; lo que les aprueba una sensación de seguridad y pertenencia, pues considera que él otro lo comprende, que piensa y se viste como él e intercambia información sobresaliente además de compartir ideas e ideales; así pues Duran (1993) menciona que “se busca la amistad como un apoyo confiable que sirve como un espejo para conocerse y afirmarse así mismo.”³³ Del mismo modo reflejan su desarrollo cognoscitivo pues expresan sus pensamientos, sentimientos personales, opiniones y admiten sus debilidades o aceptan obtener ayuda de sus amigos para enfrentar sus problemas.

Por lo tanto, el adolescente busca una razón de ser, un ideal del YO, que le otorgue seguridad, que tranquilice su inquietud y sentirse importante. Así el grupo incita al individuo a una continua superación de sí mismo, ya que le proporcionan apoyo al influir en sus actitudes acerca de su comportamiento y pensamiento; razón por la cual todo joven necesita de un grupo que le permita desarrollarse, considerando a éste una herramienta fundamental para atravesar momentos complicados y formar su propia identidad.

³³ Duran C. (1993). *La amistad*. Madrid: editorial palabra S.A.

2.12 Relaciones sentimentales

Regularmente en la adolescencia, los jóvenes suelen dar varias preocupaciones a sus padres, pues es un momento en el que aparecen todo tipo de conductas contradictorias: deseo de ser independientes, negación de la responsabilidad, rechazo de los valores morales, exigencias de libertad, cambios repentinos de humor, entre otros; con los cuales los padres se sienten desconcertados. Sin embargo, la construcción de la vida social y afectiva durante esta etapa, se encuentra influenciada por diversos elementos, que guardan relación con factores individuales, familiares o sociales, destacando que éstos son inexpertos o apasionados en el manejo de sus relaciones afectivas esclareciendo la necesidad de experimentar, con el deseo de ser diferentes a los padres, sin embargo, repiten sin saberlo, el modelo que han vivido en su familia.

Por otra parte, los adolescentes descubren que deben empezar a definir gustos, intereses o preferencias en relación con la construcción de su mundo afectivo-sexual, trátase de aspectos informales, de noviazgo o sexuales, así como señalar cualidades y rasgos de las personas hacia las que sienten una atracción física o emocional. Vale la pena decir que el noviazgo en la adolescencia se presenta principalmente al conocer nuevas personas permitiendo socializar de distinta forma en la sociedad, ya que en esta etapa se presenta una mayor curiosidad y ganas de vivir nuevas experiencias, cambiando intelectual o moralmente presentando diversas emociones como la pasión, el cariño o el amor. Sin duda alguna los adolescentes no poseen un concepto claro de lo que significa el noviazgo, ya que de acuerdo a la situación real de la sociedad este se toma como algo ligero, un pasatiempo procurando vivir el momento esto a consecuencia de querer establecer una relación basada en una atracción y el revoloteo de emociones que exigen ser respondidas por el otro, resaltando que esta situación es más una ilusión que un verdadero amor o lo que realmente significa tener un noviazgo, debido a que para decir que se ama, se tiene una definición clara de lo que significa amar.

Para que se entienda mejor en la adolescencia aparece la capacidad de sentir amor romántico, es decir hacia la pareja, destacando algunas características básicas, las cuales en los adolescentes se perciben a simple vista.

- **Deseo:** La atracción sexual suele ser la primera manifestación del amor romántico, aunque en los jóvenes se comienza a experimentar una atracción física, deseo de estar juntos, de tocar, besar y tener relaciones sexuales con su pareja.
- **Intimidad o apego:** Es la conexión que se desarrolla hacia la persona, provocando la aparición de intimidad compartiendo pensamientos y sentimientos que no se comparten con nadie más.

Por lo tanto de acuerdo a la idea errónea que tienen los adolescentes acerca del noviazgo, se están suscitando una serie de acontecimientos que en sus inicios era una ilusión hermosa, de querer compartir, estar siempre al lado de la persona amada, sin embargo hoy se hace presente el maltrato físico, emocional, psicológico, sexual o verbal, que se oculta a los ojos de los demás; motivo por el cual, esto debe ser síntoma de alarma, ya que esto perjudica a cada uno de ellos en su futuro próximo, y la familia como núcleo principal de enseñanza.

CAPÍTULO III
REDES SOCIALES
VIRTUALES:
FACEBOOK

CAPÍTULO III REDES SOCIALES VIRTUALES: FACEBOOK

3 Definición de red social virtual

Cabe mencionar que el ser humano actualmente vive y actúa a través de redes sociales entendidas como la relación social entre más de dos personas. Estas se presentan en nuestra vida cotidiana de distintas maneras; por ejemplo, cuando nos transportamos de un lugar a otro (red de comunicaciones) e incluso al pensar (dado que requerimos una red de conexiones neuronales). Por lo que podemos decir, que las redes sociales son estructuras compuestas por personas conectadas por uno o varios tipos de relaciones (de amistad, de parentesco, de trabajo o ideológicas.) con intereses comunes.

Asimismo varios autores definen a las redes sociales como “unas comunidades virtuales.”³⁴ Es decir, plataformas de Internet que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes. Siendo su principal objetivo, entablar contactos con gente, ya sea para reencontrarse con antiguos vínculos o para generar nuevas amistades. Dichas redes son formas de interacción social, es decir son “un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad, con un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas que se organizan para potenciar sus recursos”³⁵. Por lo que, una sociedad fragmentada en minorías aisladas o discriminadas, en donde sus relaciones se han desvitalizado y sus ciudadanos carecen de protagonismo en procesos transformadores, se condenan a una democracia restringida. La intervención en red es un intento reflexivo y organizado de esas interacciones e intercambios, donde el

³⁴ Islas O. y Ricaurte P. (2013). *Investigar las redes sociales. Comunicación total en la sociedad de la ubicuidad*. México. D.F.: razón y palabra. Pág.12.

³⁵ Ponce V. M. y Maldonado A. S. (2009). Las Redes Sociales. 18 de diciembre del 2015 desde <http://tecno.unsl.edu.ar>. Pág. 4.

sujeto se funda así mismo diferenciándose de otros. Por lo que actualmente, las redes sociales se han modificado con el uso de Internet, ya que han acelerado y revolucionado la forma de relacionarse de los individuos. Pues bien, la figura de red de relaciones sociales en determinadas estructuras sociales, se ha utilizado en multitud de escritos sociológicos y antropológicos a lo largo de la historia de estas disciplinas. Sin embargo, esta tiene un sentido simplemente metafórico y muy diferente del concepto de red social como una serie de vínculos entre un conjunto definido de actores sociales. Las características de estos vínculos como un todo tienen la propiedad de proporcionar interpretaciones de la conducta social de los actores implicados en la red. Considerando que las redes sociales son las nuevas comunidades, el ciberespacio provee a los cibernautas un sitio virtual de interacción, en ellas se reproducen diversos procesos sociales, de aceptación, de integración, dan sentido de pertenencia, a un grupo, a una comunidad, aun cuando las interacciones son de tipo virtual.

Asimismo, las redes sociales en Internet tienen mecanismos muy específicos de funcionamiento, suelen comenzar por invitaciones enviadas por amigos, al suscribirse el usuario diseña su perfil con información personal, invita a otros amigos, se tiene la posibilidad de subir fotos, comentar el estado de ánimo de los demás, expresar nuestros propios pensamientos, subir enlaces, interactuar con los conocidos conectados en ese momento, por ello es que las relaciones son multidireccionales y cada una de ellas afecta las relaciones con otras personas de la misma red. Así pues, tenemos la posibilidad de interactuar con otras personas, aunque no las conozcamos, cada nuevo miembro que ingresa transforma al grupo en otro nuevo, la red no es lo mismo si uno de sus miembros deja de ser parte. Las redes cuentan con una serie de herramientas tecnológicas muy sencillas de utilizar y permiten la creación de comunidades de personas en que se establece un intercambio dinámico y comunicativo.

Al respecto las redes sociales han producido un gran impacto como forma de comunicación, debido a que las ciencias tecnológicas, buscan innovar e ir a la par de las exigencias del colectivo. La comunicación por medio de las redes sociales, es más amplia dado que se utiliza como un hobby por ser muy sencilla, ya que permite crear un espacio convergente en el cual expresamos nuestros saberes, sentimientos o emociones.

Las redes sociales de contactos de amigos, intentan potenciar la comunicación y mantener contacto entre usuarios. Este tipo de redes está desplazando en gran medida la comunicación por telefonía fija, ya que antes para organizar una fiesta o cena se tenían que estar llamando por teléfono y ahora gracias a este tipo de comunicación; se ahorra tiempo y dinero con tan solo meterse a internet desde su propia casa o establecimiento cercano. Además de que se ha disminuido la utilización de otros medios como el uso del correo y la mensajería instantánea.

Cabe destacar el hecho de que la aplicación de las redes sociales a la revelación de información saca a la luz diferencias significativas entre los escenarios reales y virtuales. En el mundo real, la relación entre divulgación de la información y la red social de una persona tiene, tradicionalmente, múltiples facetas: en ciertas ocasiones, queremos que la información sobre nosotros esté sólo a disposición de un pequeño grupo de amigos íntimos, y no de desconocidos. En otros casos, estamos dispuestos a revelar información personal a extraños, pero no a quienes nos conocen bien. Por ende, las redes sociales reales están formadas por lazos definibles de un modo impreciso como lazos fuertes o débiles, pero en realidad estos son extremadamente diversos en lo referente al grado de cercanía e intimidad con que un sujeto percibe una relación. Las redes sociales virtuales, por otro lado, suelen reducir estas relaciones llenas de matices a relaciones binarias.

Las redes sociales han sido un fenómeno en estos últimos años, no sólo las utilizan personas para comunicarse de una forma instantánea, intercambiar ideas, reencontrarse con otras personas, compartir e intercambiar información en

diferentes medios, sino también están siendo utilizadas por grandes corporaciones, organizaciones o compañías para promover sus productos y servicios, es una forma amplia de comunicación para las corporaciones y compañías ya que tienen un encuentro más cercano con sus consumidores o afiliados.

3.1 Definición de Facebook

Actualmente el Facebook es una red social creada por Mark Zuckerberg mientras estudiaba en la Universidad de Harvard. El término pertenece al inglés, se compone literalmente por face cuyo significado es cara y book que significa libro así pues no tiene una traducción exacta al español.

Hay que destacar que su objetivo era diseñar un espacio en el que los alumnos de dicha universidad pudieran intercambiar una comunicación fluida y compartir contenido de forma sencilla a través de Internet. Fue tan innovador su proyecto que con el tiempo se extendió hasta estar disponible para cualquier usuario de la red. Naturalmente es un servicio gratuito que permite conectar a las personas en internet, si somos usuarios registrados en su página web, podremos gestionar nuestro propio espacio personal: crear álbumes de fotos, compartir vídeos, escribir notas, crear eventos o compartir nuestro estado de ánimo con otros usuarios de la red. Ya que el gran número de usuarios de que dispone, la aceptación que ha tenido, y las facilidades que ofrece, como el acceso a la plataforma desde terminales móviles, ha permitido que esta red haya crecido rápidamente en poco tiempo. Con ello la principal utilidad de esta página es la de compartir recursos, impresiones e información con gente que ya conoces (amigos o familiares). Aunque también se puede utilizar para conocer gente nueva o crear un espacio donde mantener una relación cercana con los clientes de tu negocio. Además, que tiene un componente importante de interactividad. Posee una serie de mini aplicaciones disponibles, por ejemplo; juegos que permiten interactuar con otros usuarios. Por otra parte, permite desarrollar aplicaciones que puedan ser utilizadas desde la página web.

En efecto el usuario de redes sociales como Facebook, al tiempo que construye este conjunto de declaraciones para presentarse ante los demás, se define así mismo, es decir crea su multiplicidad de 'Yoes' y nuevas maneras de pensar. El concepto que el individuo tiene de sí mismo, se construye y maneja en función del contexto en que se presenta ante los demás, surge de la interacción social en las situaciones propias de la vida diaria, en ese sentido la mayor exposición a situaciones que exceden sus expectativas puede contribuir a reformular constantemente su manera de definirse. Dado que la interacción no es sólo, por tanto, un descubrimiento del otro, una comunicación con otro distinto de uno mismo, sino también un proceso en el que el sujeto adquiere capacidad reflexiva para verse a sí mismo y para dar sentido a la realidad social que le rodea.

3.2 Características del Facebook

Fundada en febrero de 2004, Facebook desarrolla tecnologías que facilitan el intercambio de la información a través de un esquema social, el mapa digital de las conexiones sociales de los usuarios en el mundo real. De acuerdo con la definición de Danah Boyd, Facebook es, por tanto, un "sitio de redes sociales en el sentido de que es un servicio basado en la red que permite a los individuos:"³⁶ (1) crear un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, (2) articular una lista de otros usuarios con los que tienen conexión y (3) visualizar y entrecruzar su lista de conexiones y las realizadas por otros dentro del sistema. Adicionalmente, la característica principal de un sitio como Facebook es conectar los perfiles de los participantes con sus identidades públicas, usando nombres reales y otros modos de identificación del mundo real como fotografías, vídeos o direcciones de correo electrónico, permitiendo así la interacción y comunicación entre individuos del mundo

³⁶ Dumortier Franck (2009). *Facebook y los riesgos de la «descontextualización» de la información* en recuperado el 14 diciembre del 2015, desde <http://idp.uoc.edu> . Pág. 27.

real. Por tanto, Facebook está muy lejos de equipararse a los espacios de chat con pseudónimo y no se puede considerar únicamente como un patio de recreo para entes virtuales en el que las identidades son flexibles y están desconectadas de sus cuerpos reales. De hecho, no hay casi nada virtual en lugares como Facebook, la disposición de información de registro exacta y actualizada por parte de los usuarios no sólo es deseable, sino que es un requisito incluido en las condiciones de uso. De hecho, obliga a sus usuarios a indicar sus nombres e información real, a mantener su información de contacto exacta, actualizada y prohíbe incluir información personal falsa. Estos requisitos, junto con la misión del servicio de organizar la vida social real de sus miembros, suponen un incentivo importante para los usuarios, instándoles a publicar únicamente información real o válida sobre sí mismos.

3.3 Perfil

En esta, las personas pueden contar quiénes son, hablar de sus gustos e incluir la información que quieran compartir con su lista de amigos, ya que el sitio personal es una red social que funciona como una página web; teniendo en cuenta que el perfil consiste en “las características que la persona quiere dar a conocer sobre sí misma, para incorporarse como nuevo miembro en una red social”³⁷. En el mismo, la gente incluye los datos personales que quiere: nombre, dirección electrónica, la fecha de nacimiento, género, ciudad, y sus gustos: películas, libros, actividades, gustos o intereses. De cualquier modo, sólo con el nombre y dirección de email ya puede ser uno integrante.

Además, este sitio puede incluir fotos, textos, juegos, links, comentarios, vídeo clips y música. Una diferencia importante entre los sitios personales en las redes sociales y los blogs, es que, en las redes sociales, las páginas web buscan sobre todo conocer

³⁷ Morduchowicz R. (2010). *Los adolescentes y las redes sociales*. Escuelas y media: ministerio de la educación de la nación. Pág. 6.

gente y tener más amigos, lo que significa que el perfil es lo que la gente ve en Facebook cuando busca o cuando un amigo escribe su nombre o hace clic sobre un enlace a su perfil. De esta forma, cuando se publica algo en la red social, se añade a su perfil, de modo que la gente pueda ver lo que piensa, lo que hace y cómo interactúa con otros amigos de Facebook. Permite controlar la mayoría de aspectos que se comparten sobre sí mismo a través de los controles de privacidad. Cuando se hace amigo de gente en Facebook, lo habitual es que obtengan acceso a su perfil.

Por otra parte, la comunidad virtual, con la creación del perfil da paso a la configuración de su identidad, la virtualidad es la esfera de las nuevas relaciones, de la continuación de las relaciones de la comunidad física a la comunidad virtual. El cibernauta se autodefine, se autoconfigura, quizá con una identidad idealizada, mejorada, pero en esa construcción añade elementos de su Yo real donde busca autoafirmarse, y así encontrarse en el otro.

3.4 Muro o biografía

Es una plataforma de comentarios donde la gente comenta las actualizaciones, las fotos o el estado, es una especie de pizarra donde todos los que pasan por Facebook pueden dejar una nota o un comentario; el muro es donde escribimos mensajes para compartirlos con los contactos o con todos aquéllos que pasan por Facebook. Es un foro en torno a un perfil personal, “es un espacio en cada perfil de usuario que permite que los amigos escriban mensajes para que el usuario los vea, solo es visible para usuarios registrados.”³⁸ Por tanto, en Facebook, la información personal que publica un usuario, combinada con los datos que perfilan las acciones e interacciones de los usuarios con otras personas, puede crear un perfil muy rico de los intereses y actividades de esa persona. La recogida multi-contextual de todas las contribuciones

³⁸ García. F. Fernando. (2010). *Las redes sociales en la vida de tus hij@s* España: Villena Artes Gráficas. Pág. 30.

y las de los amigos puede generar fácilmente una imagen individual del usuario. Por tanto, al fusionar todos los contextos posibles en un único entorno de información, Facebook niega la existencia de nuestras individualidades y, en consecuencia, niega nuestros derechos como individuos. En otras palabras, la finalidad descrita en la página principal ayuda a comunicarse y compartir la vida con las personas que conoce es excesivamente amplio como para determinar qué datos son adecuados, relevantes y no excesivos con relación a dicha finalidad.

3.5 Publicaciones

Hay que destacar que en el perfil se muestran todas las publicaciones realizadas, es decir todo lo que se hizo público o se dio a conocer, divulgando mensajes, enlaces, fotos, actos y videos, además de realizar comentarios sobre las publicaciones de otros amigos en nuestro muro, de la misma forma se determina quién puede ver estas publicaciones y quien no, ya que éstas se mostrarán en distintas páginas. Ahora bien, para que cualquier publicación se muestre debemos hacer clic en compartir, cabe resaltar que también podemos publicar enlaces de distintas publicaciones de blogs o páginas webs; por lo tanto, cuando vamos a insertar un enlace, debemos copiar la URL en el espacio que se indica y hacer clic en el botón adjuntar.

Otra actividad que se puede realizar es utilizar el espacio de texto del editor para agregar nuestras ideas sobre el tema o alguna parte de la publicación que queramos resaltar. Al mismo tiempo se pueden crear diversos álbumes manifestando nombres, lugares, compartir con amigos y manifestar experiencias puesto que los usuarios asocian sus fotos o álbumes a situaciones del estado anímico; particularmente Piscitelli A. (2010) menciona algunos ejemplos "«mira dónde estuve», «mira lo que hago», «mira con quién estoy », «mira quién soy»."³⁹ Esto con el propósito de iniciar a moldear su popularidad y lograr obtener el mayor número de likes posibles, Más aún, las fotos

³⁹ Piscitelli A. et all. (2010). *El proyecto Facebook y las pos universidades. Sistemas operativos sociales y entornos abiertos de aprendizaje*. España: Ariel. Pág. 115.

pueden ser etiquetadas, en otras palabras colocar un link o un enlace directamente a su perfil manifestando que la persona aparece en una foto. Por lo tanto, si etiquetas a un amigo en alguna actualización de estado, se le notifica de la misma otorgándole la decisión de comentar la etiqueta, eliminarla o bien omitirla.

3.6 Pertenencia de un grupo

Los grupos son espacios exclusivos donde se puede compartir actualizaciones de distinta índole, ya que son creados por usuarios que desean reunir a personas alrededor de un tema en común, enviando mensajes directamente a la bandeja de entrada de todos los usuarios que sean miembros; es indispensable seleccionar una de las tres opciones de privacidad disponibles para cada grupo que se crea.

Vale la pena decir que en los grupos se pueden añadir fotos, vídeos, mensajes, y más; García F.F. (2010) menciona que “los grupos mantienen como normativa la prohibición de éstos con temáticas discriminatorias o que inciten al odio y falten al respeto o la honra de las personas.”⁴⁰ Es decir, que se debe defender a cualquier costo los derechos humanos, ya que es un espacio público, donde navegan todo tipo de personas, con el propósito de poder expresarse libremente y con la facilidad de encontrar algo significativo para ellos que les sirva de ayuda motivacional. Por otra parte, se destaca que existen diversos grupos en Facebook que conforman comunidades en sí mismas, como lo son de pertenencia, ocio, debate y causas. Piscitelli, A. et, all (2010) nos da a conocer:

las características generales de los grupos las cuales están dadas por la calidad de sus miembros (creador, administrador moderador, coordinador, miembro normal, fan), el tipo de grupo (privado con invitación o abierto), su información básica (razón de ser, metas y objetivos), su información de contacto

⁴⁰ García F. F. (2010). *Óp. Cít.* Pág. 32

(e-mail y sitio web), la temática, los múltiples contenidos del grupo (noticias, comentarios, foros de debate, conversaciones en el muro, fotos o videos, links o eventos) y la cantidad de miembros.⁴¹

En otras palabras, el grupo debe determinar su objetivo, pues los miembros de este se deben sentir acogidos y parte de él, para que libremente con toda confianza publiquen o comenten sus puntos de vista, además de lograr integrar una identidad para cada grupo que lo determinen como único.

Del mismo modo Pérez M. A. M. (2014) estipula que:

A diferencia de un perfil, en un grupo se suman personas de diversas partes y que pueden o no conocerse, el grupo se convierte en un espacio de encuentro o contienen ciertos elementos como son: logo, información básica y de contactos, miembros, foro de debate, muro, fotos, elementos publicados, videos y eventos.⁴²

Es decir, personalizar el espacio para que sea llamativo y diversas personas quieran formar parte de él, logrando cristalizar parte de su Self sintiéndose pertenecientes al grupo. Por otro lado, la existencia de «amigos», son el componente lúdico de esta red social, es decir, factores que limitan la colaboración o la producción entre contenidos sobre un determinado tema. Por lo tanto, los grupos en Facebook funcionan como información agregada al perfil personal, o espacios de pertenencia, esto a partir de los deseos e intereses de cada persona al ser miembro del grupo.

Mientras tanto el ser parte de un grupo tiene ventajas como desventajas.

⁴¹ Piscitelli A. et.al. (2010). Óp. Cít. Pág. 66

⁴² Pérez M. A M. (2014) *Redes sociales en internet: Facebook como objeto de la actividad narcisista en un grupo de adolescentes*. Universidad Nacional Autónoma de México: facultad de Psicología

Dentro de las ventajas se encuentran

1. Los grupos permiten segmentar por intereses y demográficamente los usuarios de Facebook.
2. Generación de viralidad: Toda la actividad del grupo se muestra en los feeds del perfil (muro, fotos subidas, videos).
3. Enviar mensajes a todos los miembros del grupo al mismo tiempo.
4. Se puede crear tres tipos de grupos: Abierto (cualquier persona puede entrar), Cerrado (administrador decide quién puede entrar), Secreto (solo conocen el grupo los miembros e invitados)

Por contraste existen tres inconvenientes principales:

1. La comunicación con los usuarios está limitada a 5.000 personas.
2. Escasa personalización y no se puede añadir aplicaciones.
3. Resultado complicado al eliminar el grupo, aunque se pueden migrar los usuarios a otra página.

3.7 Diversidad de páginas

Es preciso resaltar que una página, es considerada un documento de internet que puede contener textos, gráficos, sonidos, o animaciones generalmente escritas en formato HTML y permite mantener vínculos con otros documentos mediante enlaces; dichas páginas se crean para promocionar productos, negocios, organizaciones, marcas, instituciones, figuras públicas o sitios web, ayudándolos así a compartir su historia y conectar con el público. Por lo cual, si te gusta una página y quieres estar al tanto de sus actualizaciones o su actividad, solo es necesario hacer clic en el botón me gusta.

Por lo que, hay que hacer notar que las páginas solamente deben ser creadas y administradas por representantes oficiales ya que es necesario que sean verídicas u

objetivas, pues están representando a figuras públicas y un mal manejo de información puede ser causa de encarcelamiento por falsos testimonios; asimismo se debe responsabilizar de las diversas actividades llevadas a cabo por el administrador de la página como lo son:

1. Administrar roles y la configuración de la página
2. Editar la página y agregar aplicaciones
3. Crear y eliminar publicaciones en nombre de la página
4. Enviar mensajes en nombre de la página
5. Responder y eliminar comentarios y publicaciones de la página
6. Eliminar personas y prohibir su acceso a la página
7. Crear anuncios
8. Ver estadísticas
9. Ver quién publicó en nombre de la página

Asimismo, Facebook es considerado como un sistema complejo, integrado por diversos servicios, destacando más de 500 mil aplicaciones activas que abarcan una amplia gama de temas y gustos, que van desde el horóscopo, la galleta de la fortuna, la guerra de pandillas, los envíos de regalos, los imperios de bonsáis y el calendario social; convirtiéndose en un fenómeno popular entre los usuarios de la red; en especial los juegos sociales. Tomando en cuenta que estas obtienen información de tu perfil y la muestran a otros usuarios que no necesariamente pertenecen a tu lista de amigos.

Al respecto, es importante mencionar que Ferri F. (2010) establece que: las aplicaciones más conocidas y usadas son en primer lugar Farmville (permite crear y administrar una granja virtual), seguida por Café World, Birthday Cards (posibilita tener un calendario de cumpleaños y enviar regalos virtuales), y Social Interview (permite responder preguntas de sus amigos).⁴³

⁴³ Ferri F. (2010) *manual del usuario Facebook*. Recuperado el 21 de diciembre de 2015 desde <http://desarrollo.psuv.org.ve/files/2010/07/manual-del-usuario-facebook.pdf>

Por lo que, equivale decir que estas aplicaciones moldean la cultura en diversas formas, específicamente la de percibir y decir las cosas, ya que buscan placer o entretenimiento de forma virtual, dejando a un lado la interacción, olvidando que el ser humano es un ser social por naturaleza.

3.8 Estado emocional del usuario

Es indispensable recordar que una vez que se ha escrito un comentario o adjuntado un enlace, foto o vídeo, sólo se tiene que hacer clic en compartir para que el nuevo ítem aparezca en el muro en cuestión de segundos, para ello se debe tener cuidado cuando se publica algo, especialmente si se expresan ideas o sentimientos personales, pues hay que tomar en cuenta que en la actualidad una página de Facebook refleja que tipo de persona es quien la mantiene activa. Dicho de otra manera cuando los adolescentes se relacionan en este tipo de plataforma suelen expresar emociones y proporcionar información, propia o de otras personas, en diversos formatos (texto, audio o vídeo), sin ninguna precaución; ya que la interacción entre emisor y receptor se realiza a través de una computadora ocasionando que desaparezcan las barreras que resguardan la intimidad, tanto física como emocional de la persona. Por ejemplo, cuando los chicos escriben declaraciones de atracción física hacia otra persona o cuando postean fotografías donde reflejan seguridad, perseverancia, actitud positiva; cuando en realidad solo buscan impactar a sus amigos ya que no son conscientes de sus publicaciones, quedando en entredicho y con riesgo de obtener comentarios desagradables para la misma persona, pues hay que tener en cuenta que, todo lo que se escribe o se muestra en Internet pasa a ser de dominio público.

Hay que hacer notar que existe una diferencia entre privacidad e intimidad, las cuales García F. F. (2010) define de la siguiente manera, a la primera como “el ámbito de la vida privada que se tiene derecho a proteger de cualquier intromisión y la segunda la

designa como zona espiritual íntima o reservada de una persona o de un grupo, especialmente de una familia.”⁴⁴ Por lo tanto, cuando hablamos de privacidad hacemos referencia a la información personal del sujeto como su número de teléfono, su domicilio, su estado civil, el colegio en el que estudia o la empresa en la que trabaja; mientras que la intimidad se refiere a sus gustos, sentimientos, espiritualidad, ideología política o el mismo cuerpo de la persona; es decir, todo aquello que solo deben conocer las personas más próximas y que estén unidas por lazos familiares o afectivos muy fuertes. Razón por la cual el estado que se coloca en Facebook cotidianamente, debe ser publicado conscientemente, ya que nos permite divulgar lo que se piensa, se hace, se siente, como y donde nos encontramos, no obstante se debe considerar que esta plataforma nos permite expresar un estado de ánimo con emoticón o caritas correspondientes a cada situación, además de tener las opciones de publicar qué se está comiendo, bebiendo, leyendo, escuchado o viendo en ese preciso instante, con pequeñas imágenes representativas.

Otro aspecto de relevancia es que las actualizaciones del estado de Facebook revelan mucho más que gustos o actividades al azar que realizan los chicos, ya que a partir de las Selfies, estados, comentarios, imágenes, y canciones se puede llegar a conocer las características de la personalidad del usuario. Incluso un estudio de la Universidad Inglesa de Brunel concluye que los usuarios suelen poner updates en su estado, que van acorde con su personalidad y los clasifico según sus actualizaciones:

1. Neuróticos: Suelen buscar validación de sus acciones mediante personas a las que solo acceden online. Cuando más likes y comentarios reciben, suelen experimentar los beneficios de la inclusión social, mientras aquellos que no tienen respuestas se sienten excluidos.

⁴⁴ García F. F (2010) óp. Cít. Pág. 54

2. Extrovertidos: Sacan ventaja de la red social para generar compromisos, citas, y crear un estatus acerca de su agitada vida social. A diferencia de los neuróticos, estos no se basan en tener más likes, sino por la posibilidad de interactuar con otros.
3. Narcisistas: Postean generalmente sobre las dietas que siguen y el ejercicio que realizan, para compartir sus resultados mediante una Selfie o un texto, permitiendo así mostrar sus logros, ya que buscan atención y validación, ya que miden a través de la cantidad de "me gusta" un valor significativo a su forma de actuar.
4. Curiosos, abiertos y creativos: Ellos suelen publicar sobre sus creencias políticas o temas intelectuales, interesándose por generar una red para compartir información; se caracterizan por postear situaciones impersonales, como eventos o investigaciones y no temas de la vida privada.
5. Meticulosos: No les gusta compartir demasiadas cosas, ni personales ni generales, ya que son muy conscientes del efecto que producen al subir información, lo que piensan o la reacción que pueden tener en otros, por lo que entonces cuidan su privacidad, es decir, que cuando postean, lo hacen acerca de su familia, pero siempre para saludar por algún cumpleaños, o felicitar a sus hijos por sus avances o al culminar alguna etapa educativa.
6. Con baja autoestima: Estas personas publican estados que giran alrededor de sus parejas o romances, buscando de esta forma apaciguar sus inseguridades y demostrar a otros que su vida afectiva está en buen camino, recibiendo una menor cantidad de likes.

En otros términos es importante entender las razones que llevan a una persona a escribir sobre ciertas situaciones en Facebook, en tanto que la respuesta que reciban sea gratificante o molesta, además hay que recordar que dicha plataforma se está

convirtiéndose en un requisito de inspección para poder obtener un empleo, pues en ella se pueden encontrar aspectos de responsabilidad, tolerancia, frustración, respeto, compañerismo entre otras características que cada empresa restringe para sus empleados.

CAPÍTULO IV
EFFECTOS DEL
FACEBOOK EN
ADOLESCENTES CON
BAJA AUTOESTIMA

CAPÍTULO IV EFECTOS DEL FACEBOOK EN ADOLESCENTES CON BAJA AUTOESTIMA

4. Definición de efectos emocionales

Habitualmente se entiende por emoción una experiencia multidimensional con al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo. Este planteamiento coincide con el modelo tridimensional de la ansiedad propuesto por Lang (1968), él dice que para entender la emoción es conveniente atender estas tres dimensiones por las que se manifiesta, teniendo en cuenta que, al igual que en el caso de la ansiedad, suele aparecer desincronía entre los tres sistemas de respuesta. Además, cada una de ellas, puede adquirir especial relevancia en una emoción en concreto, en una persona en particular o ante una situación determinada. Por lo que, cualquier proceso psicológico conlleva a una experiencia emocional de mayor o menor intensidad y de diferente cualidad. Incluso podemos convenir que la reacción emocional (de diversa cualidad y magnitud), es algo omnipresente a todo proceso psicológico, por ello la emoción no es un fenómeno simple, sino que varios factores intervienen en él. Al respecto, según Izard declaró que una definición completa de emoción debe tener en cuenta:

El sentimiento consciente de la emoción, los procesos que ocurren en el sistema nervioso y en el cerebro, además de los modelos expresivos observables de la misma. Es decir, que las emociones se experimentan a veces cuando algo inesperado sucede y los efectos emocionales empiezan a tener el control en esos momentos.⁴⁵

⁴⁵ Piqueras R. J. A., Ramos L.V. et al. *Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física*. 13 de Diciembre del 2015, desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>. Pág. 87

Por otra parte, Scheler dice que la emoción, puede describirse como la interfaz del organismo con el mundo exterior, señalando que existen tres funciones principales de las emociones, las cuales son:

- a) Reflejan la evaluación de la importancia de un estímulo en particular en términos de las necesidades del organismo, preferencias o intenciones.
- b) Preparan fisiológica y físicamente al organismo para la acción apropiada.
- c) Comunican el estado del organismo y sus intenciones de comportamiento a otros organismos que le rodean.⁴⁶

En otras palabras, una de las funciones más importantes de la emoción es la de preparar al organismo para que ejecute de manera eficaz la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizand o la energía necesaria para ello, así como dirigiendo la conducta (acercando o alejando), hacia un objetivo determinado. Por lo que, hay que hacer notar las funciones principales de las emociones considerando el lenguaje funcional que identifica a cada una de estas reacciones, con la función adaptativa que le corresponde. De esta manera es más fácil operativizar este proceso y poder aplicar convenientemente el método experimental para la investigación en la emoción. Asimismo, esto explica la correspondencia entre la emoción y su función, misma que se refleja en el siguiente cuadro:

Tabla 1: “Funciones de las emociones (tomado de Plutchik, 1980)

Lenguaje subjetivo	Lenguaje funcional
Miedo	Protección
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación

⁴⁶ Ibíd. Pág. 89.

Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración

La relevancia de dichas emociones como mecanismo adaptativo ya fue puesta de manifiesto por Darwin, quien argumentó que “la emoción sirve para facilitar la conducta apropiada, lo cual le confiere un papel de extraordinaria relevancia en la adaptación.”⁴⁷ No obstante, las emociones son uno de los procesos menos sometidos al principio de selección natural, estando gobernados por los principios, los cuales son: el de hábitos útiles asociados y la acción directa del sistema nervioso.

Hay que hacer notar que emoción y estado de ánimo son conceptos diferentes: mientras las emociones surgen repentinamente en respuesta a un determinado estímulo y duran unos segundos o minutos; los estados de ánimo son más ambiguos en su naturaleza, perdurando durante horas o días. Las primeras pueden ser consideradas más claramente como algo cambiante y los segundos son más estables. Aunque el principio de una emoción puede ser fácilmente distinguible de un estado de ánimo, es imposible definir cuando una emoción se convierte en un estado de ánimo; posiblemente por esta razón, el concepto de emoción es usado como un término general que incluye al de estado de ánimo.

Más allá de ellos, está el rasgo a largo plazo de la personalidad, que puede definirse como el tono emocional característico de una persona a lo largo del tiempo. Dichos términos son utilizados para describir las emociones y sus efectos los cuales son difusos y no están claramente definidos. Esto se atribuye a la dificultad para expresar con palabras los conceptos abstractos de los sentimientos, ya que no pueden ser cuantificados. Por ello, para describir las características de las emociones se utilizan

⁴⁷ Chóliz. M. Mariano (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. 8 de Diciembre del 2015 desde www.uv.es/=cholz. Pág.5.

palabras, que en su conjunto son emotivas; siendo seleccionadas la mayoría de ellas por elección personal en vez de comunicar un significado estándar.

4.1 Tipos de efectos emocionales

Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno, es decir que un mismo objeto puede generar distintas emociones en las personas. Lo que significa que, las emociones básicas son las que tienen una expresión facial concreta y con carácter universal. Según Lazarus (1991), nos dice que estas se pueden clasificar del modo siguiente:

- Negativas: Miedo, ira, ansiedad, asco, tristeza u hostilidad.
- Positivas: Felicidad, humor y amor.
- Ambiguas: La sorpresa es la emoción más característica.⁴⁸

Asimismo, existe una clasificación de las emociones:

Emociones negativas: Las cuales se definen como el resultado de una evolución desfavorable respecto a los propios objetivos. Se refieren a diversas formas de amenaza, frustración o retraso de un objetivo o conflicto entre los objetivos. Incluyen miedo, ira, ansiedad o tristeza. Estas se experimentan ante acontecimientos que son valorados como una amenaza, pérdida, o una meta que ha sido bloqueada, dificultades que surgen en la vida, dichas emociones requieren energías y movilización para afrontar la situación de manera más o menos urgente.

Así pues, el miedo es una emoción negativa, ya que implica sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañina y la puesta en movilización de varios recursos para su afrontamiento. Por lo que respecta a la ansiedad es un estado de agitación, inquietud, similar al miedo, pero que carece de un estímulo que lo desencadene. Por su parte, en el caso de la ira es una reacción de furia o cólera que

⁴⁸ Bisqueria. A. Rafael. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis. Pág. 73.

es provocada por la indignación y la vulnerabilidad de nuestros derechos, ya que es una respuesta emocional primaria, la cual se presenta en un organismo que ve bloqueado la consecución de una meta o la satisfacción de una necesidad. Siendo esta, un sentimiento displacentero que genera un impulso a actuar para eliminar o dañar al causante de ese malestar; junto con el miedo son las dos emociones más intensas, pero hay que recordar que la ira, es peligrosa, ya que su propósito es destruir y en situaciones extremas puede llegar a generar reacciones de odio y violencia (verbal y física). Por su parte la tristeza, se produce como respuesta a un acontecimiento que es considerado como displacentero y se manifiesta como pesadumbre o melancolía. El displacer causado por la tristeza es efecto de la pérdida de un deseo apremiante, que se sabe que no es posible satisfacer, aunque no siempre es así; ya que la tristeza es más un estado de ánimo que una emoción.

Emociones positivas: Son el resultado de una evaluación favorable respecto al logro de objetivos o acercarse a ellos, Incluyen alegría, amor o felicidad; estas se experimentan ante acontecimientos que son valorados como un progreso hacia los objetos personales, estos objetivos son básicamente, asegurar la supervivencia y progresar hacia el bienestar.

Asimismo, la felicidad es un estado de ánimo que se encuentra en la posesión de algún bien, es decir, que es como se evalúa la vida o los aspectos más significativos de la misma, no es algo fugaz como el placer, ya que es relativamente estable en el tiempo. Aunque el mantenimiento en el tiempo no es una de las características principales de las emociones positivas. Misma que facilita la empatía y conduce a la manifestación de conductas altruistas, favorece el rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, entre otras. Los desencadenantes de la felicidad son los logros de las metas que se pretenden, también se produce en la congruencia entre lo que se desea y lo que se posee. Por su parte, el amor es la manifestación de afecto que sentimos por otra persona, animal, cosa o idea, en él se distinguen dos tipos; el apasionado, en algunas ocasiones llamado amor obsesivo o enamoramiento y el amor de compañero,

también llamado amor verdadero, o amor conyugal. Otra emoción positiva es el humor definido como la disposición que uno manifiesta para hacer algunas cosas. Al respecto, los estímulos se perciben como divertidos e incluye respuestas abiertas como: sonrisas, risas o carcajadas.

Emociones ambiguas: Estas no producen reacciones ni agradables ni desagradables; pueden ser negativas o positivas según la circunstancia. Su finalidad es facilitar la aparición de posteriores estados emocionales.

Así también la sorpresa es una reacción que se manifiesta ante algo imprevisto o extraño; la atención y la memoria de trabajo se centran en el procesamiento de la estimulación responsable de la reacción. Siendo esta la más breve de las emociones, aparece y desaparece con la misma rapidez, aunque suele convertirse rápidamente en otra emoción que sea congruente con el estímulo que la desencadena y ocurre ante estímulos novedosos e inesperados.

Hay que destacar que Isen (2001) demostró que “las emociones positivas en la persona mejoran la solución de problemas y la toma de decisiones, conduciendo a procesamiento cognitivo flexible, innovador y eficiente.”⁴⁹ Por su parte, Leith y Baumeister (1996) sugirieron que “las personas con emociones negativas toman riesgos por dificultades en la autorregulación.”⁵⁰ Por ello frecuentemente se han considerado a las emociones como reacciones primitivas, irracionales, fuera del control de la persona y separadas de procesos cognitivos superiores lógicos. Así pues, se expresa la existencia de diferentes grados de reacciones emocionales que van desde respuestas filogenéticas que se disparan de modo automático fuera del foco de la conciencia, hasta respuestas emocionales aprendidas que el sujeto puede manejar. Para ello la experiencia emocional ha conducido a la presentación de modelos, según Russell (1989) “el circunplejo de la emoción es representada por palabras

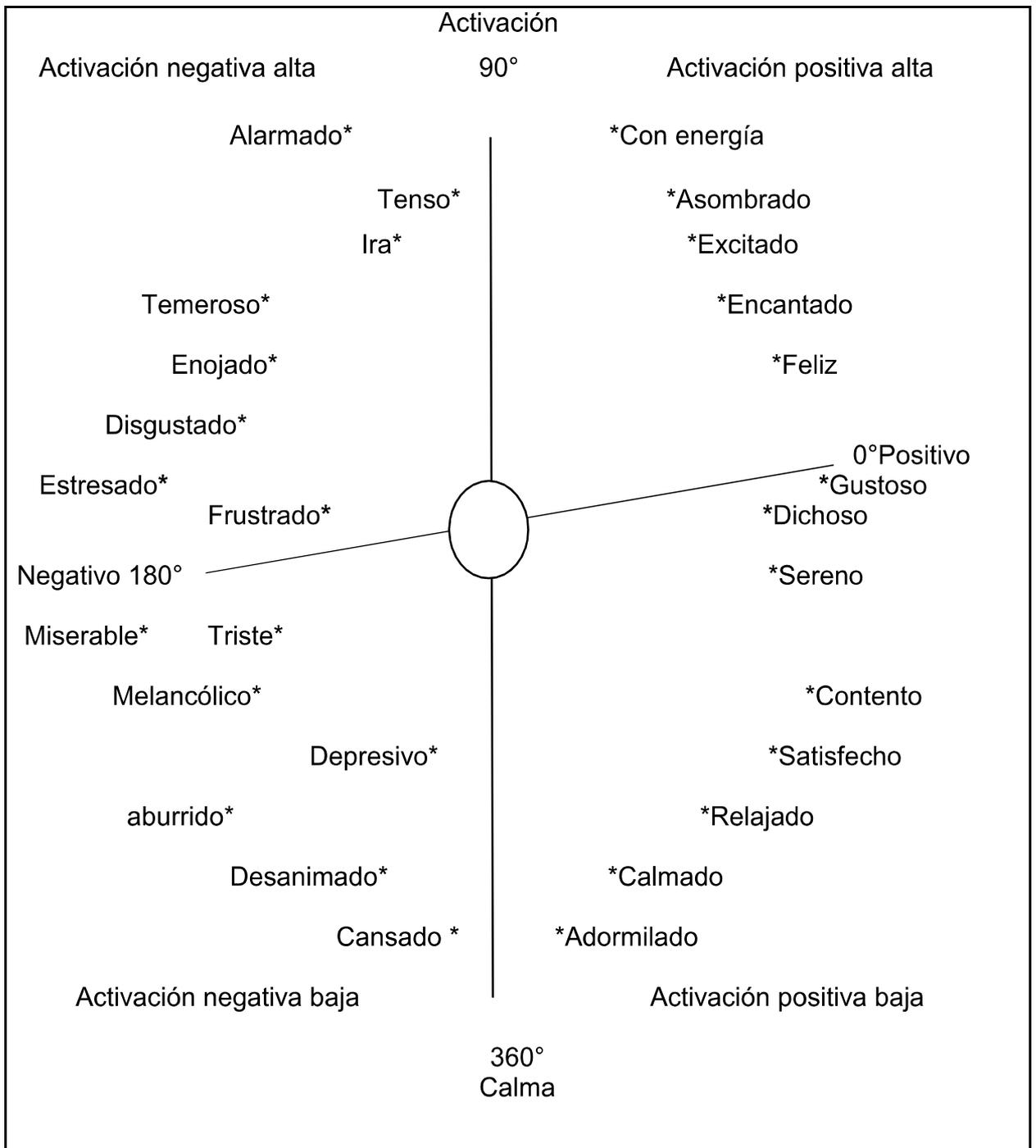
⁴⁹ García.C.H.et al. (2008). *Conceptos de psicología*. México: Trillas.Pág.161.

⁵⁰ Ídem.

emocionales y el examen de las emociones en sí mismas.”⁵¹ En él, las emociones son ubicadas, dentro del espacio del círculo en donde se realiza una categorización de dichas palabras emocionales, para determinar la estructura emocional de las personas se fundamenta en las palabras que sirven de guía para el reconocimiento, participación y control social de estas. Estas tienen significados llamados sentimientos o connotaciones que integran las actitudes culturales básicas, el conocimiento cultural es usado para recordar, ensayar y modular la emocionalidad verbal en las interacciones.

⁵¹ *Ibíd.*, 152.

A continuación, se muestra la categorización emocional del sujeto.



(Fuente: García C. H et. al. 2008)

Lo que significa que el procedimiento de escalamiento multidimensional permite relacionar las emociones en el espacio de circunplejo de la emoción y detectar la correlación entre ellas. Las emociones en un ángulo de 90° muestran correlaciones pequeñas y las de posiciones opuestas tienen una correlación inversa, la valencia positiva y negativa, al igual que la activación excitación-calma de la emoción, son variables independientes en las dimensiones octagonales.

4.1.1 Agresividad

Es un estado emocional que consiste en sentimientos de odio y deseos de dañar a otra persona u objeto. Por lo que, la agresión es cualquier forma de conducta que pretende herir física o psicológicamente a alguien. Visto de otro modo, es un factor de comportamiento puesto en acción ante determinados estados que permiten responder a necesidades vitales, ya que protegen la supervivencia de la persona y de la especie, sin que sea necesaria la destrucción del adversario.

La conducta agresiva es un comportamiento básico y primario en la actividad de los seres vivos, que está presente en la totalidad del reino animal. Se trata de un fenómeno multidimensional, en el que están implicados un gran número de factores, de carácter polimorfo, que puede manifestarse en cada uno de los niveles que integran al individuo: físico, emocional, cognitivo y social. El concepto de agresión se ha empleado históricamente en contextos muy diferentes, por un lado, es aplicado en el comportamiento animal y en los humanos. Este término procede del latín “agredí” el cual tiene una connotación de “ir contra alguien con la intención de producirle daño”, lo que hace referencia a un acto efectivo.

Con respecto a lo anterior Moyer (2006) lo define como “cualquier conducta que está dirigida por un organismo hacia un blanco, y que resulte en daño.”⁵²

⁵² Renfrew. W. John. (2006). Agresión naturaleza y control. Madrid: Síntesis. Pág. 24.

Asimismo, cabe mencionar que existen tres elementos que pueden señalarse en la agresión:

- a) Su carácter intencional, en busca de una meta concreta de muy diversa índole, en función de la cual se pueden clasificar los distintos tipos de agresión.
- b) Las consecuencias aversivas o negativas que conlleva, sobre objetos u otras personas, incluido uno mismo.
- c) Su variedad expresiva, pudiendo manifestarse de múltiples maneras, las de índole física y verbal. También en función de su expresión se ha establecido una tipología de la agresión.

Existen diversos términos interrelacionados que se han empleado habitualmente como equivalentes del concepto de “agresión”, fundamentalmente por su solapamiento conceptual, como son: agresividad, ira u hostilidad. Sin embargo, estos términos presentan diferencias.

Agresión vs Ira-Hostilidad

Los términos agresión, ira u hostilidad se han empleado de manera frecuente debido a la ambigüedad de sus definiciones y a la similitud entre los mismos.

En primer lugar, la ira constituye un “estado emocional” consiste en sentimientos que varían en intensidad, desde una ligera irritación o enfado, hasta furia y rabia intensa, las cuales surgen ante acontecimientos desagradables y no están dirigidos a una meta. En segundo lugar, la hostilidad connota un conjunto de “actitudes” negativas complejas, que motivan, en última instancia, conductas agresivas dirigidas a un propósito, el cual es normalmente la destrucción o el daño físico de objetos o personas. Se trata, por tanto, de un componente cognitivo y evaluativo, que se refleja en un juicio desfavorable o negativo del otro, sobre el que se muestra desprecio o disgusto. A diferencia de la ira, que representa el componente emocional, y la hostilidad, se refiere al elemento actitudinal-cognitivo.

Por lo que hay que tener en cuenta que la agresión no suele aparecer como una entidad única, sino por el contrario, como un constructo múltiple en el que pueden encontrarse distintos tipos de comportamientos agresivos. Según Liu (2004), esto se debe a “su propia naturaleza multidimensional, para lo cual diferentes procesos fisiológicos y mentales se combinan para crear distintas formas de agresión.”⁵³

Por lo tanto, a continuación, se muestra la clasificación de las conductas agresivas.

TABLA 2. Clasificaciones de las conductas agresivas

Criterio de clasificación	Tipología	Descripción
Naturaleza	Agresión Física	Ataca a un organismo mediante armas o elementos corporales, con conductas motoras y acciones físicas, el cual implica daños corporales.
	Agresión Verbal	Respuesta oral que resulta nociva para el otro, a través de insultos o comentarios de amenaza o rechazo.
	Agresión Social	Acción dirigida a dañar la autoestima de los otros, su estatus social o ambos, a través de expresiones faciales, desdén, rumores sobre otros o la manipulación de las relaciones interpersonales.
Relación interpersonal	Agresión Directa o abierta	Confrontación abierta entre el agresor y la víctima, mediante ataques físicos, rechazo, amenazas verbales, destrucción de la propiedad y comportamiento auto-lesivo.
	Agresión Indirecta o Relacional	Conductas que hieren a los otros indirectamente, a través de la manipulación de las relaciones con los iguales: control directo, dispersión de rumores, mantenimiento de secretos, silencio, avergonzar en un ambiente social, alienación social, rechazo por parte del grupo u exclusión social.

⁵³ Carrasco M. A. y González M. J. (2006). Acción psicológica. Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Vol. 4, N° 2, 7-38. Pág. 10-12.

Motivación	Agresión Hostil	Acción intencional encaminada a causar un impacto negativo sobre otro, por el mero hecho de dañarle, sin la expectativa de obtener ningún beneficio material.
	Agresión Instrumental	Acción intencional de dañar por la que el agresor obtiene un objetivo: ventaja o recompensa, social o material, no relacionada con el malestar de la víctima.
	Agresión Emocional	Agresión de naturaleza fundamentalmente emocional generada no por un estresor externo, sino por el afecto negativo que dicho estresor activa, produciendo ira y tendencias agresivas

(Fuente: Carrasco M. A. y Gonzales M.J 2006)

4.1.1.1 Frustración vs comportamiento aprendido

La frustración es una sensación de desagrado debido a un bloqueo u obstáculo en la obtención de deseos, metas o necesidades. En general, produce un desequilibrio y perturbación que lleva a paralizar la acción o bien a impulsarla. Así, el sentido de la acción impulsada desde la frustración puede encaminarse a la superación del obstáculo en sentido positivo (aportando mayor esfuerzo o generando nuevas estrategias.), o negativo (agresión u abandono de la tarea). Para el adolescente existen múltiples causas de frustración como son: carencia afectiva, restricciones en la acción, rivalidad entre hermanos mayores o las exigencias escolares. Asimismo, los individuos que más se adaptan a la frustración han sido educados en ambientes de comunicación y de autonomía, mientras que los menos adaptables provienen de ambientes conflictivos y ambivalentes.

Para ello Bandura (1973) plantea que la frustración:

No genera una pulsión agresiva que necesite descargarse mediante conductas dañinas o lesivas, sino que crea un estado general de activación emocional a partir del cual se pueden producir una serie de conductas (dependencia, logro, agresión, resignación, somatización o soluciones constructivas), dependiendo de los tipos y la eficacia de las respuestas que la persona haya aprendido para manejar el estrés.⁵⁴

Por lo cual, se considera que la reacción del individuo depende de las experiencias y aprendizajes que ha recibido durante su vida. Por lo que, la agresión es definida como “la conducta que produce daños a la persona y la destrucción de la propiedad pudiendo adoptar el daño tanto formas psicológicas (devaluación y degradación) como daño físico.”⁵⁵ Ahora bien, en la valoración de este daño intervienen procesos de clasificación social, que determinan su significado agresivo o no y a través de juicios subjetivos se decide si fue intencional o accidental. Además, hay factores que influyen en dicha valoración: el sexo, la edad, el nivel socioeconómico e influencia de los valores, ahora bien, la agresión debe ser considerada como una de las múltiples respuestas que se pueden dar, no sólo frente a una frustración, sino ante cualquier situación conflictiva generada en determinado entorno sociocultural. Por ello es que los jóvenes actualmente tienen menos tolerancia a la frustración debido a una serie de situaciones o factores que en la actualidad se reconocen como generadores de estrés en la familia, llegándose a la conclusión de que las conductas violentas, agresivas y malos tratos pueden darse con más probabilidad cuando ese nivel supera su capacidad para afrontarlo por sí mismo, ya que se llega a convertir en una conducta aprendida por parte de los hijos, debido a que con el uso de las redes sociales genera estrés por la curiosidad o intriga de saber con quién se comunican los adolescentes,

⁵⁴ Cuadra, Jesús. (2000). *La tolerancia a la frustración*. Recuperado el 17 de diciembre de 2015 de http://www.arrakis.es/~ata/ata_ar02.htm. Pág. 12

⁵⁵Ibíd., Pág. 10

el temor a ser excluidos siempre ha existido, solo que ahora las redes sociales lo exponen más. La gente siempre ha tenido la necesidad de pertenecer a un grupo y de sentirse extraños cuando se pierden de algo, estos son pequeños factores que los inducen a tener presente la frustración y por ende cuando llega el momento de experimentar ofensa o exclusión comienzan con las agresiones o bien con otro tipo de comportamiento como el aislamiento.

4.1.2 Aislamiento

Los seres humanos estamos preparados y condicionados para vivir en compañía de otros, interactuando dentro de la sociedad en un mundo de relaciones las cuales son compartidas con familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo, de estudio o grupos de intereses comunes. No obstante, a pesar de la gran variedad de alternativas que nos brinda este mundo social de relaciones en el que vivimos, es muy frecuente encontrar a personas que se sienten aislados y presentan un sentimiento de vacío, que va acompañado de tristeza por no sentirse amadas, necesitadas por alguien o bien por qué no se siente parte de los grupos sociales donde se desarrollan; por ello es que para los jóvenes es más fácil interactuar y ser parte de dichos grupos a través de la red social, debido a que no es necesario encarar a los amigos, pues basta con solo dar un like o bien compartir alguna foto, imagen o estado para comenzar a socializar. Si bien es cierto los jóvenes se ocultan de cierta forma, mediante el uso de las redes sociales comienzan a utilizar diversas máscaras donde el joven tiene la posibilidad de ser multifacético y con ello la opción de complacer a sus amistades. Ahora bien, el sentimiento de soledad no es más que una experiencia indeseada similar a la depresión o la ansiedad, donde la persona se percibe sola; bien porque su círculo de relaciones sociales es escaso o porque sostiene una relación insatisfactoria o demasiado superficial. Tal sentimiento siempre va a depender de la manera en como la persona se percibe ante su entorno social; puede también suponer la no pertenencia a un grupo donde comparte intereses y preocupaciones

Por lo que, la adolescencia se asocia de manera general a la sociabilidad, ya que en este trayecto las relaciones con los pares toman un rol principal, no es infrecuente en la actualidad la emergencia de sentimientos de soledad, de conductas de aislamiento y retraimiento. Al respecto Hojat y Rick (1989), mencionan que “el aislamiento es uno de los síntomas clínicos de nuestra sociedad contemporánea y uno de los problemas psicosociales más relevantes.”⁵⁶ Es decir, que para los adolescentes es más fácil relacionarse a través de las redes sociales, siendo estas las causantes de su aislamiento.

4.2 Acoso escolar

Hoy en día el Bullying o acoso escolar se ha esclarecido como un problema creciente en las aulas de clase, que consiste en un maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares durante un largo periodo de tiempo con el objetivo de someter o asustar a la persona.

Para Avilés y Elices (2007), se define al bullying como:

Un proceso social que ocurre dentro del grupo de iguales donde un alumno o grupo de ellos (agresor) toma por costumbre meterse con otro (víctima) iniciando intencionalmente actitudes y conductas de agresión física, acoso verbal, o ambos, y rechazo social, maltrato psicológico de manera prolongada con la finalidad de hacer daño a sus víctimas e imponerles el abuso de poder, minando así su autoestima y su estatus dentro del grupo, ante la presencia de sus compañeros, que habitualmente suelen contemplar lo que sucede sin intervenir.⁵⁷

⁵⁶ Tapia M. Lourdes, Fiorentino M. Teresa. (2003). Soledad y tendencia al aislamiento en estudiantes adolescentes. Su relación con el autoconcepto. Recuperado el 25 de noviembre del 2015 de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18400809>. Pág. 7

⁵⁷ Avilés J. M. Elices J. A. (2007). *INSEBULL. instrumentos para la evaluación del bullying*. Madrid: CEPE

En otras palabras, los alumnos son violentados con burlas, amenazas, intimidaciones, golpes, empujones, pellizcos, aislamientos, e insultos, provocando problemas sociales o personales graves y de larga duración.

Es indispensable resaltar que este tipo de conductas persisten gracias a dos factores: el primero por falta de comunicación entre padres e hijos y el segundo por ignorancia de los mismos, manteniéndose al margen de la situación.

Otro punto relevante es conocer el perfil de los involucrados en el bullying, por lo que Olweus (1993) considera que “las víctimas tienden a ser físicamente pequeñas, sensibles, cautelosas, ansiosas, inseguras y vulnerables.”⁵⁸ Dicho de otra manera, los hostigadores buscan a personas que físicamente sean obesos, usen lentes, tengan acné o alguna característica física que les indiquen a estos que sus víctimas no reaccionan, ni buscan venganza, ya que al actuar como agresor se sienten con poder, seguros y con el control total sobre ellos.

Por el contrario, Belluer, E. (2015) describe a los acosados como:

Personas solitarias, que sienten vergüenza y culpa, están aislados con muy pocos amigos ya que no son populares en los grupos, son jóvenes que suelen pasar desapercibidos, son tímidos, temerosos, nerviosos y preocupados; en cambio considera al acosador como una persona agresiva, dominante, desconfiando y sin la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, con poco control emocional y que necesita llamar la atención constantemente.⁵⁹

Es decir, las personas que son violentadas se caracterizan por no autoconocerse, ni valorarse, además de no saber poner límites, ocasionándoles, estrés emocional, angustia, intranquilidad, temor, odio; permitiendo influir de forma negativa en los

⁵⁸ Olweus, D. (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do*. Cambridge, M.A: Blackwell.

⁵⁹ Belluer, E. (2015). *Bullying o acoso escolar*. Recuperado el 27 de diciembre de 2015. Desde <http://depsicologia.com/bullying-o-acoso-escolar/>

resultados académicos, familiares, sociales e inclusive de salud, con la probabilidad de padecer depresión e inclusive llegar al suicidio.

Ahora bien, los agresores son percibidos como impulsivos, dominantes, con dificultad para seguir reglas, disminuyendo su desarrollo moral, la dificultad para esclarecer relaciones socio-emocionales sanas, ya que no saben resolver sus problemas sin la violencia, ocasionándoles mantener un rendimiento escolar bajo. Otras características de estos son la crueldad, impulsividad, inestabilidad emocional, dotes de liderazgo y principalmente diversión al humillar a sus semejantes.

De igual forma es importante conocer los tipos de acoso escolar posibles a presentarse. Belluer. E (2015) nos menciona una clasificación general de este considerando cuatro como principales:

1. Físico: Violencia a partir de patadas, puñetazos, mordiscos, empujones o agresiones con objetos.
2. Verbal: Dada a partir de insultos, menosprecios en público, resaltar defectos físicos, usar el celular para intimidar a la víctima, sacarle fotos mientras se le pega y ponerlas en Internet.
3. Psicológico: Minan la autoestima del individuo y fomentan su sensación de temor e inferioridad.
4. Social: Pretende aislar al joven del resto del grupo y compañeros.⁶⁰

Sin embargo cabe destacar que la forma más reciente de hostigamiento es el llamado bullying digital o ciberbullying, al cual García F.F (2010), lo define como “el uso de las posibilidades que ofrece la tecnología digital para que un individuo o grupo las utilice deliberadamente y de manera repetida para el acoso o amenaza hacia otro individuo o grupo mediante el envío o publicación de contenidos en cualquier formato.”⁶¹ En este aspecto, se distingue que va en aumento este tipo de acoso ya que al no estar

⁶⁰ Ídem

⁶¹ García F.F (2010) Op. Cít. Pág. 58

cara a cara el agresor reduce de forma considerable su sentimiento de culpa, pues no está consciente del daño que está causando. Algunos ejemplos de cyberbullying son: enviar mensajes vulgares, ofensivos o de amenazas, difundir acusaciones falsas, publicar información privada o embarazosa de la persona, suplantación de personalidad, de tal manera que el agresor se hace pasar por la víctima para cometer diversas fechorías cuyas consecuencias sufre el acosado.

4.3 Acoso sexual

Actualmente uno de los temas considerado socialmente como escandaloso es el acoso sexual, al cual Mackinnon (1979) define como “imposición no deseada de requerimientos sexuales en el contexto de una relación desigual de poder, este último derivado de la posibilidad de dar beneficios e imponer privaciones, existiendo una carencia de reciprocidad de quien recibe los acercamientos sexuales.”⁶² En otras palabras, el acoso sexual engloba cualquier comentario, gesto, acto o atención de carácter sexual cuyo objetivo consista en hacer daño, ofender o intimidar a otra persona, además de la difusión de rumores o cotilleos de carácter sexual sobre otras personas. Es preciso indicar que este tipo de hostigamiento se puede dar de chicos a chicas o viceversa, sin limitar las edades de práctica, aunque es bien sabido que la mayor parte del tiempo, el acoso sexual que reciben los adolescentes procede de personas de su mismo grupo de edad.

No obstante se debe considerar que las actitudes de acoso más presentadas por los adolescentes son: miradas hacia partes específicas del cuerpo, comentarios sexuales sobre el cuerpo, bromas o chistes sexuales, piropos ofensivos o gestos lascivos, besos, abrazos, insinuaciones sexuales, escribir mensajes de contenido sexual, mostrar videos o imágenes sexuales inapropiados sobre otra persona, colgar

⁶² Mackinnon, A. C. (1979). *Sexual harassment. Working women: a case of sext discrimination*. Yale University Press, New Haven.

comentarios, imágenes o videos en redes sociales, como Facebook, o enviar mensajes de texto de contenido explícito, tocar, manosear o pellizcar a otra persona de una forma deliberadamente sexual.

Por otra parte, se debe tomar en cuenta que el acoso sexual puede ser de tipo verbal (como hacer comentarios groseros sobre alguien), cibernético (utilizar aparatos tecnológicos para enviarles mensajes de texto o videos inapropiado) y físico, teniendo en cuenta que todo tipo de acoso sexual es ofensivo y las victimas experimentan estrés emocional, tristeza, vergüenza, coraje, humillación, impotencia, odio, culpa, desprecio y sobre todo desvalorización.

Otro tema de interés es la diferenciación del coqueteo con el acoso sexual, pues el primero es una forma de llamar la atención de la otra persona, siendo una respuesta a la búsqueda de interacción entre estos, considerando que pueden ser expresadas verbal o corporalmente. Ahora bien, el coqueteo entre adolescentes es normal y apropiado, pero en algunos casos resulta difícil diferenciar estos dos temas por lo cual a continuación se muestra un cuadro que pretende esclarecer la diferencia.

Coqueteo	Acoso Sexual
El coqueteo implica atención deseable.	El acoso sexual es indeseable.
El coqueteo ocurre entre ambas partes.	El acoso sexual es unilateral.
El coqueteo te hace sentir elogiada o atractiva	El acoso sexual te hace sentir denigrada o fea.
El coqueteo te hace sentir que tienes control de la situación	El acoso sexual te hace sentir sin poder alguno.
El coqueteo te hace sentir bien de ti misma.	El acoso sexual te hace sentir mal o impura.
El coqueteo es legal en la escuela.	El acoso sexual es una violación a las normas de la escuela.

(Fuente: Edgar Jesús 2011)

Por consiguiente, se debe de estar pendiente de no cruzar la línea divisoria entre coqueteo y acoso sexual la diferencia se resume en el sentir del otro y la significación

que se le otorgue. Recordando que en los adolescentes es muy frecuente, el jugar con los cuerpos, miradas, posiciones y gestos, evitando esclarecer un límite donde se manifieste la diferenciación, ya que en muchas ocasiones las reacciones químicas que manifiesta el cuerpo traicionan a la persona, incitando a comportamientos inapropiados.

4.4 Adicción

Las redes sociales han modificado el estilo de vida, la mayoría de las personas en específico los jóvenes cuentan con una cuenta activa, la cual es utilizada para comunicarse de forma rápida, efectiva e inclusive excitante para muchos. Por lo que en algunos casos este tipo de actitudes pueden terminar resultando perjudiciales ya que abusar de estas herramientas o hacer un mal uso de ellas pueden generar innumerables problemas, por ejemplo, en un inicio perder la atención o descuidar situaciones importantes hasta terminar con dependencia a internet.

Según Domínguez G. C. (2013), se considera adicto “a aquel que pese a su voluntad no le es posible despegarse fácilmente de la web, aquel que no puede controlar el impulso de seguir pegado a la computadora.”⁶³ Es decir, que es considerada una consecuencia que se produce cuando una persona estimula en demasía sus relaciones virtuales, otorgando una importancia total a la personalidad y actividad virtual, dejando fuera la realidad. Por lo tanto, se considera que la adicción surge cuando se acostumbran a proyectar solo lo positivo de ellos y que les produce gratificación y sensaciones de aceptación total; siendo así los adolescentes, el sector más propenso a caer en este tipo de adicción ya que no han aprendido a regular aún sus emociones.

⁶³ Domínguez, G.C. (2013). *Redes sociales: herramienta de socialización o factor de adicción*. (licenciada en informática. Universidad de Satacento A.C. estudios incorporados a la Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Informática. Pág. 40

Por su parte, el psicólogo social Erving Goffman citado en Malpica J.E. (2013) considera que las personalidades virtuales “son aquellas que se usan como reflejo del verdadero ser, ya que pueden idealizarse para agradar a otros.”⁶⁴ Esto explica porque los adolescentes comienzan con su obsesión por estos sitios, pues sus amigos virtuales comparten gustos, sensaciones, actitudes e intereses, identificándose con los mismos y estableciendo vínculos virtuales estables o significativos emocionalmente. Por lo que, hay que hacer notar que de la misma manera que otras adicciones, ésta los esclaviza a una computadora o al iPhone, ocasionándoles compulsión ansiosa e incontrolable, sedentarismo, cansancio, mal humor, vista cansada, dolores musculares y articulatorios, falta de concentración, alteraciones de sueño, aislamiento, depresión, estrés e inclusive llegar a convertirse en delincuentes.

Asimismo, Belluer E. (2012) lo define en base a seis criterios que presentan las personas que son víctimas de este trastorno, considerando que deben tener al menos 2 o 3 de los siguientes durante al menos 6 u 8 meses.

- 1- Tolerancia: Desesperación que presenta al no estar en el sitio, ya que pasan gran cantidad de tiempo en Facebook. Dicha conducta le debe estar afectando en su vida personal, estudios o trabajo.
- 2- Síndrome de Abstinencia: La persona experimenta gran desasosiego e inquietud sino se puede conectar a Facebook, Los síntomas más comunes son angustia, necesidad de hablar de Facebook, ansiedad por saber qué está pasando en su ausencia y alteraciones del sueño.
- 3- Reducción de actividades sociales: Las personas con este conflicto va reduciendo sus actividades ajenas a Facebook como: leer, salir con los amigos o la pareja, hacer deporte, ir al cine, entre otras.

⁶⁴ Malpica J. E. (2013). *La tecnoadicción a las redes sociales y el papel del psicólogo*. Licenciado en psicología. Universidad de Satacento A.C. estudios incorporados a la Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Informática. Pág. 47

- 4- Vida virtual: El joven prefiere estar en línea hablando con una persona que pasar tiempo con ella fuera de la red, enfocando toda su energía al internet.
- 5- Falsos amigos: Si 8 de cada 10 amigos que tienes en tu perfil son personas totalmente desconocidas, es una muestra clara de tener un trastorno de adicción a Facebook.
- 6- Usar Facebook les proporciona satisfacción: Si se abre a sesión de Facebook y se encuentra varios mensajes y solicitudes de amistad la persona experimenta gran satisfacción, por lo que cuando conocen a gente nueva, les pregunta su nombre, si tienen cuenta en Facebook y que le agreguen como amigo.⁶⁵

Por último, es indispensable comentar que esta adicción determina un problema social grave, perjudicando el desarrollo emocional y conductual de la persona a tal grado de convertirse en una obsesión el estar frente a la computadora. Situación que nos pone sobre aviso, ya que, según la Asociación Psicoanalítica Mexicana, en México el 2% de la población juvenil entre los 11 y 18 años son adictos al internet, repercutiendo directamente a la sociedad, así pues, la población considerada el futuro, se está sumergiendo en una la profundidad del aislamiento total.

⁶⁵ Belluer E. (2012). *Adicción al Facebook*. Recuperado el 27 de diciembre de 2015. Desde <http://depsicologia.com/adiccion-al-facebook/>

4.5 Efectos del Facebook en el desempeño académico

Durante la adolescencia uno de los aspectos significativos en la vida del estudiante es el desempeño académico, así como el grado de desenvolvimiento que tienen los adolescentes y los efectos colaterales que pueden presentar los usuarios del Facebook, en alguna de sus áreas de desarrollo.

4.5.1 Definición de desempeño académico

El rendimiento académico es un indicador numérico del desempeño que presentan los estudiantes de determinadas instituciones educativas en donde se evalúa el desempeño de cada estudiante en ejes de tipo cualitativo y cuantitativo conceptualiza como es el desempeño de cada alumno, las calificaciones son el producto del esfuerzo del trabajo diario de los alumnos donde el docente estima su objetividad en el rol enseñanza aprendizaje modelos educativos en la escuela son distintos. Según Mendoza, J (2006) dice que “el desempeño escolar no está basado solo en un examen teórico, sino también en el trabajo realizado en clase por el alumno, participaciones, tareas, puntualidad, asistencia y comportamiento del adolescente.”⁶⁶

Por lo que existen distintos factores que inciden en el rendimiento académico, los que más destacan son: la dificultad de algunas asignaturas, la cantidad de exámenes que pueden coincidir en una fecha, pasando por la amplia extensión de ciertos programas educativos, los cuales son motivos que pueden llevar a un alumno a mostrar un pobre rendimiento académico. Además de otras cuestiones que están directamente relacionadas al factor psicológico, como la poca motivación, el desinterés o las distracciones en clase, las cuales dificultan la comprensión de los conocimientos impartidos por el docente y terminan afectando al rendimiento académico a la hora de las evaluaciones.

⁶⁶ Mendoza, J (2006) *Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés*. México DF.: Pearson. Pág: 79.

Dentro de los factores que influyen en el desempeño académico de los adolescentes se encuentran las expectativas de la familia, los docentes y la de ellos mismos en relación a los logros obtenidos durante el aprendizaje, ya que reviste de un especial interés; debido a que pone al descubierto el efecto de un conjunto de prejuicios, actitudes o conductas que resultan beneficiosas o perjudiciales en la tarea escolar y sus resultados. Pues bien, con esto, el uso de la tecnología en el ámbito escolar ha ocasionado que los jóvenes no busquen de manera objetiva sus tareas; sino que solo se hace por cumplir y esto va asociado a que tienen más tiempo de estar activos en sus redes sociales.

4.5.2 Alto desempeño académico

Los alumnos con alto desempeño aprenden a mayor ritmo, profundidad y extensión que sus iguales; sobre todo si trabajan en temas que atraen sus intereses y si encuentran en el profesorado el apoyo adecuado. Por lo que, el alto desempeño se define como, la convicción y acciones tendientes a lograr la misión, superando las normas y los estándares fijados, así como las expectativas de los asociados, dentro de los valores establecidos, sin desperdicios y con la máxima repercusión positiva para la calidad de vida del alumno. Al alcanzar un alto desempeño, se propicia la competitividad de los alumnos, así como de la persona.

Asimismo, su estilo de aprendizaje puede caracterizarse de independiente, persistente, motivado, crítico, auto-controlado, concentrado en la tarea y creativo. Ellos desde pequeños presentan una serie de características que les singulariza y que sorprenden al adulto porque son precoces e infrecuentes en los jóvenes de su edad. Cabe mencionar que sorprender académicamente, no significa que pasen a ser comprendidos y apoyados ya que, profesores, compañeros, padres o hermanos pueden ver con impaciencia, antipatía y hasta rechazo los razonamientos, preguntas, observaciones o dudas que de modo natural plantean los chicos de alta capacidad.

Sin embargo, en varias ocasiones este rendimiento se modifica algunas veces debido a la influencia de los amigos o a la relación con sus compañeros y padres.

4.5.3 Bajo rendimiento académico

Hoy en día la educación impartida en las instituciones debería ser evaluada a partir de la habilidad, aptitud, capacidad, asimilación y sobre todo la labor que los adolescentes manifiestan dentro y fuera del salón de clases; ya que estas son la base para la resolución de problemas y planeación de vida. Por lo cual, es indispensable que cada individuo aprenda a ser responsable de su propio conocimiento o aprendizaje, esto es, que cada alumno seleccione lo que cree conveniente aprender y practicar; puesto que si no se logra un desempeño alto los jóvenes se ven afectados gradualmente, por ejemplo: en su autoestima, habilidades sociales, iniciativa, metas, y su vida futura.

Por otra parte, Maclure y Davies (1994), en sus estudios sobre capacidad cognitiva en estudiantes, postulan que:

El desempeño retrasado (escolar) es sólo la capacidad cognitiva manifiesta del alumno en un momento dado, no es una etiqueta para cualquier característica supuestamente estable o inmutable del potencial definitivo del individuo; ya que el funcionamiento cognitivo deficiente no está ligado a la cultura ni limitado al aula⁶⁷.

Es decir que el alumno al pasar por la adolescencia se encuentra por un boomeran de cambios familiares, sociales, físicos, hormonales, cognitivos, neurológicos, emocionales y sentimentales los cuales intervienen en la capacidad para obtener soluciones precisas a diversas dificultades, sin embargo, el fallar en alguna situación, no quiere decir que sea incapaz; por el contrario, refleja un cambio, un logro, una

⁶⁷ Maclure, S.; Davies, P. (1994). *Aprender a pensar, pensar en aprender*. Barcelona: Gedisa

experiencia que en un futuro le sirve para la solución de otro conflicto. Por lo cual, el secreto del desempeño es aprender; tomar las cosas positivas del error para rectificarlo y emplearlo de manera exitosa en otra actividad. Por ejemplo, cuando te equivocas al resolver una ecuación; al rectificarla, percibes el error, e intentas prestar mayor atención para evitar fallar nuevamente y así aprender. Para esto es indispensable que se identifique la situación en que se encuentra el estudiante y la limitación que tiene para dar solución a sus problemas.

Por lo cual Durón y Oropeza (1999) mencionan que hay cuatro factores principales que influyen en el aprovechamiento académico de los estudiantes, los cuales son:

- Factores fisiológicos. Se sabe que afectan, aunque es difícil precisar en qué medida lo hace cada uno de ellos, ya que por lo general están interactuando con otro tipo de factores. Entre los que se incluyen: cambios hormonales por modificaciones endocrinológicas, padecer deficiencias en los órganos de los sentidos, desnutrición y problemas de peso y salud.
- Factores pedagógicos. Son aquellos aspectos que se relacionan con la calidad de la enseñanza. Entre ellos están el número de alumnos por maestro, los métodos y materiales didácticos utilizados, la motivación de los estudiantes y el tiempo dedicado por los profesores a la preparación de sus clases.
- Factores psicológicos. Entre estos se cuentan algunos desórdenes en las funciones psicológicas básicas, como son la percepción, la memoria y la conceptualización, los cuales dificultan el aprendizaje.
- Factores sociológicos. Son aquellos que incluyen las características familiares y socioeconómicas de los estudiantes, tales como la posición

económica familiar, el nivel de escolaridad y ocupación de los padres y la calidad del ambiente que rodea al estudiante⁶⁸

Por lo tanto, se considera que las escuelas buscan rendimiento académico, es decir altas calificaciones, mientras que la sociedad busca desempeño; que el adolescente logre ser apto y competitivo dentro de su entorno, ya que una calificación no refleja el grado de habilidades y destrezas que posee una persona. Por lo cual, cuando un joven no es motivado y reconocido por sus aptitudes, en muchas ocasiones pierden el interés y la confianza en sí mismo, a consecuencias de los constantes reproches, humillaciones y regaños que profesores y padres de familia le hacen a causa de su bajo rendimiento como estudiantes.

4.6 Efectos del Facebook en el ámbito social

Hay que recordar que el ser humano es un ser social por naturaleza, el cual interactúa y se relaciona de diversas formas, ya sea a través del lenguaje verbal y no verbal, con el objetivo de formar parte de un grupo que satisfaga sus intereses y necesidades.

4.6.1 Definición de interacción social

La interacción es una acción que se ejerce de forma recíproca entre dos o más sujetos, objetos, agentes, fuerzas o funciones. Por lo cual Alipio S. V. (2002) menciona tres planos de interacción social que nos ayudan a formar parte de una sociedad, los cuales son:

- 1- Material: La relación real o física entre dos personas que se encuentran.

⁶⁸ Durón, T. L. & Oropeza, T. R. (1999). *Actividades de estudio: análisis predictivo a partir de la interacción familiar y escolar de estudiantes de nivel superior*. Documento de trabajo, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

- 2- Imaginario o simbólico: se encuentra presente en las expectativas sobre el comportamiento de los demás.
- 3- Implícito: Esclarecido por la posición del sujeto frente a una estructura social y como miembro de un colectivo cultura o social, esto en la medida en que son conocidas y/o aceptadas por los otros.⁶⁹

En otras palabras, siempre y sin darnos cuenta nos encontramos interactuando con otros, ya que para comunicarnos debemos utilizar el lenguaje, la expresión facial, emociones o movimientos, con el objetivo de darnos a entender o dar a conocer nuestros sentimientos, pensamientos y forma de actuar.

Por su parte Goffman, emplea expresiones utilizadas en el teatro para analizar la interacción social como son:

- El rol social: Son expectativas socialmente definidas que sigue una persona de un status o posición social, con el propósito de lograr formar parte de una sociedad como pieza clave de un grupo o familia, donde se sienta identificada o inconscientemente normal.
- La construcción de su propio Self social: Reconocimiento que recibe el sujeto de sus compañeros y en donde se le reconocen tantos roles sociales, como individuos conocidos, por lo tanto, cada máscara se va mostrando de forma distinta a cada uno de estos grupos o personas según la conveniencia de la persona y la situación. Por esta razón las acciones pueden ser racionales o irracionales en la medida en que se fundamentan en la emoción o en la lógica, pero siempre son sociales, desde el momento en que poseen significados; por lo tanto, una interacción, es una situación en la que las acciones de una persona dependen de las acciones de otra y viceversa.

⁶⁹ Sánchez V. A. (2002). *Psicología social aplicada*. Madrid: Practice Hall. Pág. 9

4.6.2 Niveles de interacción social

Hay que destacar que la vida es como una representación teatral, ya que consisten en actuaciones performance, donde hay actores y público, considerando que el escenario es concebido como real en ese momento. Para la representación teatral, los actores emplean máscaras, es decir tipificaciones estereotipadas de los roles sociales, según Ronald Fisher (1982), menciona los niveles de interacción social que ayudan a marcar dichos roles:

- 1- Individual: Manifestados por los rasgos de personalidad, los motivos, las actitudes, rol, identidad social, comportamiento y la relación social.
- 2- Interpersonal: Define la situación social básica, como la percepción, comunicación, atracción o influencia interpersonal.
- 3- Grupal: Contiene las cualidades de los sistemas sociales, influyendo así en la conducta de las personas (atmósfera grupal, normas, redes de comunicación.).
- 4- Intergrupales: Similar al interpersonal, solo que este contiene prejuicios, estereotipos, discriminación y conflictos intergrupales.
- 5- Organizacional: Incluye tanto organizaciones formales, como informales, aquí se definen el rol psicosocial aplicado y el desempeño de cada sujeto.
- 6- Comunitario: En este nivel se esclarece el sentimiento de comunidad, produciendo una interacción territorial como por ejemplo en una vecindad, cuadra o edificio, además de incluir otros fenómenos interactivos amplios como las redes de ayuda mutua, asociaciones sectoriales y grupos de interés.
- 7- Nacional: Relativo al conjunto de una sociedad nacional (o Estado) como unidad de análisis y acción política. Aquí se plantean temas globales como el racismo, la pobreza, las leyes, la acción política, la norma cultural y el cambio social global.

- 8- Internacional: Aquí se analizan temas ligados a las relaciones y los conflictos internacionales, principalmente sobre la prevención de conflictos entre naciones.⁷⁰

Es indispensable recordar que las cualidades de un nivel afectan a las del otro, como consecuencia de la falta de cohesión grupal ya que la importancia que tiene el proceso de interpretación individual en la ejecución de toda interacción establece consecuencias en las grupales, en otras palabras, el agente actúa frente a normas y valores, mismos que reproduce en la sociedad y su estructura, reflejando su personalidad.

4.6.3 Interacción social y comunicación

La interacción es el principal escenario de la comunicación, ya que no existe una sin la otra, cabe mencionar que el individuo es considerado un actor social que reproduce su propio contexto a partir de sus interacciones cotidianas otorgándole un rol relevante a los elementos de negociación y comunicación en la construcción de sus percepciones personales. Por lo tanto, la interacción es un concepto subjetivo ya que a partir de la cualidad del ver y el oír se forma el sentido de las cosas quedando al descubierto nuestra capacidad de interpretar y actuar como agente activo o pasivo frente al contexto establecido dentro de una realidad social.

Otro aspecto importante, es el interaccionismo simbólico, es decir analiza las interpretaciones por parte de los actores en relación a las actividades realizadas; esclareciendo así tres premisas básicas para este tema:

- Las personas actúan sobre la base del significado que atribuyen a los objetos y situaciones que lo rodean.

⁷⁰ Ficher, R. (1982a). *Social psychology and applied approach*. Nueva York: St Martin's Press.

- La significación de estas cosas deriva de la interacción social que un individuo tiene con los demás actores.
- Estas significaciones se utilizan como un proceso de interpretación efectuado por la persona en su relación con las cosas que encuentra, y se modifican a través de dicho proceso.

Por tal motivo se considera que la interacción es siempre comunicación con otro distinto a uno mismo, y es mediante este proceso que los sujetos sociales adquieren la capacidad reflexiva para verse así mismos y formar su realidad social.

Sin embargo, el auge de las nuevas tecnologías impulsa una revolución sociocultural que permite la creación y consolidación de nuevas modalidades de comunicación e interacción; mismos que perjudican los vínculos y las relaciones sociales entre los cibernautas; ya que, por ejemplo, Facebook se ha convertido en parte indispensable de nuestra vida cotidiana. Dicha plataforma ha influido en nuestro vocabulario, comunicación, relaciones sociales, forma de establecer amistades, relaciones sentimentales e inclusive la forma de interactuar con otras personas; razón por la cual se reduce cada vez la privacidad personal, ocasionando un contacto más frío y superficial con la gente. Por lo cual se debe otorgar a las nuevas generaciones el valor que tiene la responsabilidad y la conciencia social para tomar decisiones y mantenerse a salvo de cualquier conflicto que conlleve una inestabilidad emocional, sentimental, física o psicológica.

4.7 Popularidad vs Rechazo

En la adolescencia, las relaciones sociales con los iguales adquieren una particular trascendencia, no sólo por la creciente importancia que les concede, sino también por el estrecho vínculo existente entre estas relaciones y el ajuste psicosocial de la persona, ya que la aceptación o rechazo de los terceros es fundamental para ellos, principalmente si hablamos del ámbito escolar, en otras palabras, los adolescentes se

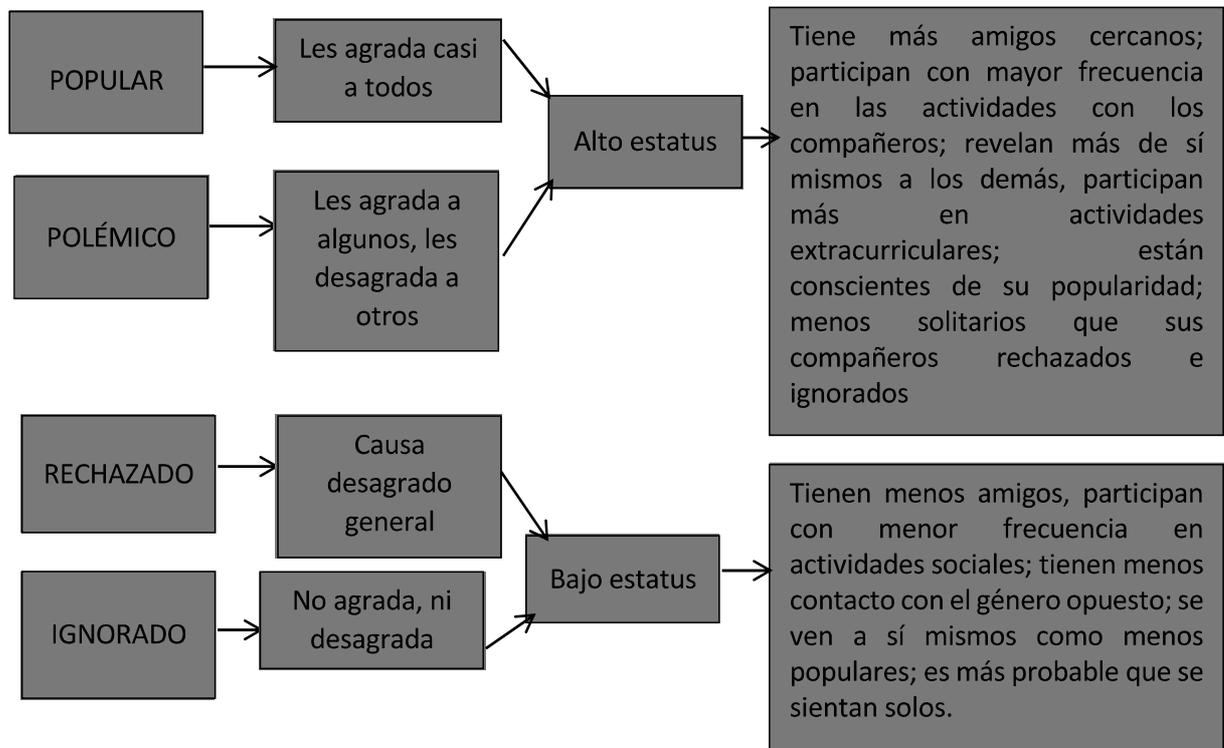
mantienen a la expectativa sobre quién es popular y quién no, por lo cual Feldman S. R.(2007) clasifica a los chicos en 4 estatus:

1. Populares: Chicos que son agradables para casi todos los compañeros
2. Polémicos: Muchachos que agradan a algunos compañeros y desagradan a otros
3. Rechazados: Muchachos que desagradan y cuyos compañeros reaccionan ante ellos de manera obviamente negativa
4. Ignorados: Muchachos que reciben relativamente poca atención de sus compañeros en forma de interacciones positivas o negativa.⁷¹

Ahora bien, el mundo social de los adolescentes rechazados e ignorados es menos agradable, ocasionando una sensación de soledad y rechazo, lo que equivale a decir, que los adolescentes mantienen un estatus determinado por el número de amigos y actividades sociales realizadas en la escuela.

⁷¹ Feldman S.R. (2007). *Óp. Cít.* Pág. 443

En el siguiente esquema se explica la importancia de los mismos



(Fuente: extraído de Feldman S. R 2007)

Hay que hacer notar que los alumnos populares y polémicos suelen presentar un buen ajuste escolar, sin problemas de comportamiento, ni disciplina en el aula.; sin embargo, los adolescentes ignorados son personas aisladas que no reciben atención de sus compañeros, con un alto grado de probabilidad de presentar problemas de autoestima y soledad. Por otro lado, los jóvenes rechazados se sub-dividen en agresivos y sumisos; los primeros muestran un comportamiento violento o amenazante, siendo este el más numeroso y riesgoso; mientras que los segundos se caracterizan por su aislamiento social o sumisión frente a las agresiones de otros compañeros.

Vale la pena decir que el estilo de crianza y el establecimiento de los vínculos familiares están asociados directamente con la aceptación o el rechazo que mantienen los jóvenes en la escuela ya que estas relaciones son forjadas en los primeros años de

vida del sujeto, pues hay que recordar que los hijos son el reflejo de los padres y su estilo de vida.

4.8 Papeles sociales

Cuando los jóvenes son capaces de aceptarse así mismos y a los demás, tiene los elementos básicos para una vida social satisfactoria y positiva, ya que a medida en que ellos se autoconozcan forjan su personalidad, la cual los hace diferentes a todo el resto, siendo esta la base para tener un desarrollo emocional saludable. Por lo cual, son capaces de entender las diferentes emociones, señales del lenguaje corporal, tono vocal y visual en diversas situaciones.

Asimismo, se comienza a jugar con los papeles que interpretan en su entorno, es decir su rol social, los cuales están determinados por experiencias, habilidades, aptitudes, logros y estatus. Sin embargo, es decepcionante observar que el actuar de los jóvenes en la sociedad está definido por una infinidad de situaciones, que van desde programas televisivos, redes virtuales, marcas, modas, tecnología, educación, política, economía o desempleo, los cuales nos impiden tener un desarrollo pleno de participación social.

Ahora bien debe considerarse que a los jóvenes les corresponde abrir la experiencia humana hacia nuevos horizontes; asumiendo la tarea de dar una dirección y un rumbo a la historia humana, es decir, que ellos son los responsables del estilo de vida que la sociedad está viviendo, ya que en teoría los jóvenes poseen habilidades creativas y carismáticas, que luchan por sus sueños, buscan experiencias nuevas, y sobre todo son el cambio y la superación; así el presente es el momento de actuar y principalmente de trascender, al respecto Razeto M L. menciona que “el presente consiste en iniciar la creación de una nueva civilización.”⁷² En otras palabras, es

⁷² Razeto M. L. (SF). *El rol de los jóvenes ¿futuro o presente?* Recuperado el 29 de diciembre de 2015. Desde <http://www.luisrazeto.net/content/el-rol-de-los-jóvenes-¿futuro-o-presente>

importante reflexionar sobre el comportamiento y el actuar de la sociedad ya que la civilización moderna está en crisis a consecuencia del desequilibrio en el que se encuentran los pilares de todo sistema, los cuales son: nivel político, económico y cultural.

No obstante, la misma sociedad indirectamente los inclina a formar parte de esta situación, ya que restringe toda oportunidad posible de éxito, es decir no conviene que los jóvenes abran los ojos y actúen de manera positiva ya que las grandes empresas y las personas con poder pueden perder el control de todo. Por lo tanto, el papel de los adolescentes es moldearse como activistas, utilizar su ingenio, capacidades, habilidades y destrezas para hacer realidad sus sueños, lograr metas y en consecuencia comenzar el cambio desde una perspectiva personal e iniciar el contagio de autorealización. La sociedad actual es responsable no solo de las generaciones actuales sino de las futuras, ya que el cambio debe ser generacional, pero sobre todo consciente y verdadero.

CAPÍTULO V

METODOLOGÍA A

DESARROLLAR

5 Planteamiento del problema

¿Cuáles son los efectos que genera el uso del Facebook en adolescentes con baja autoestima?

5.1 Justificación del problema

Las redes sociales son consideradas comunidades virtuales, es decir, “plataformas de Internet que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes. Teniendo en cuenta que su principal objetivo es entablar contacto con gente, ya sea para reencontrarse con antiguos vínculos o para generar nuevas amistades”⁷³. Por lo que pertenecer a una red social, le conlleva al usuario construir un grupo de contactos, que puede exhibir como su “lista de amigos”, lo que quiere decir, que pueden ser amigos personales o personas que conocieron por Internet.

En otras palabras, los adolescentes comienzan a promover dicha plataforma⁷⁴ como parte de moda y actualización, impactando en su identidad o autoestima a causa del deseo de los jóvenes por ser populares o famosos, dando pie a una etapa de publicidad propia, ésto a partir de la publicación de fotos, comentarios, estados de animos, gustos y más, dejando a la perspectiva de todo el mundo su persona y en un estado de peligrosidad social, emocional, sentimental e inclusive física; ya que en este sitio solo reflejamos nuestro sentir día día.

Por lo tanto, sino se actua sobre esta situacion los estudiantes pueden llegar a tener consecuencias fatales como la agresividad, la depresion ser victimas de algun tipo de acoso u abuso e inclusive llegar al suicidio.

⁷³ Morduchowicz R. (2010). *Los adolescentes y las redes sociales*. Escuelas y media: ministerio de la educación de la nación. Pág. 3

⁷⁴ Una plataforma virtual es un sistema que permite la ejecución de diversas aplicaciones bajo un mismo entorno, dando a los usuarios la posibilidad de acceder a ellas a través de internet.

5.2 Hipótesis

Hi: A mayor uso frecuente del Facebook, mayor número de afectaciones en los adolescentes con baja autoestima.

Ho: A mayor uso frecuente del Facebook, no aumenta el número de afectaciones en adolescentes con baja autoestima.

Ha: La falta frecuente del uso del Facebook, disminuye el número de afectaciones en adolescentes con baja autoestima.

5.3 Variables

V.D: Baja autoestima. Se define como: “la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás”.⁷⁵

V.I: Frecuencia del Facebook: Se le conoce así a la red social que permite intercambiar una comunicación fluida y compartir el contenido de forma sencilla a través del Internet.

5.4 Objetivos

General

Analizar los efectos del uso del Facebook en adolescentes que manifiestan baja autoestima.

Específicos

Identificar la muestra en la escuela preparatoria oficial n° 129 que presenten baja autoestima

⁷⁵ Branden N. (2011). *El poder de la autoestima como potenciar este importante recurso psicológico*. España: Paidós. Pág. 33

Distinguir los efectos del uso del Facebook en adolescentes que manifiestan baja autoestima.

Explicar el impacto del uso del Facebook en adolescentes que manifiestan baja autoestima.

Evaluar el impacto del uso del Facebook en adolescentes con baja autoestima.

Proyectar los efectos del uso del Facebook en adolescentes que manifiestan baja autoestima.

5.5 Diseño de investigación

El presente trabajo se basa en el diseño de investigación no experimental-transaccional, el cual es definido por Sampieri (2006), “como la Investigación que se realiza sin la manipulación deliberada de variables y en los que se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos en un momento único.”⁷⁶

5.6 Tipo de estudio

Se basa en el tipo de estudio correlacional donde según Behar Rivero (2008) “el investigador pretende visualizar cómo se relacionan o vinculan diversos fenómenos entre sí, o si por el contrario no existe relación entre ellos.”⁷⁷ En este caso se hará la correlación entre los adolescentes con baja autoestima y el uso del Facebook.

5.7 Teoría

Se fundamenta en el Interaccionismo simbólico y la dramaturgia.

Según Garrido Álvaro (2007) “el Interaccionismo simbólico hace referencia al carácter peculiar y distintivo de la interacción de los seres humanos.”⁷⁸

⁷⁶ Hernández S. R. (2006). *Metodología de la investigación*. 4ta edición. México: Mc Graw-Hill. Pág. 205

⁷⁷ Behar R. D. S. (2008). *Metodología de la investigación*. Shalom Pág. 19

⁷⁸ Garrido A. y Álvaro J.L. (2007). *Psicología social*. 2da edición. México: Mc Graw-Hill. Pág. 292

Según Garrido Álvaro (2007) la dramaturgia es “en definitiva la idea del mundo como un gran escenario la que sirve para analizar como influimos sobre los otros dando una imagen que este en consonancia con las expectativas que imaginamos que los demás tienen de nosotros.”⁷⁹

5.8 Método

Esta investigación se apoya del método cualitativo mixto, el cual Sampieri (2006) lo define como “un proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio o una serie de investigaciones para responder a un planteamiento del problema”⁸⁰

5.9 Técnica

Esta investigación utilizará como técnica la encuesta, la cual es definida por Cea D’Ancora M. A. (1999) como “la aplicación o puesta en práctica de un procedimiento estandarizado para recabar información (oral o escrita) de una muestra amplia de sujetos.”⁸¹

5.10 Instrumento

Dicha investigación aplicará como instrumento el cuestionario y dos escalas psicométricas. Según Behar Rivero (2008) “El cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir.”⁸² Mientras que la Escala de autoestima de Rosemberg es un cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo. Por último, la escala de habilidades sociales nos permite conocer la facilidad de entablar una relación social.

⁷⁹ *Ibíd.*, pág. 296

⁸⁰ Hernández S. op cit., pág. 755

⁸¹ Cea D’Ancora, M.A. (1999) *Metodología cuantitativa. Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis.

⁸² *Ibíd.* pág. 64

Escala de autoestima de Rosenberg

La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia autoadministrada.

Objetivo: Explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto mismo.

Interpretación:

- De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1.
- De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se Puntúan de 1 a 4.
- De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada; Considerada como autoestima normal.
- De 26 a 29 puntos: Autoestima media; no presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla
- Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima

Cuestionario de Habilidades Sociales

Objetivo: identificar la facilidad de entablar una relación social.

Para calificar esta prueba se suman todos los puntos asignados a cada cuestión; se multiplica por 5; se divide entre 2, obteniendo así el porcentaje de conducta socialmente hábil en las situaciones que recoge el cuestionario.

Interpretación:

- Menos de 40% H.S baja
- De 41% a 59% H.S limite
- De 60% a 79% H.S media
- De 80% a 100% H.S alta.

5.11 Universo

Escuela preparatoria oficial no. 129 de San Pedro Techuchulco.

5.12 Muestra

Esta investigación maneja la muestra probabilística, estratificada, según Behar Rivero (2008) “es cuando los elementos de la muestra son proporcionales a su presencia en la población”⁸³ alumnos de 15 a 18 años.”

5.13 Criterio de inclusión

Hombres y mujeres adolescentes de la escuela preparatoria oficial 129 de San Pedro Techuchulco de 15 a 18 años que tengan cuenta de Facebook activa.

5.14 Criterio de exclusión

Hombres y mujeres adolescentes que no cuenten con una cuenta de Facebook, que mantengan una autoestima alta y no cumplan la edad.

5.15 Criterio de eliminación

Hombres y mujeres adolescentes que tengan 1 mes sin utilizar su cuenta.

⁸³ *Ibíd.*, pág. 52

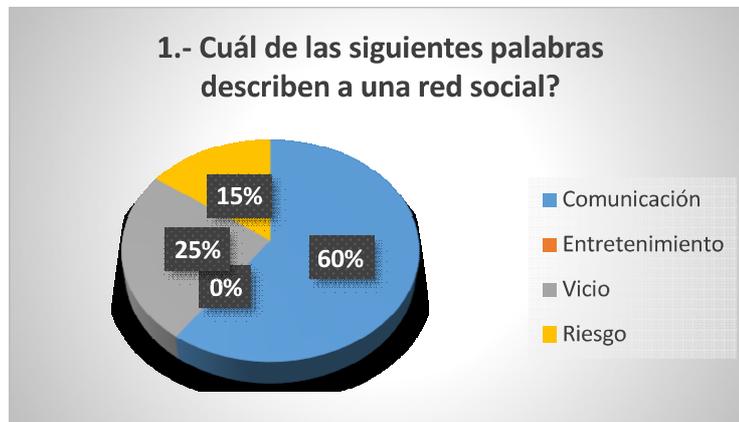
CAPÍTULO VI

ANÁLISIS DE

RESULTADOS

RESULTADOS GENERALES (ENCUESTA APLICADA A DOCENTES DE LA PREPARATORIA OFICIAL 129 DE SAN PEDRO TECHUCHULCO)

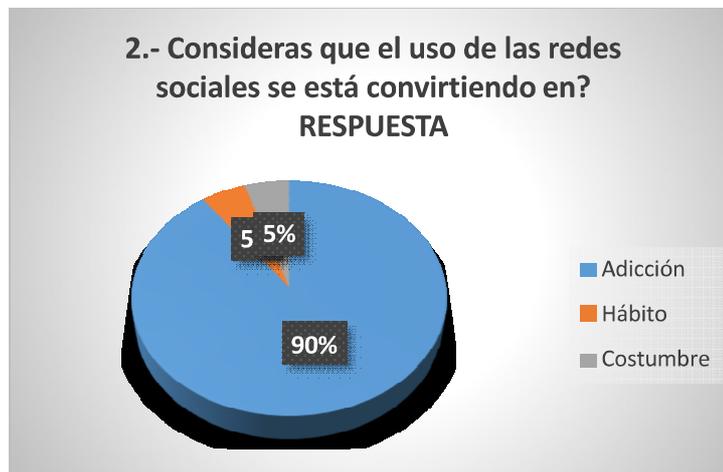
GRAFICA N°1 PALABRAS QUE DESCRIBEN A UNA RED SOCIAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas el 60% describe a la red social con la palabra comunicación, el 25% como vicio, el 15% lo asocia con la palabra riesgo.

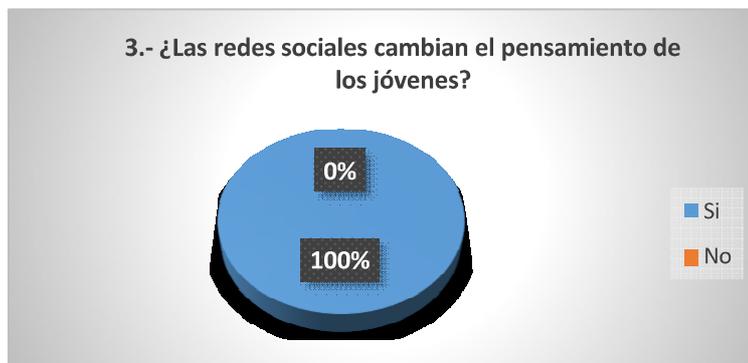
GRAFICA N°2 USO DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 90% considera que las redes sociales se están convirtiendo en una adicción, el 5% en hábito y el 5% restante en costumbre.

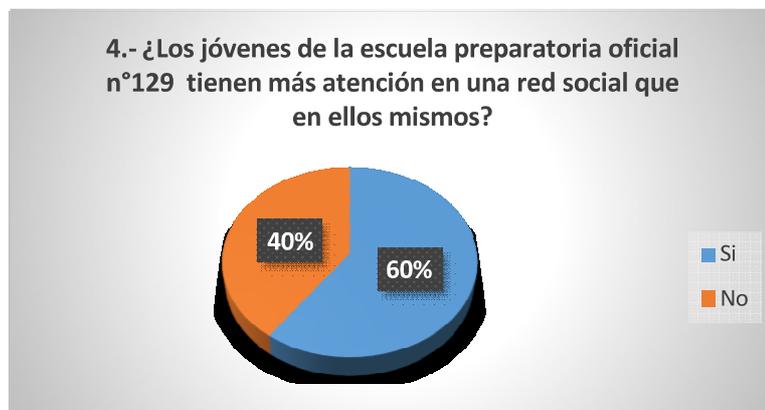
GRAFICA N° 3 LAS REDES SOCIALES Y EL PENSAMIENTO DE LOS JÓVENES



ANÁLISIS

El 100% de las personas encuestadas, consideran que las redes sociales cambian el pensamiento de los jóvenes.

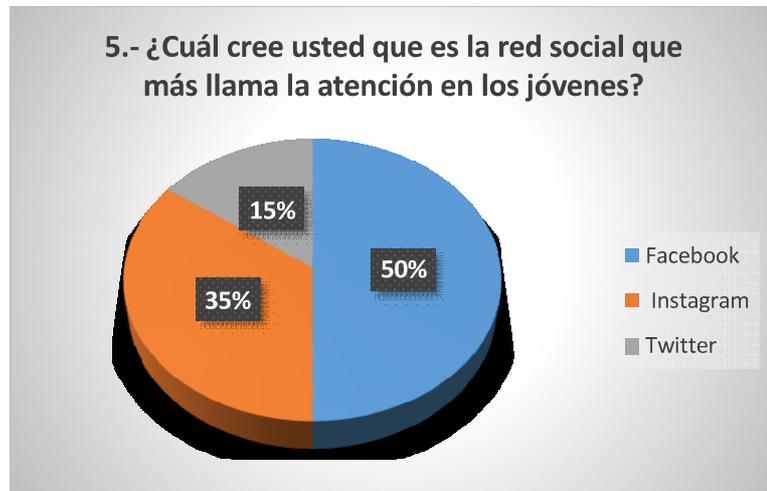
GRAFICA N°4 ATENCIÓN EN LA RED SOCIAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 60% dice que los jóvenes de la escuela preparatoria tienen más atención en una red social que en ellos mismos, el 40% restante no considera que los jóvenes prestan más atención a la red social que en ellos.

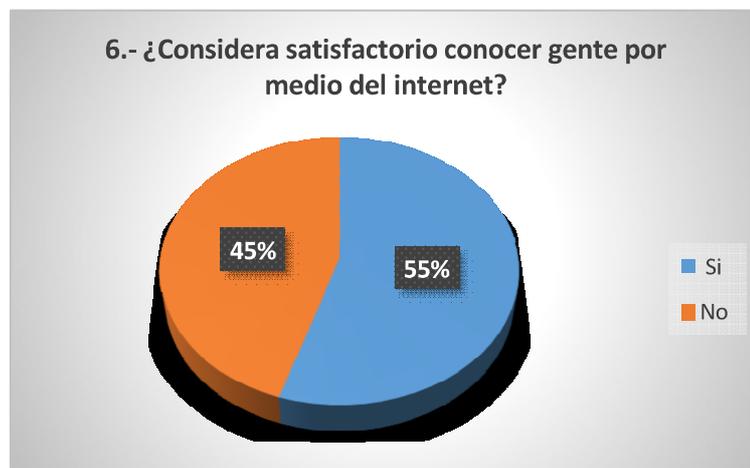
GRAFICA N°5 LA RED SOCIAL FAVORITA



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 50% piensa que la red social que más llama la atención de los jóvenes es el Facebook, el 35% dice que el Instagram, el 15% restante el Twitter.

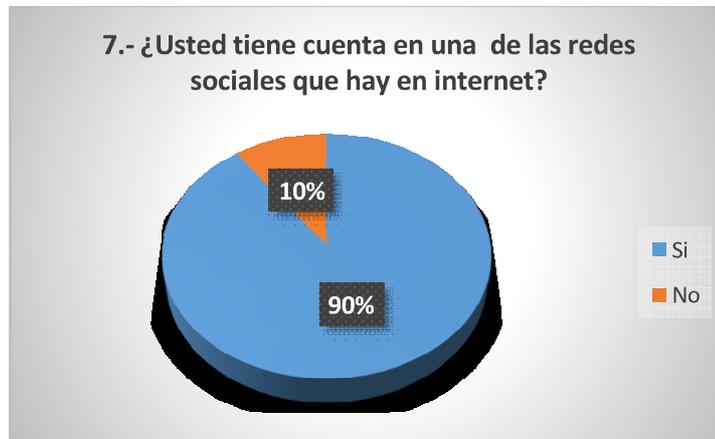
GRAFICA N°6 AMIGOS POR MEDIO DEL INTERNET



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 55% considera satisfactorio conocer gente por medio del internet y el 45% restante dice que no.

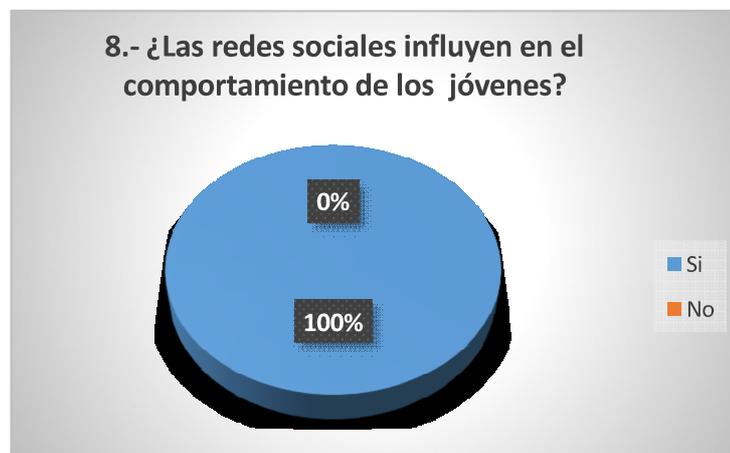
GRAFICA N°7 FORMAR PARTE DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 90% tiene una cuenta activa en las redes sociales que hay en el internet y el 10% no tiene una cuenta activa.

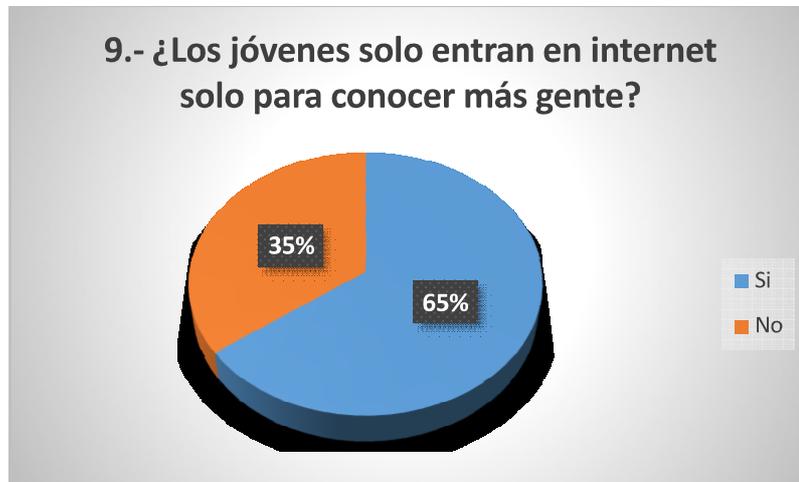
GRAFICA N°8 LAS REDES SOCIALES Y EL COMPORTAMIENTO



ANÁLISIS

El 100% de las personas encuestadas dijo que las redes sociales influyen en el comportamiento de los jóvenes.

GRAFICA N°9 EL INTERNET Y LAS AMISTADES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 65% dice que los jóvenes solo entran al internet para conocer más gente y el 35% contestó que no.

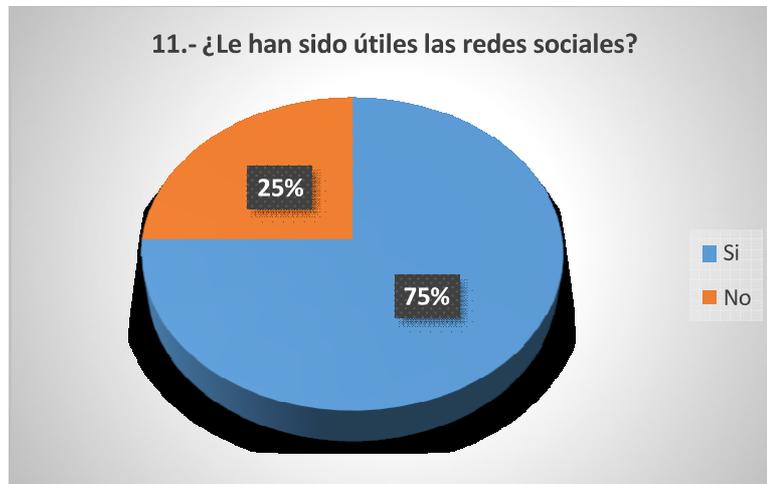
GRAFICA N°10 CUENTA ACTIVA EN LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 90% tiene una vida social activa en las redes sociales, el 10% no.

GRAFICA N°11 UTILIDAD DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, al 75% le han sido útiles las redes sociales y al 25% no.

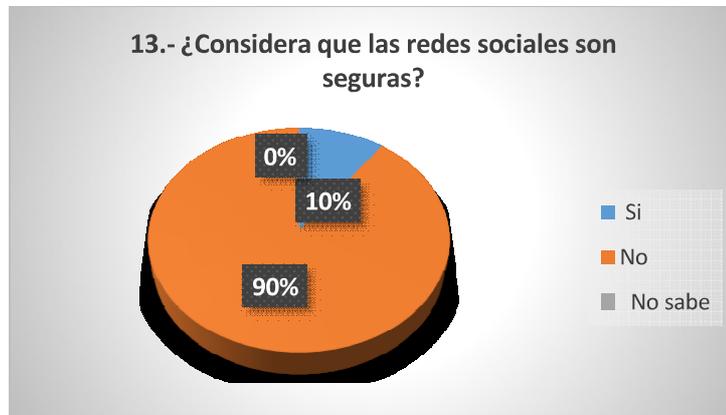
GRAFICA N°12 LAS REDES SOCIALES Y LA RELACIÓN PERSONAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 65% cree que el uso de las redes sociales afecta las relaciones persona a persona, el 25% no y el 10% tal vez.

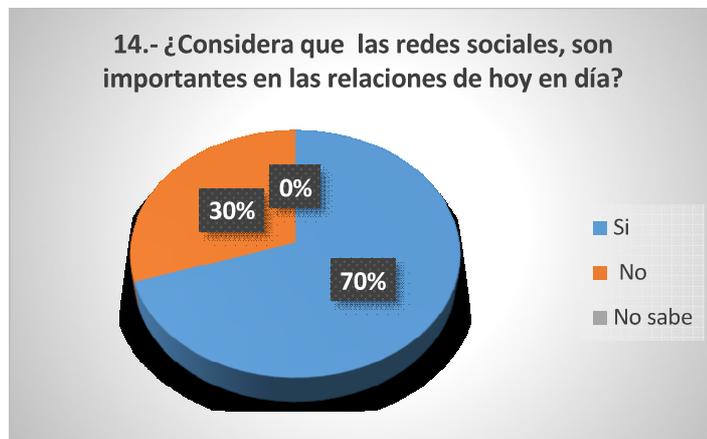
GRAFICA N°13 LAS REDES SOCIALES Y LA SEGURIDAD



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 10% considera que las redes sociales son seguras, el 90% no.

GRAFICA N°14 LAS REDES SOCIALES Y LAS RELACIONES DIARIAS



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 70% considera que las redes sociales son importantes en las relaciones de hoy en día y el 30% no.

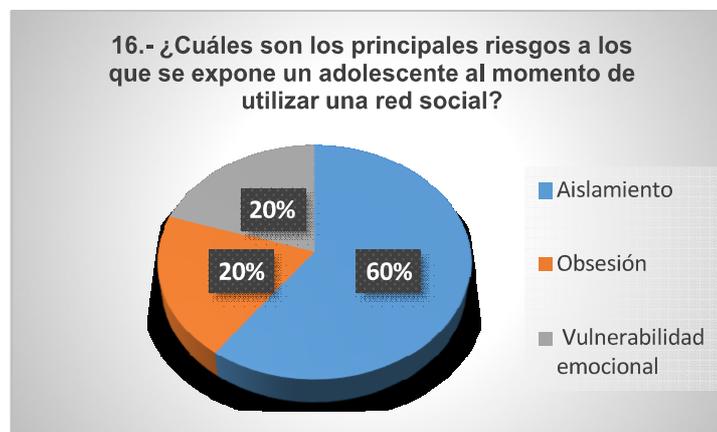
GRAFICA N°15 EL IMPACTO DEL FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 60% considera al Facebook como un fenómeno social, el 15% laboral y el 25% educativo.

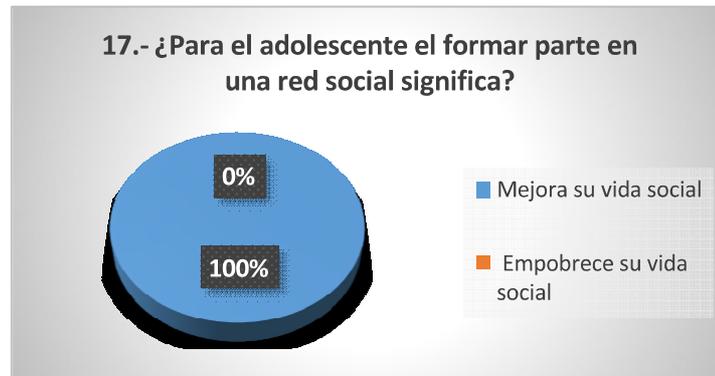
GRÁFICA N° 16 RIESGOS DE LA RED SOCIAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 60% menciona que el principal riesgo al que se exponen los adolescentes al momento de utilizar Facebook es el aislamiento, el 20% es la obsesión y el 20% restante la vulnerabilidad emocional.

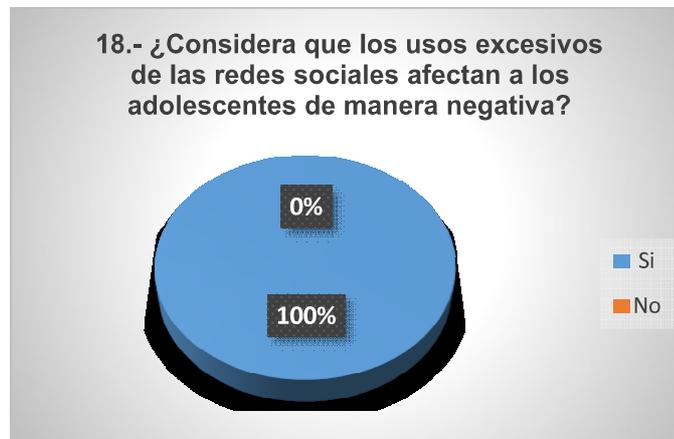
GRÁFICA N° 17 FORMAR PARTE DE LA RED SOCIAL



ANÁLISIS

El 100% de las personas encuestadas contestó que para el adolescente el formar parte en una red social significa mejorar su vida social.

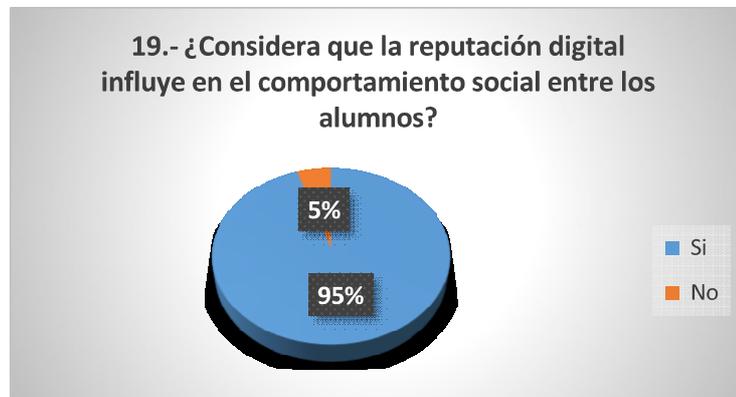
GRÁFICA N° 18 USO EXCESIVO DE LA RED SOCIAL



ANÁLISIS

El 100% de las personas encuestadas considera que los usos excesivos de las redes sociales afectan a los adolescentes de manera negativa.

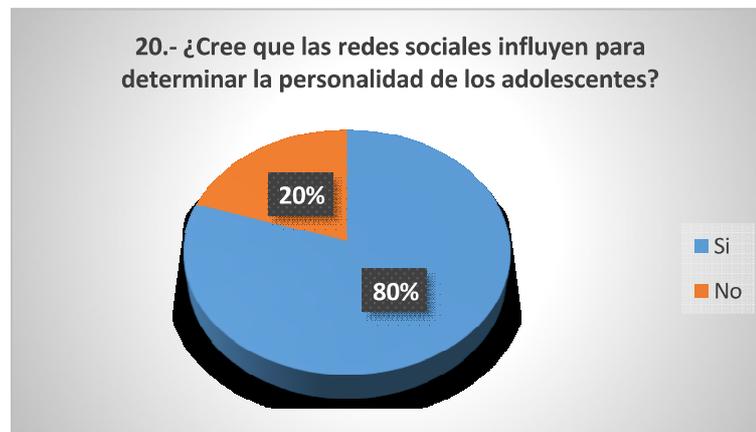
GRÁFICA N°19 REPUTACION DIGITAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 95% de la reputación digital influye en el comportamiento social entre los adolescentes y el 5 % restante menciona que no influye.

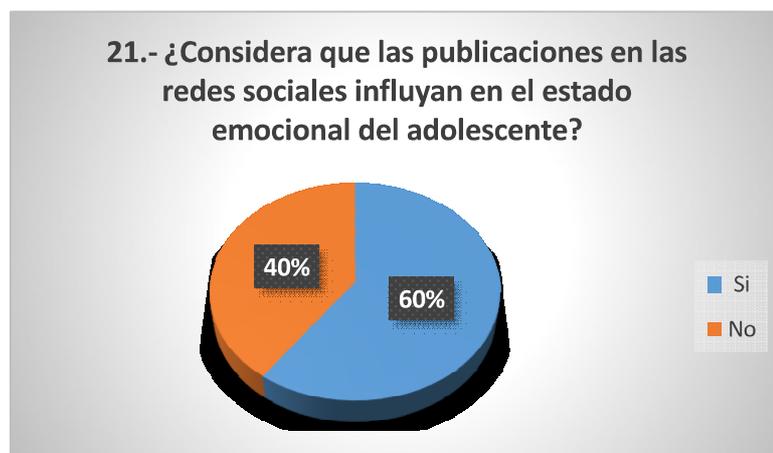
GRÁFICA N°20 PERSONALIDAD DEL ADOLESCENTE



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 80% considera que las redes sociales influyen para determinar la personalidad de los adolescentes y el 20% restante lo negó.

GRÁFICA N° 21 ESTADO EMOCIONAL DEL ADOLESCENTE



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 60% considera que las publicaciones en las redes sociales influyen en el estado emocional del adolescente y el 40% restante lo niega.

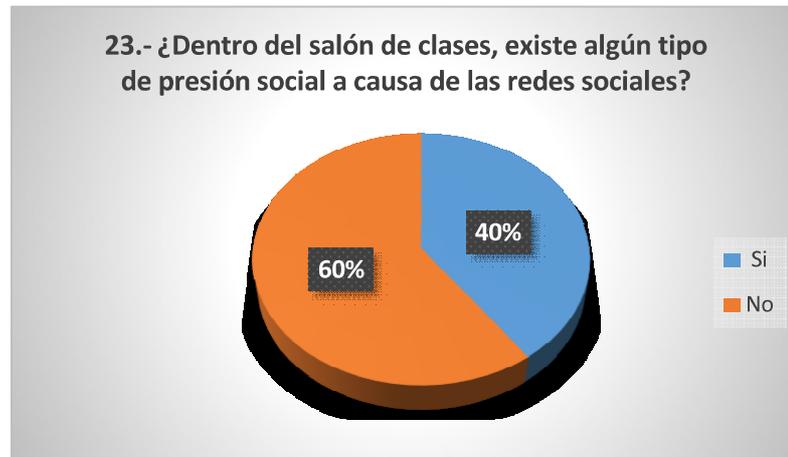
GRAÁFICA N° 22 PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 55% considera fundamental la utilización de las redes sociales en el proceso enseñanza-aprendizaje y el 45% restante lo niega.

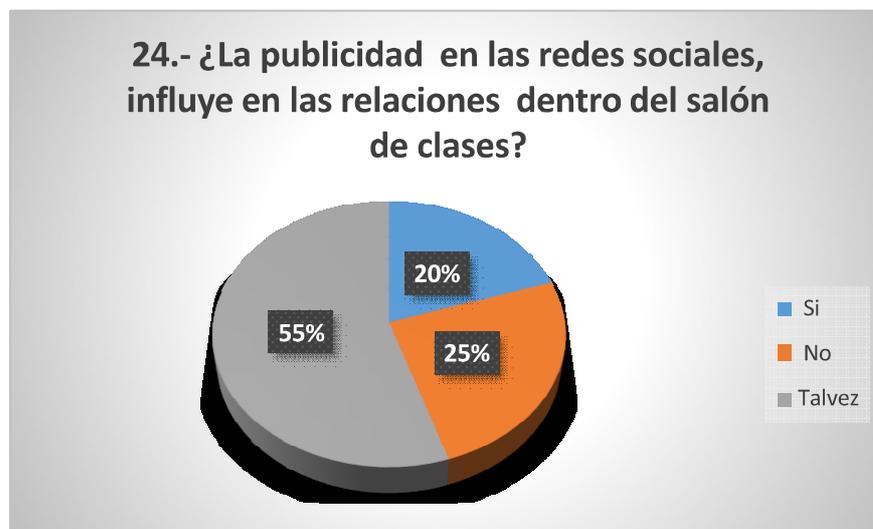
GRÁFICA N° 23 PRESION SOCIAL



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 60% considera que, dentro del salón de clases, existen algún tipo de presión social a causa de las redes sociales y el 40% restante lo niega.

GRÁFICA N° 24 PUBLICIDAD EN REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 20% considera que la publicidad en las redes sociales, influye en las relaciones dentro del salón de clases, el 25% lo niega y el 55% restante menciona que tal vez.

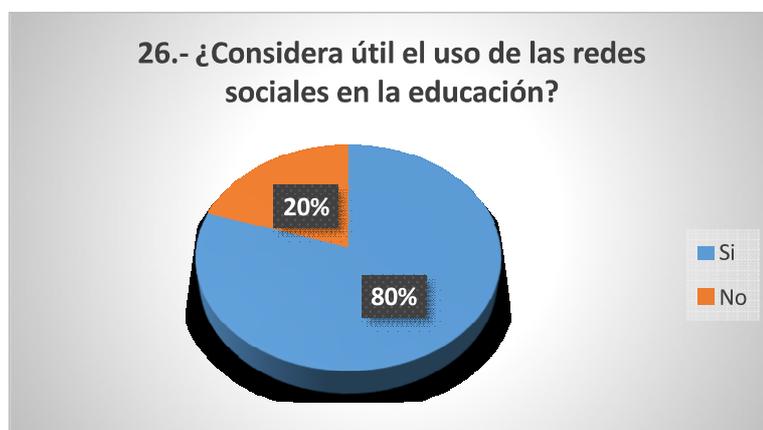
GRÁFICA N° 25 DISPOSITIVOS UTILIZADOS



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 73% considera que el dispositivo con internet más utilizado por alumnos es el celular, el 13% la laptop y el 14% restante la Tablet.

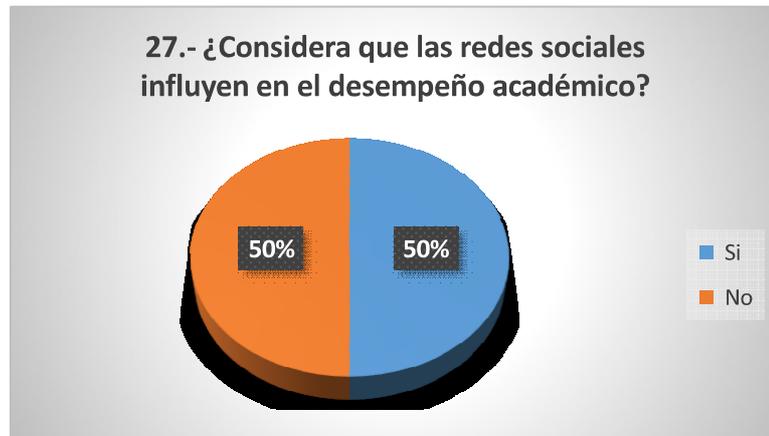
GRÁFICA N° 26 UTILIDAD DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 80% considera útil el uso de las redes sociales y el 20% restante lo niega.

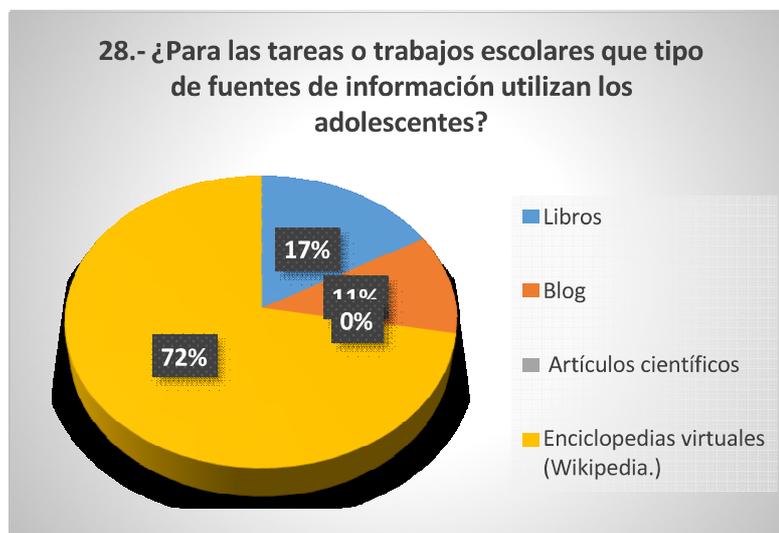
GRÁFICA N° 27 DESEMPEÑO ACADÉMICO



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 50% considera que las redes sociales influyen en el desempeño académico y el 50% menciona que no influye.

GRÁFICA N° 28 FUENTES DE INFORMACIÓN



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 17% utiliza libros para realizar tareas o trabajos escolares, el 11% menciona que blog y el 72% restante opino que enciclopedias virtuales.

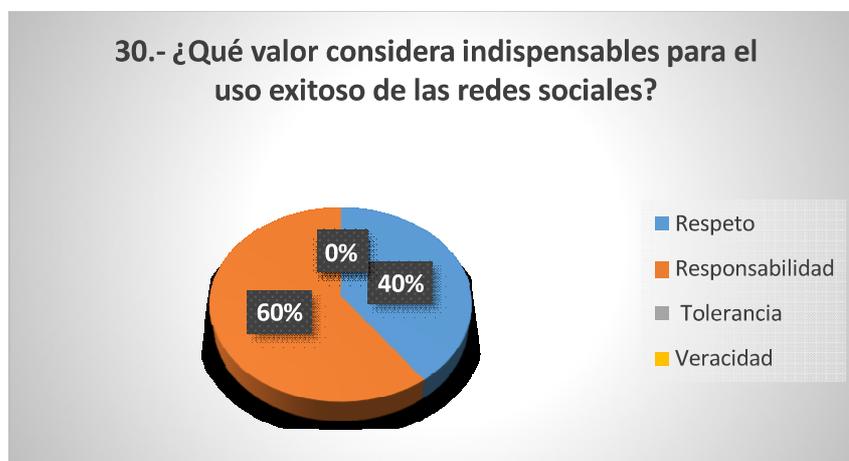
GRÁFICA N° 29 FORMA DE ENSEÑANZA



ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 70% considera que la forma idónea de enseñarle a los adolescentes para que integren las redes sociales a su vida cotidiana es un taller, y el 30% restante por medio de conferencias.

GRÁFICA N° 30 VALORES INDISPENSABLES

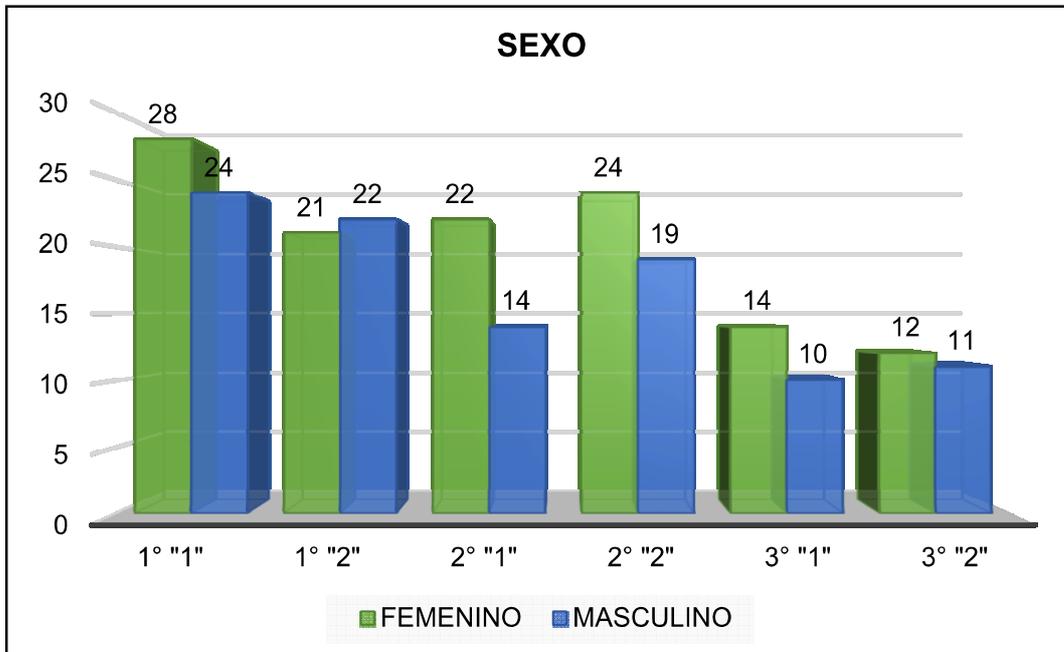


ANÁLISIS

Del 100% de las personas encuestadas, el 40% considera que el valor indispensable para el uso exitoso de las redes sociales es el respeto, y el 60% restante menciona que es la responsabilidad.

RESULTADOS GENERALES (UNIVERSO)

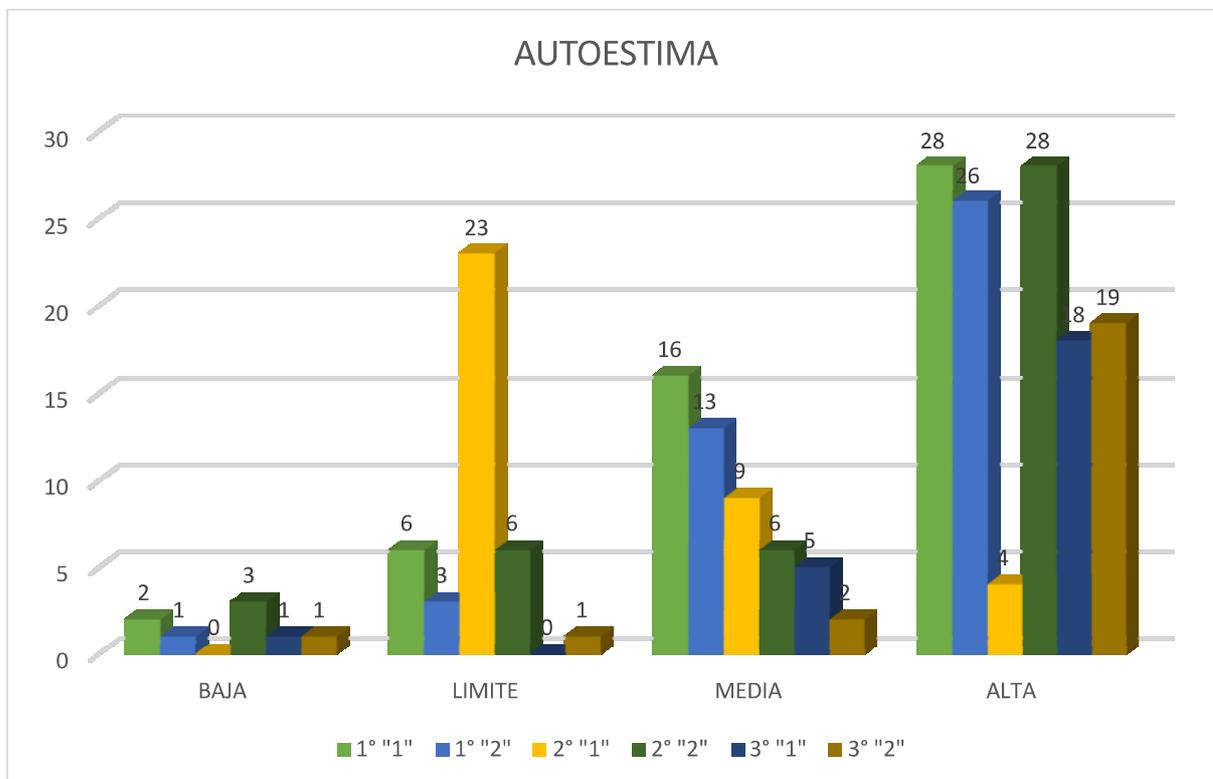
GRÁFICA N° 1 POBLACIÓN TOTAL



ANÁLISIS

Los resultados de la gráfica 1, se refieren a sexo; muestra que la población total de la escuela Preparatoria Oficial no. 129 de San Pedro Techuchulco, se encuentra dividida en grupos y el número de alumnos del primer año es de 95; los cuales integran a dos grupos: primer año grupo 1 cuenta con 28 mujeres y 24 hombres; mientras que el primer grado grupo dos se registran 21 mujeres y 22 hombres; por su parte el segundo grado, se integra de 79 estudiantes, los cuales se dividen en: grupo uno que cuenta con 22 mujeres y 14 hombres; el segundo grado grupo dos se integra de 24 mujeres y 19 hombres; por su parte el tercer grado está integrado de 47 alumnos; en el grupo uno tiene 14 mujeres y 10 hombres, y por último, el tercer grado grupo dos se conforma de 12 mujeres y 11 hombres.

GRÁFICA N° 2 MEDICIÓN DE AUTOESTIMA



ANÁLISIS

Los resultados, referentes a autoestima son los siguientes:

En cuanto a baja autoestima se encontró que: el primer grado grupo uno cuenta con 2 alumnos; al primer grado grupo dos, con 1 alumno; al segundo grado grupo uno con ningún alumno; al segundo grado grupo dos con 3 alumnos; al tercer grado grupo uno, con 1 alumno y al tercer grado grupo dos con 1 alumno; todos estos registrados como datos alarmantes pues dichos alumnos tienen una autoestima baja.

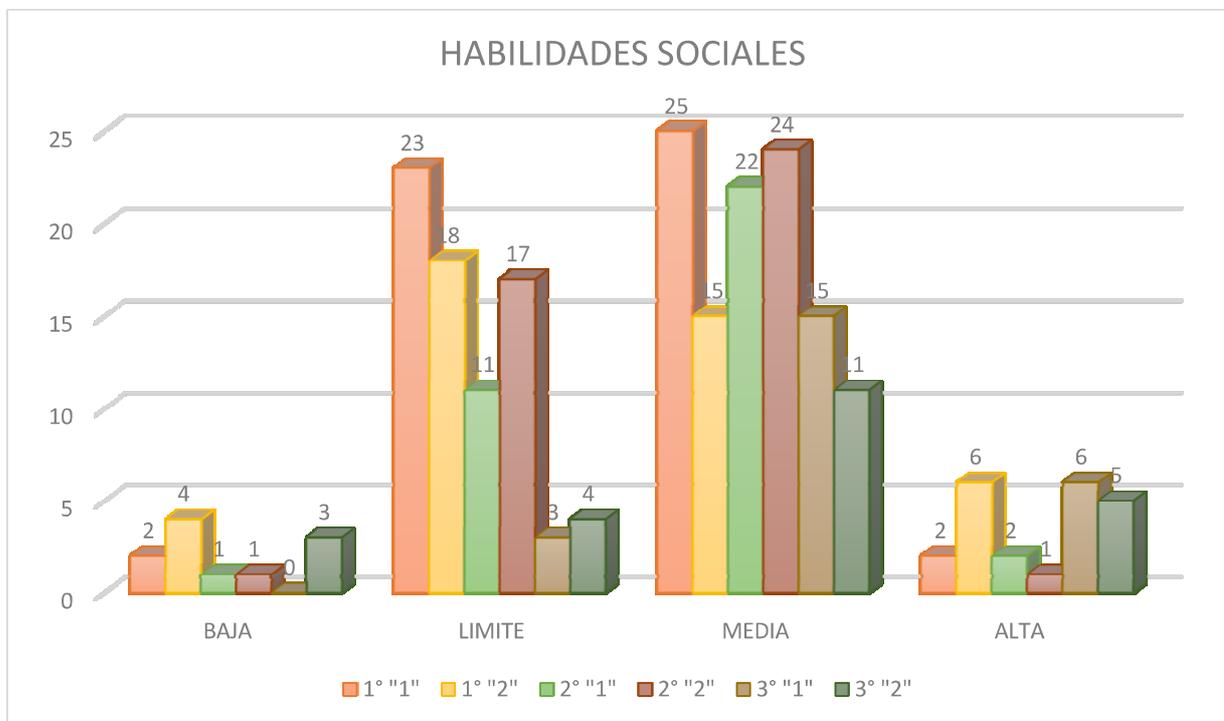
En lo concerniente a la autoestima límite: el primer grado grupo uno tiene 6 alumnos; el primer grado grupo dos 3 alumnos; del segundo grado grupo uno 23 alumnos; del segundo grado grupo dos 6 alumnos; mientras que en el tercer grado grupo uno no se

registró ningún alumno y en el tercer grado grupo dos, 1 alumno; datos que son preocupantes pues están al límite de presentar una autoestima baja.

Los resultados con el indicador media obtenidos son: del primer grado grupo uno 16 alumnos; del primer grado grupo dos 13 alumnos; del segundo grado grupo uno 9 alumnos; del segundo grado grupo dos 6 alumnos; del tercer grado grupo uno 5 alumnos; del tercer grado grupo dos, 2 alumnos mismos que mantienen una autoestima estable.

Los resultados con indicador alta son: del primer grado grupo uno 28 alumnos; del primer grado grupo dos 26 alumnos; del segundo grado grupo uno 4 alumnos; del segundo grado grupo dos 28 alumnos; del tercer grado grupo uno 18 alumnos, del tercer grado grupo dos; 19 alumnos mismos que mantienen una autoestima alta.

GRÁFICA N° 3 MEDICIÓN DE HABILIDADES SOCIALES



ANÁLISIS

Los datos que arrojan la gráfica sobre habilidades sociales son:

1. Indicador limite bajo: al primer grado grupo uno tiene 2 alumnos; al primer grado grupo dos con 4 alumnos; al segundo grado grupo uno con 1 alumno; al segundo grado grupo dos con 1 alumno; al tercer grado grupo uno con ningún alumno y al tercer grado grupo dos, con 3 alumnos todos estos registrados como datos alarmantes con indicador baja a aquellos alumnos que presentan dificultades en la facilidad de entablar una relación social.

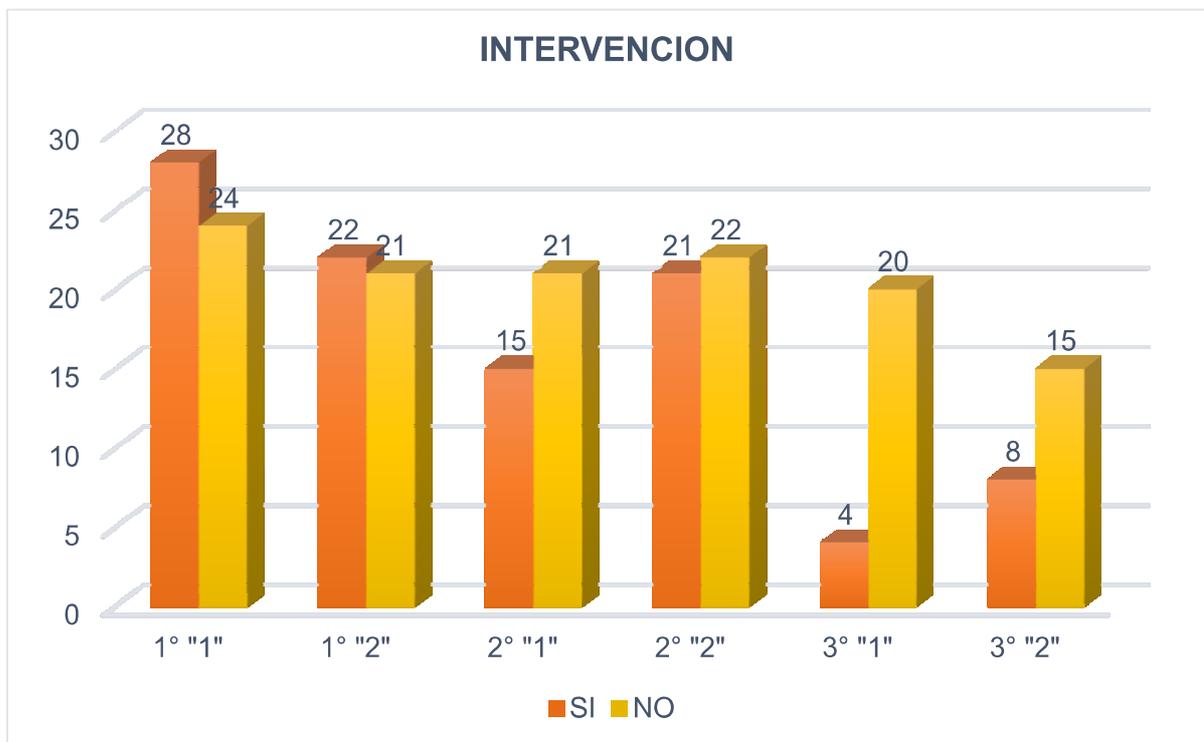
2. Los resultados con el indicador limite que se registraron son: el primer grado grupo uno 23 alumnos; el primer grado grupo dos con 18 alumnos; del segundo grado grupo uno 11 alumnos; del segundo grado grupo dos 17 alumnos; mientras que el tercer

grado grupo uno con 3 alumnos, en el tercer grado grupo dos 4 alumnos; mismos que están por el límite en la facilidad de entablar relaciones sociales.

3. Los resultados con el indicador media obtenidos son: del primer grado grupo uno 25 alumnos; del primer grado grupo dos 15 alumnos; del segundo grado grupo uno 22 alumnos; del segundo grado grupo dos 24 alumnos; del tercer grado grupo uno 15 alumnos; del tercer grado grupo dos, 11 alumnos mismos que presentan cierto grado de dificultad al entablar una relación social.

4. Los resultados con indicador alta son: del primer grado grupo uno con 2 alumnos; del primer grado grupo dos con 6 alumnos; del segundo grado grupo uno con 2 alumnos; del segundo grado grupo dos con 1 alumno; del tercer grado grupo uno, 6 alumnos; del tercer grado grupo dos, 5 alumnos; mismos que presentan facilidad al entablar una relación social.

GRÁFICA N° 4 INTERVENCIÓN NECESARIA

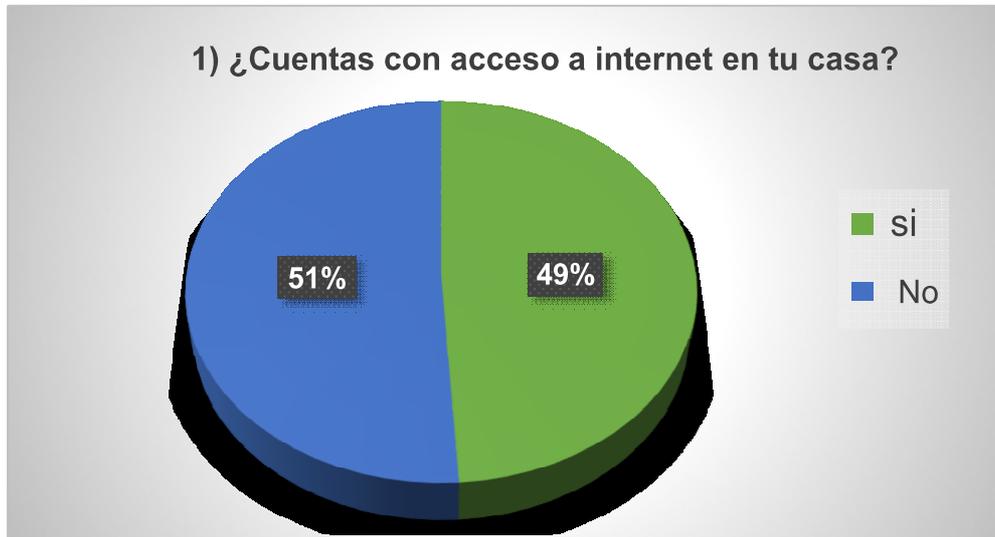


ANÁLISIS

De acuerdo a lo obtenido en el test: el primer grado grupo uno, 28 alumnos requieren intervención; del primer grado grupo dos 22 de los alumnos; del segundo grado grupo uno 15 alumnos; del tercer grado grupo uno 4 alumnos y del tercer grado grupo dos 8 alumnos requieren intervención, es importante informar que esta será ofrecida a través de actividades sobre autoconcepto y redes sociales.

RESULTADOS DEL CUESTIONARIO (MUESTRA)

GRÁFICA N° 1 ACCESO A INTERNET



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 51% no tiene acceso a internet en su casa y el 49% restante, si cuenta con el; es decir, que los primeros acuden a diferentes lugares que les proporcionan este servicio y los segundos al tenerlo en casa no tienen necesidad de salir, lo cual nos indica la realidad socioeconómica en la que viven.

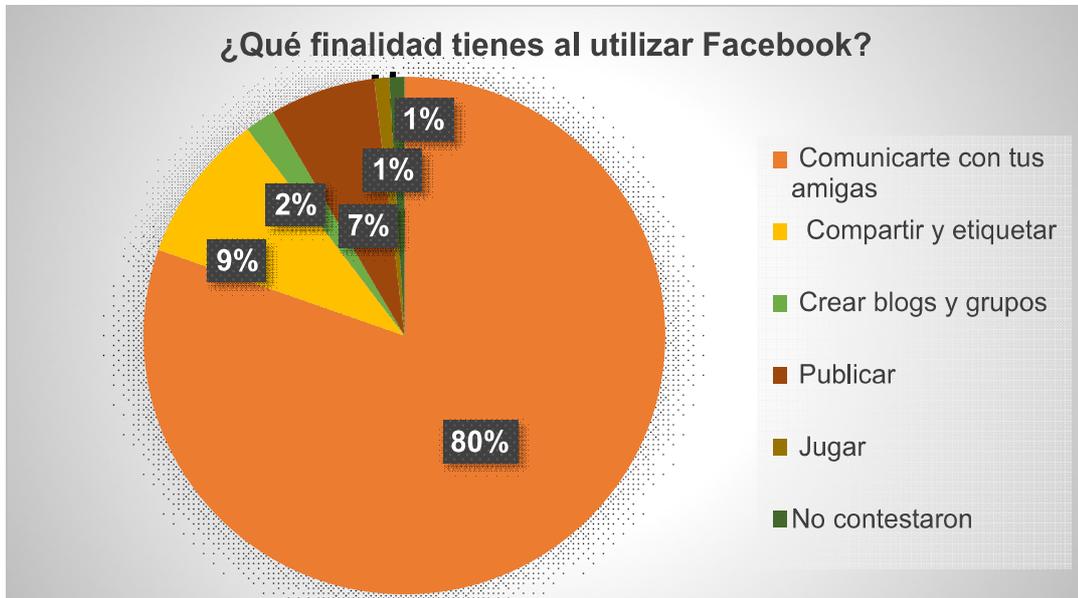
GRÁFICA N° 2 TIEMPO OCUPADO EN EL FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra el 40% menciona que utiliza menos de una hora en Facebook, el 32% utiliza de 1 a 3 horas en esta plataforma; por su parte el 27% nos dice que permanece más de 3 horas en el y el 1% restante no contestó a la pregunta.

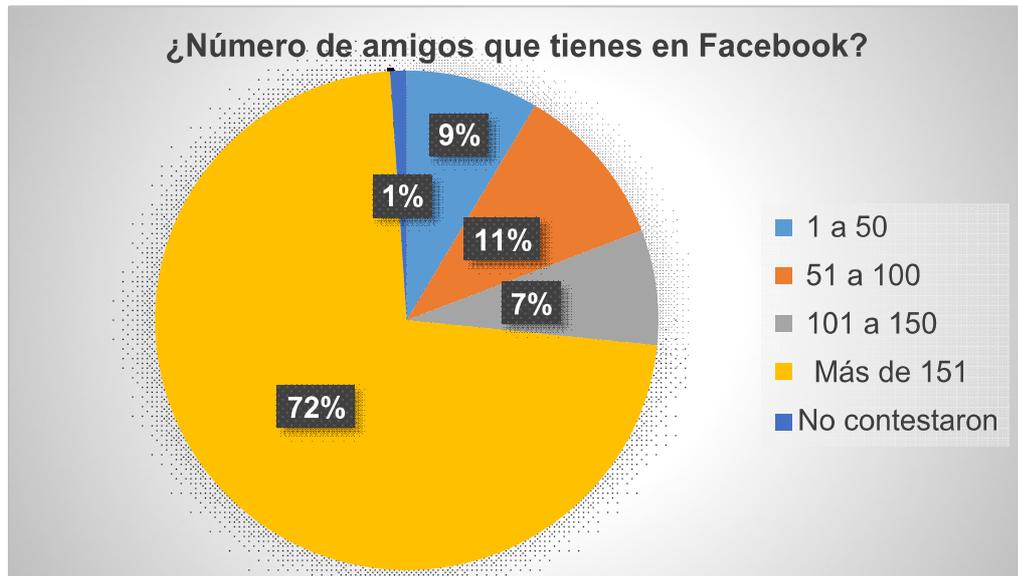
GRÁFICA N° 3 FINALIDAD SOCIAL DEL USO DE FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra el 80% menciona que la finalidad de utilizar el Facebook, es comunicarse con sus amigos, el 9% es para compartir y etiquetar, el 2% lo utiliza para crear blogs y grupos, el 7% es para publicar, el 1% para jugar y el 1% restante no contestó a la pregunta.

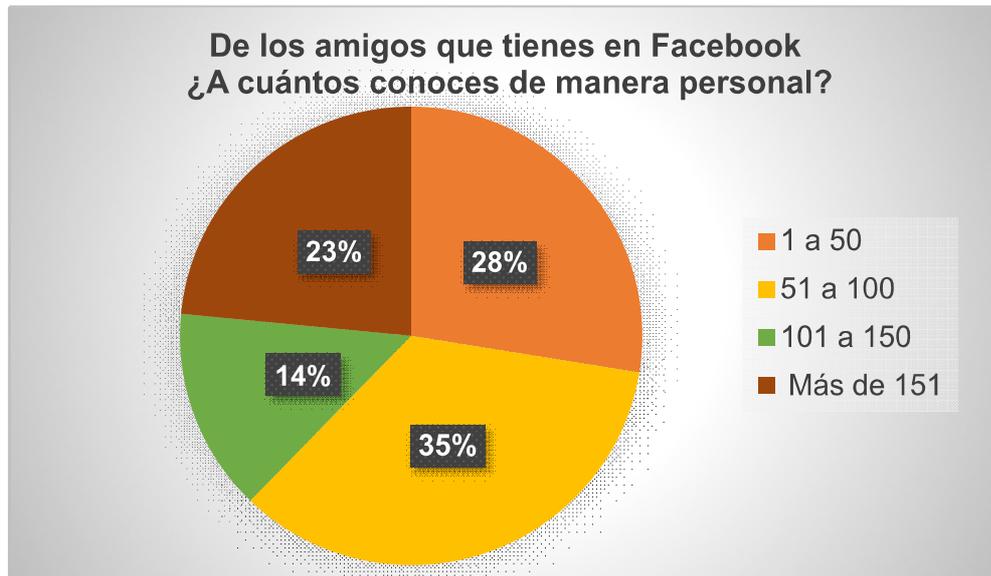
GRÁFICA N° 4 CANTIDAD DE AMIGOS VIRTUALES EN FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra el 9% menciona que tiene de 1 a 50 amigos en el Facebook, el 11% tiene de 51 a 100 amigos, el 7% de 101 a 150, el 72% tienen más de 151 y el 1% no contestó.

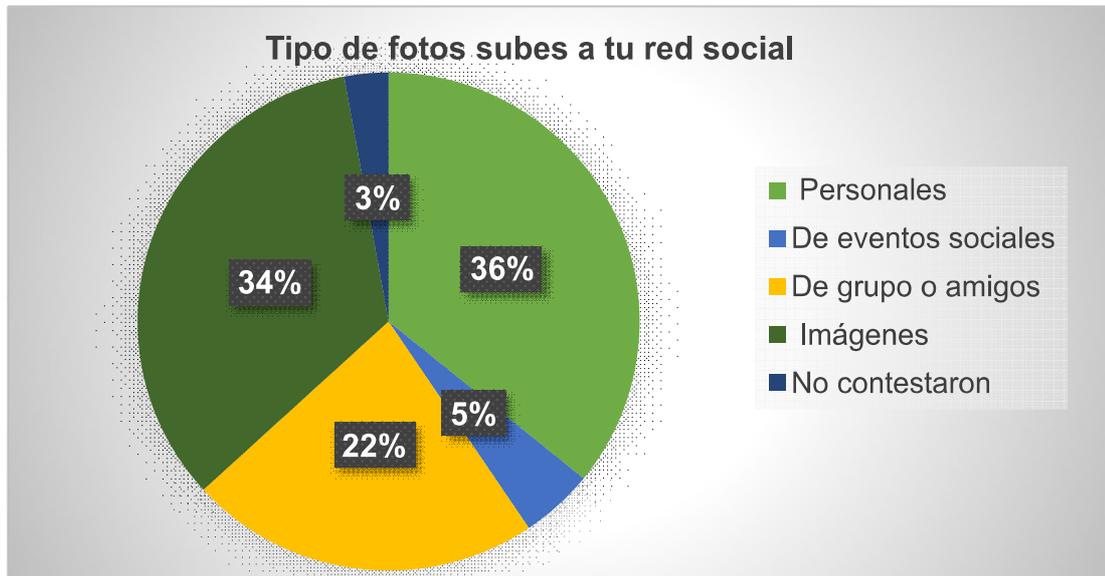
GRÁFICA N° 5 CANTIDAD DE AMIGOS PERSONALES EN FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra el 28% menciona que conoce de manera personal de 1 a 50 amigos, el 35% dice conocer de 51 a 100 amigos, el 14% de 101 a 150 y por último el 23% a más de 151.

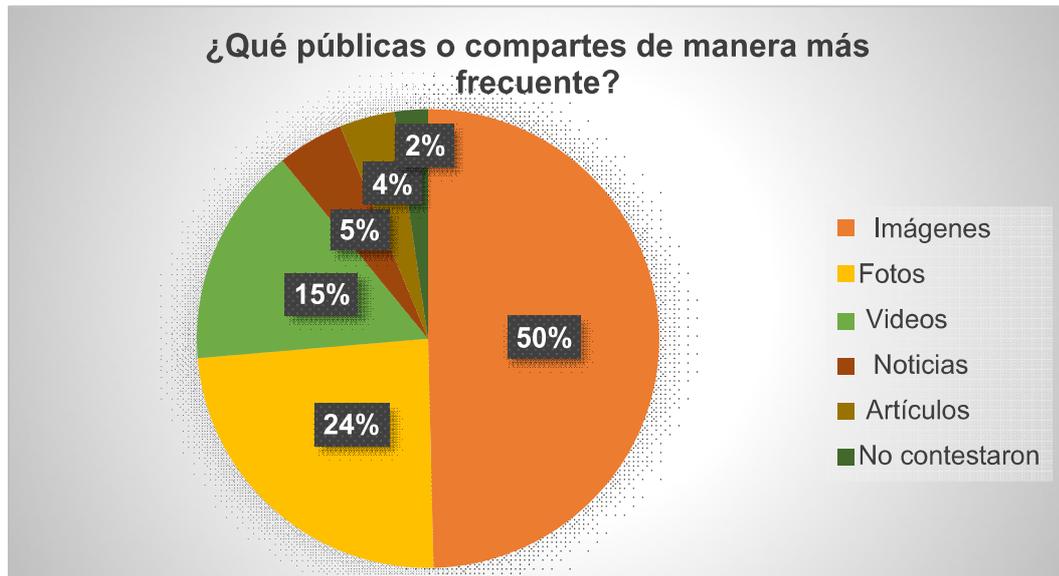
GRÁFICA N° 6 FOTOS SUBIDAS A FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 36% menciona que sube fotos personales a la red, el 5% de eventos sociales, el 22% de grupos o amigos, el 34% de imágenes y el 3% restante no contestó.

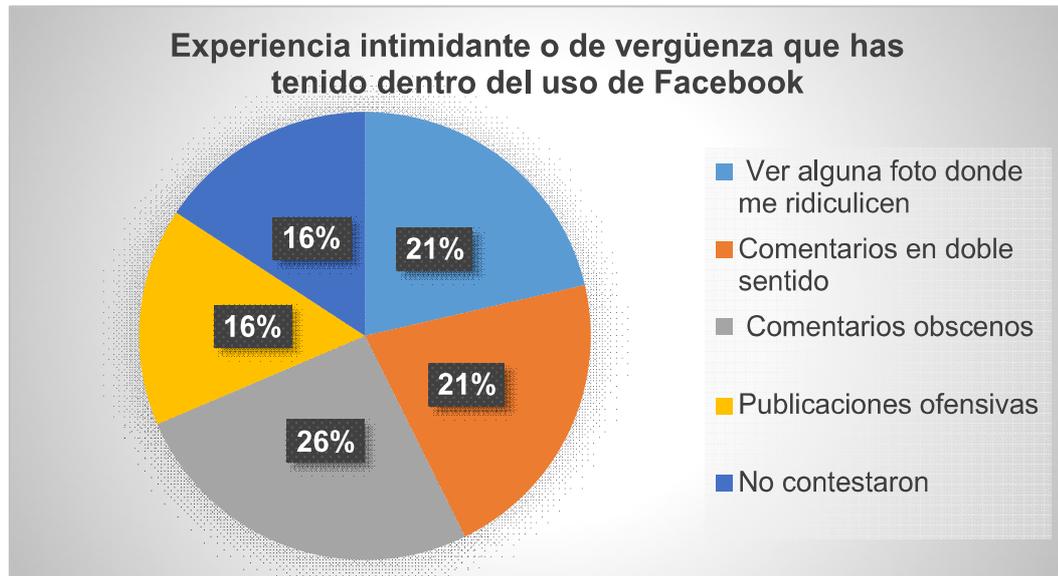
GRÁFICA N° 7 PUBLICACIONES FRECUENTES EN FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 50% menciona que publica o comparte imágenes, el 24% fotos, el 15% publica videos, el 5% noticias, el 4% artículos y el 2% restante no contestó.

GRÁFICA N° 8 EXPERIENCIAS INTIMIDANTES EN FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 21% menciona que ha observado alguna foto donde los ridiculicen, el 21% a experimentado comentarios en doble sentido, el 26% comentarios obscenos, el 16% publicaciones ofensivas y el 16% restante no contestó.

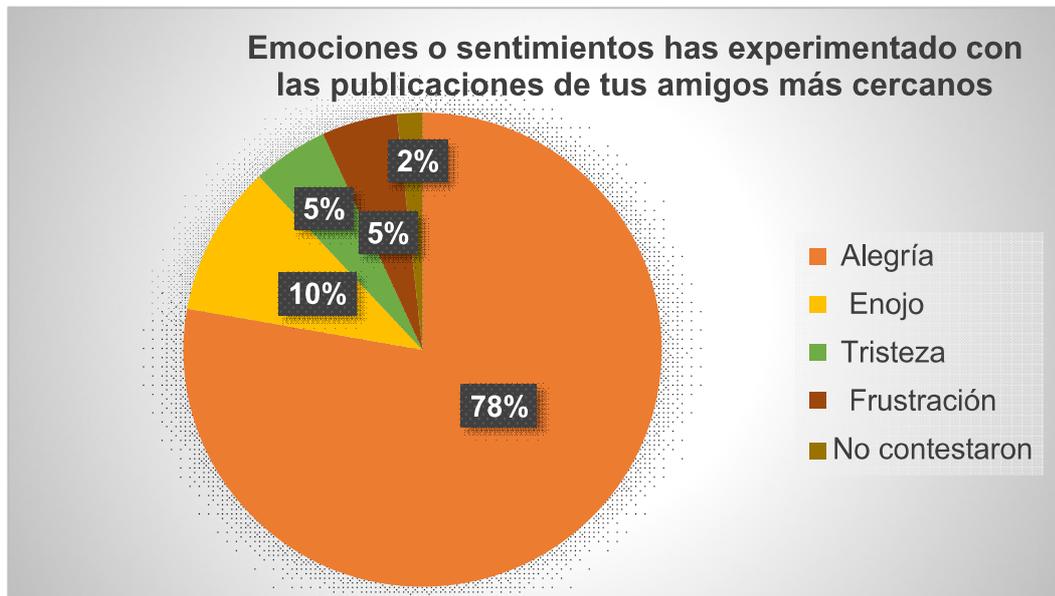
GRÁFICA N° 9 PROBLEMATICAS CON EL USO DE FACEBOOK



ANÁLISIS

De un 100% de la muestra, el 16% menciona que ha tenido peleas por las redes sociales, el 29% ha manifestado información errónea, el 8% ha tenido enfrentamientos verbales, el 19% insultos o agresiones y el 28% restantes no contestaron.

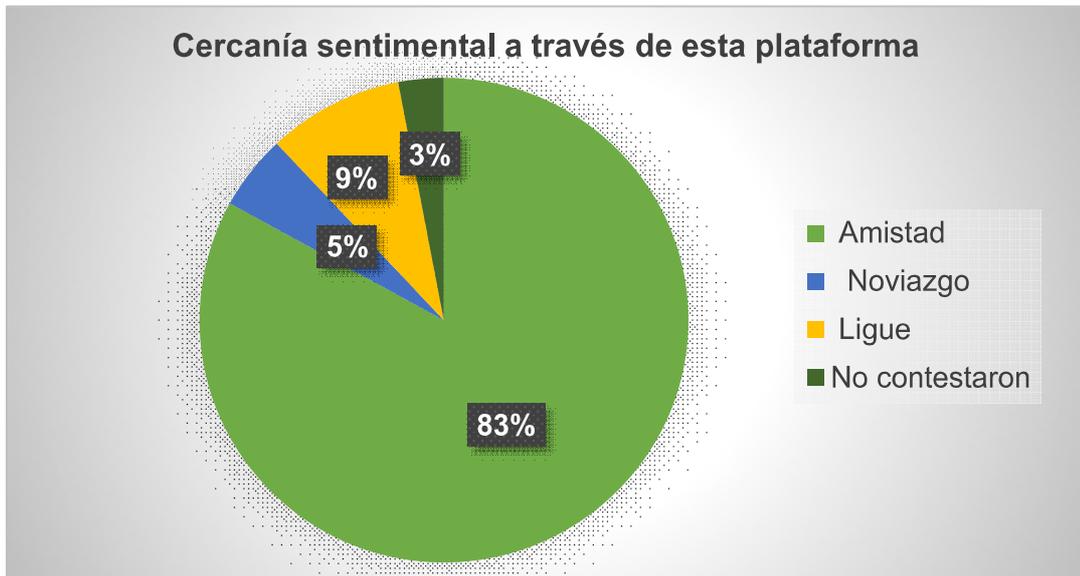
GRÁFICA N° 10 EMOCIONES QUE EXPERIMENTAN CON EL USO DE FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 78% menciona que experimenta alegría con las publicaciones de sus amigos cercanos, el 10% enojo, el 5% tristeza, el 5% frustración y el 2% restante no contestó.

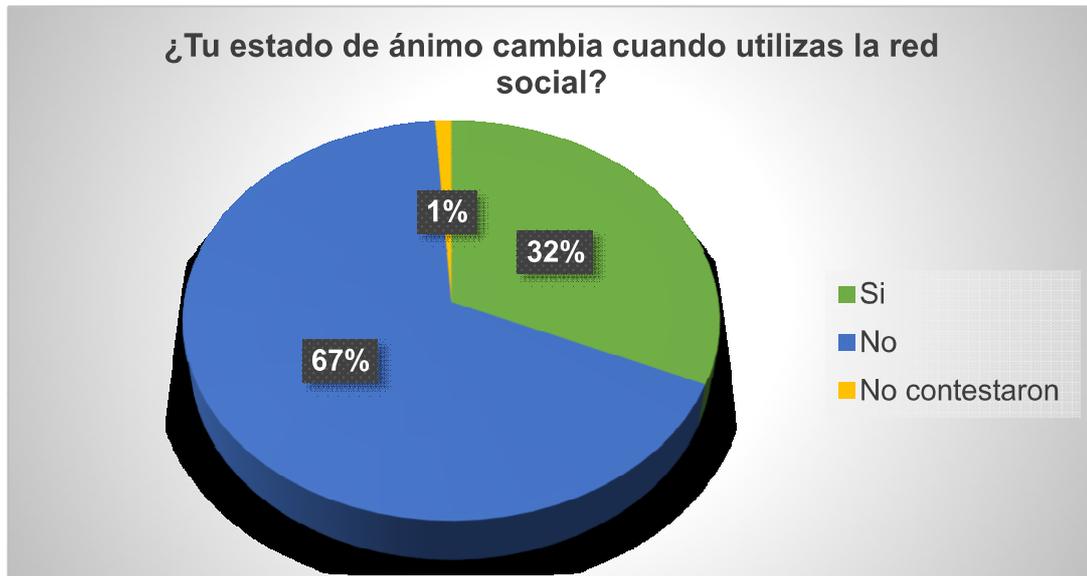
GRÁFICA N° 11 CERCANÍA SENTIMENTAL CON EL USO FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 83% menciona que mantiene una amistad a través de esta plataforma, el 5% mantiene un noviazgo, el 9% lo utiliza para ligar y el 3% restante no contestó a la pregunta planteada.

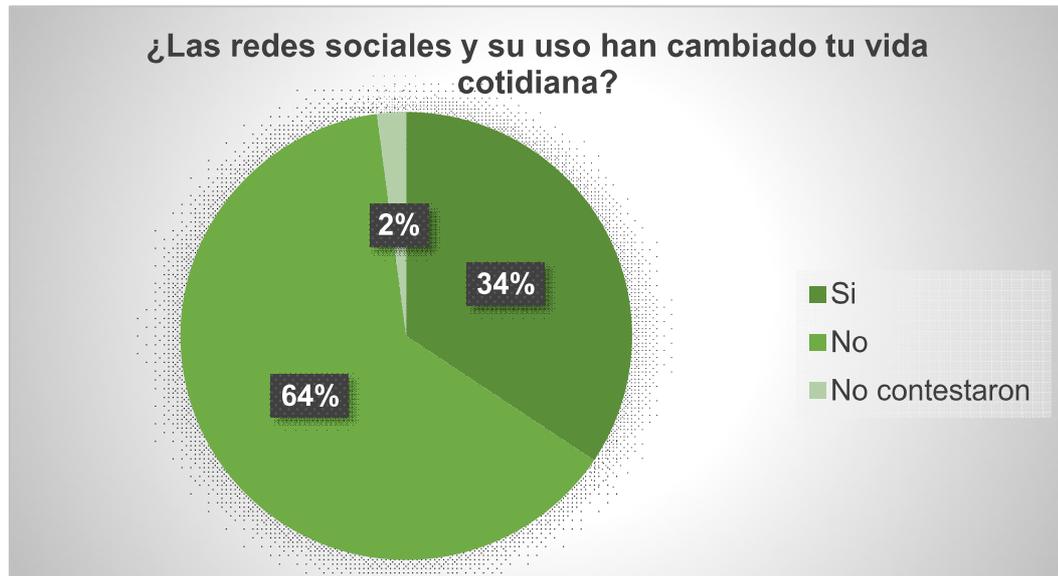
GRÁFICA N° 12 CAMBIOS ANIMICOS CON EL USO DE FACEBOOK



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 32% menciona que su estado de ánimo cambia cuando utilizan el Facebook, en cambio el 67% dice que no cambia y el 1% restante no contestó.

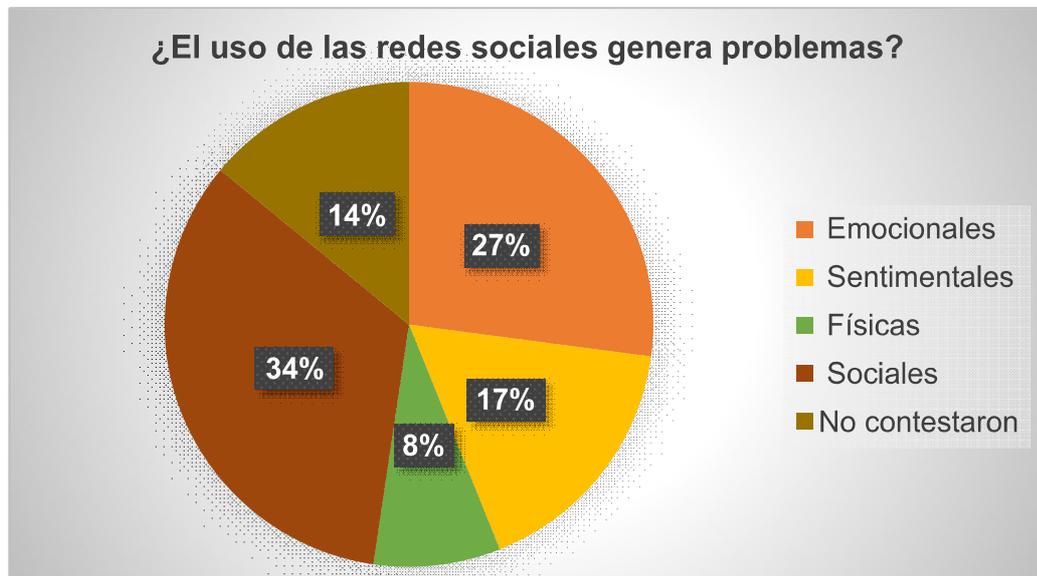
GRÁFICA N° 13 USO DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 34% menciona que las redes sociales han cambiado su vida cotidiana, mientras que el 64% consideran que no influye en su cotidianidad y el 2% restante no contestó.

GRÁFICA N° 14 PROBLEMÁTICAS GENERADAS POR EL USO DE LAS REDES SOCIALES



ANÁLISIS

Del 100% de la muestra, el 27% menciona que las redes sociales generan problemas emocionales, el 17% conflictos sentimentales, el 8% físicos, el 34% sociales y el 14% restante no contestó.

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

7. Conclusiones

A partir de la encuesta aplicada a los directivos y profesores surge la necesidad de analizar el uso del Facebook y la baja autoestima en los adolescentes. Los resultados obtenidos comprueban la hipótesis de investigación la cual fue: a mayor uso del Facebook, mayor número de efectos en adolescentes con baja autoestima. Los elementos considerados para la realización de este trabajo fueron: test de Rosenberg, cuestionario de habilidades sociales y el cuestionario de preconcepción del uso de Facebook en relación a los adolescentes con baja autoestima; dichos instrumentos se aplicaron en la escuela preparatoria oficial n° 129 de san Pedro Techuchulco, perteneciente al municipio de Joquicingo, a los alumnos de segundo, cuarto y sexto semestre, durante el ciclo escolar 2015-2016-2. Estos documentos nos permitieron obtener de un total de 221 alumnos una muestra de 98, mismos que manifiestan baja autoestima, en relación al Facebook, su uso frecuente, tipo de publicaciones, comentarios, emociones, experiencias, sentimientos, cotidianidad y acceso al mismo.

Al respecto los adolescentes cuentan con un mayor grado de vulnerabilidad a consecuencia de la etapa de desarrollo en la que se encuentran, es por eso que ellos buscan nuevas alternativas y grados de aceptación por parte de sus amigos en las redes sociales virtuales. Además de que hay que considerar el grado de emociones que son generados y presentados en la interacción y publicación de comentarios, imágenes, fotografías y videos. Asimismo, hay que considerar el número de amigos que tienen en su red social, ya que solamente el 50% de ellos los conocen personalmente, es decir que, para poder relacionarse a través de este medio, la mayoría de los estudiantes para ser aceptados necesitan de una máscara que les permita ser miembros de un círculo específico de amistades. En ocasiones conlleva a problemáticas sociales, emocionales y sentimentales, en otras palabras, los adolescentes se enfrentan al rechazo, humillaciones, ridiculizaciones, ofensas, insultos, agresiones o distribución de información errónea sobre aspectos personales y académicos que afectan de manera directa la integridad del adolescente.

Por otra parte, hay que tomar en consideración la forma en que tienen acceso a dicha red virtual, en primer lugar, si cuentan con una computadora e internet dentro de su casa, esto facilita que pasen mayor tiempo utilizando dicha plataforma; por el contrario, si tienen que acudir a diferentes sitios que les proporcionen el servicio, las horas que pasen utilizando Facebook es menor ya que tienen que pagar por el consumo de este servicio. La mayoría de las veces, los estudiantes la utilizan con fines académicos, informativos, de apoyo y sentimentales; esto genera dependencia, ansiedad, frustración, timidez, inseguridades, tristeza, enojo, baja interacción y socialización, orillándolos a manifestar una baja autoestima y en algunos casos a consumir sustancias tóxicas o el suicidio.

7.1 Recomendaciones

Es necesaria la aplicación de un taller de concientización sobre el uso de las redes sociales virtuales, de manera específica el Facebook. Debido a que tiene relación directa con la baja autoestima de los adolescentes. Al respecto las instituciones educativas deben contar con personal capacitado que pueda mediar la situación e intervenir de manera satisfactoria. Asimismo, es importante que se categoricen a los alumnos que presenten baja autoestima en el uso del Facebook para disminuir los efectos de esta plataforma. Es decir, que directivos, padres de familia, estudiantes y orientadores educativos se den a la tarea de conocer a los adolescentes en cuanto a sus emociones, sentimientos, interacciones, habilidades, aptitudes, personalidades, identidades y tipos de relaciones que entablan con las personas que los rodean, para evitar conflictos o situaciones desagradables dentro del ámbito educativo.

La finalidad del taller es proyectar los efectos del Facebook en adolescentes con baja autoestima, para evitar el impacto individual, grupal y colectivo del uso de esta red virtual. En otros términos, enseñarles a los adolescentes a usarla con responsabilidad, privacidad y conciencia; a la hora de elaborar trabajos académicos, relaciones personales o sociales y tipos de interacciones que conforman su identidad o personalidad, mismos que los hacen únicos e irrepetibles. Por lo que es importante que los adolescentes se reconstruyan de manera saludable tanto física como mentalmente.

Glosario

Aceptación: acción desplegada por cualquier ser humano, de recibir de manera voluntaria y de acuerdo una cosa, un objeto, una noticia y hasta a uno mismo, entre otras cuestiones.

Adjuntar: unir o enviar una cosa con otra

Adolescencia: periodo que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo corporal y Psíquico del organismo.

Agresión: estado emocional que consiste en sentimientos de odio y deseos de dañar a otra persona, animal u objeto. La agresión es cualquier forma de conducta que pretende herir física y/o psicológicamente a alguien.

Aislamiento: es la separación por parte del individuo de las ideas y los sentimientos originalmente asociados a ellas. Se aparta del componente afectivo asociado a una idea determinada, pero se mantiene apegado a sus elementos cognoscitivos.

Alegorías: Representación en la que las cosas tienen un significado simbólico

Ambigüedad: se hace referencia a una situación en la que la información tratada podría ser interpretada o entendida de diferentes formas o maneras.

Amigo: se aplica a la persona que mantiene una relación de amistad con otra u otras personas.

Amistad: es una relación afectiva entre dos personas y una de los vínculos interpersonales más comunes que la mayoría de los seres humanos tienen a lo largo de su vida.

Aplicación: es un tipo de programa informático diseñado como herramienta para permitir a un usuario realizar uno o diversos tipos de trabajos.

Autoestima: es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. Se trata de la opinión emocional que los individuos tienen de sí mismos y que supera en sus causas la racionalización y la lógica.

Autorreflexión: es la capacidad de pensar en sí mismo, pensar en los actos pasados, presentes y cómo serán en el futuro.

Banalizar: dar algo de carácter trivial o común

Categorización: es una herramienta provista por el software MediaWiki que permite almacenar artículos y otras páginas dentro de categorías, que reúnen a varios artículos o páginas de características similares.

Ciberespacio: se refiere a un entorno no físico creado por equipos de cómputo unidos para interactuar en una red. En el ciberespacio, los operadores del equipo pueden interactuar de manera similar al mundo real, a excepción que la interacción en el ciberespacio no requiere del movimiento físico más allá que el de escribir.

Cibernauta: persona que mediante un ordenador y a través de la red informática internet accede a bases de datos y se comunica con usuarios conectados a la misma red en cualquier parte del mundo.

Cólera: enfado muy grande y violento

Comunicación: es la actividad consciente de intercambiar información entre dos o más participantes con el fin de transmitir o recibir significados a través de un sistema compartido de signos y normas semánticas.

Connotaciones: sentido o valor secundario que una palabra, frase o discurso adopta por asociación con un significado estricto:

Convencional: que resulta o se establece en virtud de costumbres o tradiciones.

Cotilleo: contar chismes o cuentos.

Depresión: trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración.

Desasosiego: intranquilidad e inquietud.

Desempeño académico: producto del proceso de enseñanza-aprendizaje que pretende ver los conocimientos aprendidos en dicho proceso y como los va incorporando a su conducta el estudiante.

Detrimento: daño moral o material en contra de los intereses de alguien

Dialéctica: conjunto de razonamientos y argumentaciones de un discurso o una discusión y modo de ordenarlos.

Difusión: propagación de algo.

Emancipación: autonomía, liberación o independencia de uno o más individuos en relación a un poder, una tutela, autoridad u otro tipo de dependencia, sujeción, sumisión o subordinación.

Emoción: resulta ser la alteración intensa y pasajera de nuestro ánimo, que puede ser agradable, o en su defecto, muy penosa, y que además suele aparecer junto con una conmoción somática.

Endogrupo: unidad social con la que se identifica un individuo o de la cual forma parte.

Estado emocional: es una actitud o disposición emocional en un momento determinado.

Estado: situación o modo de estar de una persona o cosa, en especial la situación temporal de las personas o cosas cuya condición está sujeta a cambios.

Exogrupo: unidad social con la que el individuo no se identifica o de la cual no forma parte.

Facebook: es una interfaz virtual desarrollada en el año 2004 por cuatro estadounidenses de la ciudad de Cambridge.

Faceta: aspecto de los varios que pueden ser considerados en un asunto o en una persona

Factor: elemento, condicionante que contribuye a lograr un resultado.

Fechoría: mala acción.

Feed: palabra en ingles que significa proporcional o facilitar.

Felicidad: estado de ánimo de la persona que se siente plenamente satisfecha por gozar de lo que desea o por disfrutar de algo bueno.

Frustración: sentimiento desagradable que se produce cuando las expectativas de una persona no se ven satisfechas al no poder conseguir lo pretendido.

HTML: hace referencia al lenguaje de marcado para la elaboración de páginas web, a partir de una estructura básica y un código.

Identidad: conjunto de rasgos o características de una persona o cosa que permiten distinguirla de otras en un conjunto.

Identificación: reconocimiento de la identidad de alguien:

Interacción: acción que se ejerce recíprocamente entre dos o más objetos, personas, agentes, fuerzas, funciones,

Interfaz: es una conexión entre dos máquinas de cualquier tipo, a las cuales les brinda un soporte para la comunicación a diferentes estratos. Es posible entender la interfaz como un espacio, instrumento o superficie.

Internet: es una red de redes que permite la interconexión descentralizada de computadoras a través de un conjunto de protocolos denominado TCP/IP.

Like: gustar, agradar, apetecer, caer bien, encantar, querer, simpatizar

Investir: conferir una dignidad o cargo importante.

Ítem: palabra en ingles que significa sección.

Lascivo: propensión excesiva a los placeres sexuales

Like: palabra en ingles que significa me gusta

Links: es texto o imágenes en un sitio web que un usuario puede pinchar para tener acceso o conectar con otro documento. Los enlaces son como la tecnología que conecta dos sitios web o dos páginas web. En el navegador se ven como palabras subrayadas

Lúdico: del juego o relativo a él.

Mascara: pieza para taparse la cara y no ser conocido o para protegerse de algo

Menosprecio: otorgar poco aprecio o estimación

Mí: conjunto organizado de actitudes de los demás que uno asume, En otras palabras, el «mí» es la adopción del «otro generalizado.

Moratoria psicológica:

Mórbido: que padece enfermedad o la ocasiona.

Multidimensional: que concierne varios aspectos de un asunto

Muro: se halla en cada uno de los perfiles de usuario, mantiene en contacto a los usuarios registrados, permitiendo que se relacionen, pudiendo publicar logotipos e imágenes

Notificar: hacer saber una cosa a alguien siguiendo ciertas formalidades.

Oleada: cantidad grande e indeterminada de cosas o sucesos que se imponen de forma arrolladora

Omnipresente: que está presente en todas partes al mismo tiempo.

Online: palabra en ingles que significa en línea o conectado.

Página web: un documento electrónico el cual contiene información textual, visual y/o sonora que se encuentra alojado en un servidor y puede ser accesible mediante el uso de navegadores.

Paradójica: idea extraña o irracional que se opone al sentido común y a la opinión general.

Perfilar: establecer claramente los aspectos particulares de una cosa para que sea más exacta y precisa

Performance: actividad artística que tiene como principio básico la improvisación y el contacto directo con el espectador.

Personalidad: conjunto de las características y diferencias individuales que distingue a una persona de otra

Perspectiva: panorama que desde un punto determinado se presenta a la vista del espectador, especialmente cuando está lejano.

Plataforma virtual: es un sistema que permite la ejecución de diversas aplicaciones bajo un mismo entorno, dando a los usuarios la posibilidad de acceder a ellas a través de Internet.

Popularidad: aceptación y aplauso que alguien tiene en el pueblo.

Postear: acción de enviar un mensaje a un grupo de noticias, foro de discusión, comentarios en sitio web o un blog, a una publicación de Facebook

Predisposición: preparar, disponer anticipadamente algo o el ánimo de alguien para un fin determinado

Pseudónimo: nombre que usa una persona en lugar del suyo verdadero, en especial un artista, un escritor, entre otros

Publicación: hace referencia al acto mediante el cual se hace público o se da a conocer determinada información, acto, dato

Red social: página web en la que los internautas intercambian información personal y contenidos multimedia de modo que crean una comunidad de amigos virtual e interactiva

Relación: trato, unión o conexión que hay entre dos o más personas.

Rol: función que una persona desempeña en un lugar o en una situación.

Self: es esencialmente un proceso social que atraviesa estas dos fases distintas.

Selfie: palabra en ingles que significa autorretrato.

Sensación: impresión que los estímulos externos producen en la conciencia y que es recogida por medio de alguno de los sentidos

Sentimiento: estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, y éstas pueden ser alegres y felices, o dolorosas y tristes.

Signo: manifestación objetiva de un estado que puede ser patológico. Los signos son observados por el clínico más que descritos por el individuo afectado.

Síndrome: agrupación de signos y síntomas basada en su frecuente coocurrencia, que puede sugerir una patogenia, una evolución, unos antecedentes familiares o una selección terapéutica comunes.

Síntoma: manifestación subjetiva de un estado patológico. Los síntomas son descritos por el individuo afecto más que observados por el examinador.

Temerario: sujeto imprudente, que se expone o expone a otras personas a riesgos innecesarios

Tipificación: ajuste o adaptación de varias cosas semejantes al patrón de un modelo o norma común:

Unilateral: se refiere solamente a una parte o a un aspecto de algo.

Updates: palabra en ingles que significa actualizar.

URL: localizador de Recursos Uniforme. Es una cadena de caracteres con la cual se asigna una dirección única a cada uno de los recursos de información disponibles en Internet.

Uso: hacer que un objeto sirva para algo

Vincular: lo que une o ata a las personas o cosas

Vinculo: unión o relación no material, especialmente la que se establece entre dos personas.

Viralidad: cualidad de lo que se propaga rápidamente por la internet.

Web: palabra en ingles que significa red

Yo: es la respuesta inmediata de un individuo a otro. Es el aspecto incalculable, imprevisible y creativo del self.

Yoes (yos): es la respuesta del individuo ante otros en una variedad de contextos el cual le permite usar la diversidad para crear una identidad propia distintiva que incorpore de forma positiva o negativa elementos de distintas situaciones en un discurso integrado.

Anexos



ANEXO 1 INFORMACION DEL UNIVERSO

1. Sexo

SEXO	FEMENINO	MASCULINO	TOTAL
1° "1"	28	24	52
1° "2"	21	22	43
2° "1"	22	14	36
2° "2"	24	19	43
3° "1"	14	10	24
3° "2"	12	11	23
TOTAL	121	100	221

2. Edad

AÑOS	15 a	16a	17a	18ª	MAS DE 18	TOTAL
1° "1"	39	12	1	0	0	52
1° "2"	11	32	0	0	0	43
2° "1"	0	33	2	1	0	36
2° "2"	0	37	5	0	1	43
3° "1"	0	0	20	3	1	24
3° "2"	0	0	13	7	3	23
TOTAL	50	114	41	11	5	221

3. Test de Rosemberg

	ROJO	NARANJA	AMARILLO	VERDE	TOTAL
1° "1"	2	6	16	28	52
1° "2"	1	3	13	26	43
2° "1"	0	23	9	4	36
2° "2"	3	6	6	28	43
3° "1"	1	0	5	18	24
3° "2"	1	1	2	19	23
TOTAL	8	39	51	123	221

4. Test de Habilidades Sociales

H.S.	ROJO	NARANJA	AMARILLO	VERDE	TOTAL
1° "1"	2	23	25	2	52
1° "2"	4	18	15	6	43
2° "1"	1	11	22	2	36
2° "2"	1	17	24	1	43
3° "1"	0	3	15	6	24
3° "2"	3	4	11	5	23
TOTAL	11	76	112	22	221

5. Total, de intervenciones

	SI	NO	TOTAL
1° "1"	28	24	52
1° "2"	22	21	43
2° "1"	15	21	36
2° "2"	21	22	43
3° "1"	4	20	24
3° "2"	8	15	23
TOTAL	98	123	221

ANEXO 2

CUESTIONARIO (MUESTRA)

1) ¿Cuentas con acceso a internet en tu casa?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Si	48	51%
No	50	49%

2) ¿Cuántas horas al día empleas en Facebook?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Menos de una hora	43	40%
De 1 a 3 horas	34	32%
Más de 3 horas	29	27%
No contesto	1	1%

3) ¿Qué finalidad tienes al utilizar Facebook?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
a) Comunicarte con tus amigas	86	80%
b) Compartir y etiquetar	10	9%
c) Crear blogs y grupos	2	2%
d) Publicar	7	7%
e) Jugar	1	1%
No contestaron	1	1%

4) ¿Número de amigos que tienes en Facebook?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
a) 1 a 50	8	9%
b) 51 a 100	10	11%
c) 101 a 150	7	7%
d) Más de 151	68	72%
No contestaron	1	1%

5) De los amigos que tienes en Facebook ¿A cuántos conoces de manera personal?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
1 a 50	27	28%
51 a 100	34	35%
101 a 150	14	14%
Más de 151	23	23%

6) Tipo de fotos subes a tu red social

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Personales	38	36%
De eventos sociales	5	5%
De grupo o amigos	24	22%
Imágenes	36	34%
No contestaron	3	3%

7) ¿Qué públicas o compartes de manera más frecuente?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Imágenes	64	50%
Fotos	31	24%
Videos	20	15%
Noticias	6	5%
Artículos	5	4%
No contestaron	3	2%

8) Experiencia intimidante o de vergüenza que has tenido dentro del uso de Facebook

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Ver alguna foto donde me ridiculicen	19	21%
Comentarios en doble sentido	19	21%
Comentarios obscenos	23	26%
Publicaciones ofensivas	14	16%
No contestaron	14	16%

9) Tipo de problema o mal entendido originado por las redes sociales

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Peleas	15	16%
Información errónea	26	29%
Enfrentamientos verbales	7	8%
Insultos o agresiones	17	19%
No contestaron	25	28%

10) Emociones o sentimientos has experimentado con las publicaciones de tus amigos más cercanos

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Alegría	91	78%
Enojo	12	10%
Tristeza	6	5%
Frustración	6	5%
No contestaron	2	2%

11) Cercanía sentimental a través de esta plataforma

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Amistad	83	83%
Noviazgo	5	5%
Ligue	9	9%
No contestaron	3	3%

12) ¿Tu estado de ánimo cambia cuando utilizas la red social?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Si	30	32%
No	64	67%
No contestaron	1	1%

13) ¿Las redes sociales y su uso han cambiado tu vida cotidiana?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Si	33	34%
No	61	64%
No contestaron	2	2%

14) ¿El uso de las redes sociales genera problemas?

RESPUESTA	ALUMNOS	PORCENTAJE
Emocionales	29	27%
Sentimentales	18	17%
Físicas	9	8%
Sociales	36	34%
No contestaron	15	14%



Encuesta sobre las redes sociales

Nombre: _____
Localidad: _____ . Edad: _____ . Sexo: _____ .
Escolaridad: _____ Fecha: _____ .

1.- ¿Cuál de las siguientes palabras describe a una red social?

- a) Comunicación
- b) Entretenimiento
- c) Vicio
- d) Riesgo

2.- ¿Consideras que el uso de las redes sociales se está convirtiendo en?

- a) Adicción
- b) Habito
- c) Costumbre

3.- ¿Las redes sociales cambian el pensamiento de los jóvenes?

- a) Si
- b) No

4.- ¿Los jóvenes de la escuela preparatoria oficial n°129 tienen más atención en una red social que en ellos mismos?

- a) Si
- b) No

5.- ¿Cuál cree usted que es la red social que más llama la atención en los jóvenes?

- a) Facebook
- b) Instangram
- c) Twitter

6.- ¿Considera satisfactorio conocer gente por medio del internet?

- a) Si
- b) No



- 7.- ¿Usted tiene cuenta en una de las redes sociales que hay en internet?
- a) Si
 - b) No
- 8.- ¿Las redes sociales influyen en el comportamiento de los jóvenes?
- a) Si
 - b) No
- 9.- ¿Los jóvenes solo entran en internet solo para conocer más gente?
- a) Si
 - b) No
- 10.- ¿Usted tiene una vida social activa?
- a) Si
 - b) No
- 11.- ¿Le han sido útiles las redes sociales?
- a) Si
 - b) No
- 12.- ¿Cree que el uso de redes sociales afecta las relaciones persona a persona?
- a) Si
 - b) No
 - c) No sabe
- 13.- ¿Considera que las redes sociales son seguras?
- a) Si
 - b) No
 - c) No sabe
- 14.- ¿Considera que las redes sociales, son importantes en las relaciones de hoy en día?
- a) Si
 - b) No
 - c) No sabe



15.- ¿Facebook es considerado un fenómeno?

- a) Social
- b) Laboral
- c) Educativo
- d) Político

16.- ¿Cuáles son los principales riesgos a los que se expone un adolescente al momento de utilizar una red social?

- a) Aislamiento
- b) Obsesión
- c) Vulnerabilidad emocional

17.- ¿Para el adolescente el formar parte en una red social significa?

- a) Mejora su vida social
- b) Empobrece su vida social

18.- ¿Considera que los usos excesivos de las redes sociales afectan a los adolescentes de manera negativa?

- a) Si
- b) No

19.- ¿Considera que la reputación digital influye en el comportamiento social entre los alumnos?

- a) Si
- b) No

20.- ¿Cree que las redes sociales influyen para determinar la personalidad de los adolescentes?

- a) Si
- b) No

21.- ¿Considera que las publicaciones en las redes sociales influyen en el estado emocional del adolescente?

- a) Si
- b) No



22.- ¿Considera fundamental la utilización de las redes sociales en el proceso de enseñanza – aprendizaje?

- a) Si
- b) No

23.- ¿Dentro del salón de clases, existe algún tipo de presión social a causa de las redes sociales?

- a) Si
- b) No

24.- ¿La publicidad en las redes sociales, influye en las relaciones dentro del salón de clases?

- a) Si
- b) No
- c) Talvez

25.- ¿Cuáles son los dispositivos con internet más utilizados por los alumnos?

- a) Celular
- b) Laptop
- c) Tablet
- d) Ipod/Iphone

26.- ¿Considera útil el uso de las redes sociales en la educación?

- a) Si
- b) No

27.- ¿Considera que las redes sociales influyen en el desempeño académico?

- a) Si
- b) No

28.- ¿Para las tareas o trabajos escolares que tipo de fuentes de información utilizan los adolescentes?

- a) Libros
- b) Blog
- c) Artículos científicos
- d) Enciclopedias virtuales (Wikipedia.)



29.- ¿Cuál cree que es la forma idónea de enseñarle a los adolescentes para que integren las redes sociales a su vida cotidiana?

- a) Taller
- b) Conferencias
- c) Información documental

30.- ¿Qué valores considera indispensables para el uso exitoso de las redes sociales?

- a) Respeto
- b) Responsabilidad
- c) Tolerancia
- d) Veracidad



CUESTIONARIO PRECONCEPCION DEL USO DEL FACEBOOK EN RELACION A LOS ADOLESCENTES CON BAJA AUTOESTIMA

Nombre de la escuela: _____.

Localidad: _____, Edad: _____, Sexo: _____.

Ciclo escolar: _____ Grupo: _____ Fecha: _____

Nombre de la cuenta en Facebook: _____.

INSTRUCCIONES.

- Solo subraya los datos que se te piden
- Lee las preguntas detenidamente. Revisa todas las opciones y elige las respuestas que prefieras.
- Elige solo una respuesta subrayándola. ATENCION, hay preguntas que debes responder seleccionando más de una opción y otras donde puedes elegir todas las respuestas que quieras.
- Para subrayar el cuestionario utiliza un lápiz. Si te equivocas corrige borrando, **no taches**.
- Si te surge alguna pregunta mientras subrayas el cuestionario, levanta la mano y te responderemos.

1) ¿Cuentas con acceso a internet en tu casa?

- a) Si b) No

2) ¿Cuántas horas al día empleas en Facebook?

- a) Menos de una hora
b) De 1 a 3 horas
c) Más de 3 horas

3) ¿Qué finalidad tienes al utilizar Facebook?

- a) Comunicarte con tus amigos (a)
b) Compartir y etiquetar
c) Crear blogs y grupos
d) Publicar
e) Jugar



- 4) ¿Número de amigos que tienes en Facebook?
 - a) 1 a 50
 - b) 51 a 100
 - c) 101 a 150
 - d) Más de 151

- 5) De los amigos que tienes en Facebook ¿A cuántos conoces de manera personal?
 - a) 1 a 50
 - b) 51 a 100
 - c) 101 a 150
 - d) Más de 151

- 6) Tipo de fotos que subes a tu red social
 - a) Personales
 - b) De eventos sociales
 - c) De grupo o amigos
 - d) Imágenes

- 7) ¿Qué publicas o compartes de manera más frecuente?
 - a) Imágenes
 - b) Fotos
 - c) Videos
 - d) Noticias
 - e) Artículos

- 8) Subraya tu experiencia intimidante o de vergüenza que has tenido dentro del uso de Facebook
 - a) Ver alguna foto donde me ridiculicen
 - b) Comentarios en doble sentido
 - c) Comentarios obscenos
 - d) Publicaciones ofensivas



- 9) Tipo de problema o mal entendido originado por las redes sociales
- Peleas
 - Información errónea
 - Enfrentamientos verbales
 - Insultos o agresiones
- 10) Emociones o sentimientos que has experimentado con las publicaciones de tus amigos más cercanos
- Alegría
 - Enojo
 - Tristeza
 - Frustración
- 11) Cercanía sentimental a través de esta plataforma
- Amistad
 - Noviazgo
 - Ligue
- 12) ¿Tu estado de ánimo cambia cuando utilizas la red social?
- Si
 - No
- 13) ¿Las redes sociales y su uso han cambiado tu vida cotidiana?
- Si
 - No
- 14) ¿El uso de las redes sociales genera problemas?
- Emocionales
 - Sentimentales
 - Físicas
 - Sociales

Cuestionario de Habilidades Sociales

Nombre y Apellidos: _____	Edad: _____
Curso: _____	Centro: _____

Instrucciones: Según las situaciones en las que nos encontremos ante los/as demás solemos responder de forma distinta. Así nuestras conductas desarrolladas en tales situaciones determinan el mayor o menor grado de adaptación con respecto a los grupos con los que nos relacionamos (familia, amigos/as, compañeros/as, etc.) y esto nos hará sentirnos más o menos aceptados/as, estar más o menos relajados/as, o ser más o menos felices.

- Marca con un aspa (**X**) la casilla correspondiente según te ocurra a ti SIEMPRE/CASI SIEMPRE, ALGUNAS VECES o CASI NUNCA lo que se indica en cada situación.
- Por favor, contesta a **TODOS** los apartados con sinceridad.

SITUACIONES	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
1. Cuando alguien me gana, o a mi equipo, en un juego o competición, lo felicito al terminar	2	1	0
2. Suelo pedir ayuda a mis amigos/as cuando estoy en un apuro	2	1	0
3. Si alguien me gasta una broma pesada, le expreso mi fastidio	2	1	0
4. Cuando se expresan opiniones con las que no estoy de acuerdo, manifiesto mi opinión fundamentándola con razones	2	1	0
5. Me resulta fácil iniciar y mantener una conversación con una persona desconocida	2	1	0
6. Si mis padres o algún/a profesor/a afirman algo que considero equivocado, intento rebatírselo	2	1	0
7. Pregunto cuando no entiendo algo en clase	2	1	0
8. Suelo pedir disculpas cuando reconozco internamente que me he equivocado	2	1	0
9. Cuando en un grupo se habla mal de un/a amigo/a, lo defiendo aún en contra de los demás	2	1	0
10. Escucho a la persona que está hablando, sin interrumpir hasta que termina	2	1	0
11. Cuando un/a amigo/a me hace una "faena", le expreso mi malestar sin ocultar lo molesto que me siento	2	1	0
12. Manifiesto mis opiniones ante mis padres, aunque prevea que puede haber desacuerdos	2	1	0
13. Participo en los coloquios cuando creo que tengo algo que aportar	2	1	0
14. Si veo que una persona actúa de forma injusta, se lo hago saber	2	1	0
15. Cuando alguien me interrumpe al estar hablando yo, le digo que me deje terminar y respete su turno	2	1	0

SITUACIONES	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
16. Discuto o "negocio" la hora de vuelta a casa con mis padres	2	1	0
17. Cuando alguien me pide disculpas y noto que son sinceras, las acepto sin más y "pelillos a la mar"	2	1	0
18. Si alguien me avisa de que estoy molestando de alguna manera, lo dejo sin más	2	1	0
19. Cuando me gastan una broma que resulta graciosa, la acepto y me río con los/as demás	2	1	0
20. Suelo reaccionar con soltura ante situaciones o hechos imprevistos	2	1	0

Suma total de las puntuaciones correspondientes a las casillas marcadas:

Criterios de corrección:

Se suman todos los puntos asignados a cada cuestión y se multiplica por 5 y se divide entre 2, obteniendo así el porcentaje de conducta socialmente hábil en las situaciones que recoge el cuestionario.

<p>SUMA TOTAL: _____ x 5:2 = _____ % DE CONDUCTA SOCIALMENTE HÁBIL</p>
--

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Indicación: Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Codificación proceso: 1.1.1.2.1.1.4. Autocotima (CIPE- α).

Administración: La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

Interpretación:

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

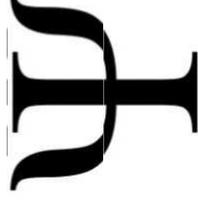
Propiedades psicométricas La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

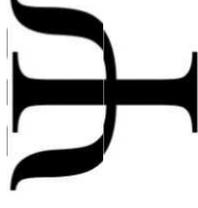
- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				



BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

1° Sesión Grupal.				
Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: la caricatura	Reflexión sobre lo que han hecho y tiempo que han desperdiciado en diversos momentos de su vida. Así como auto conocerse.	Hojas blancas Lápiz	15 min	Se le pide que realicen una caricatura, la que gusten y después se pide que coloquen en la cabeza 3 ideas o metas que hayan tenido siempre; en los ojos 3 impresiones importantes; en la boca 3 expresiones que se arrepiente haber dicho; en el corazón 3 amores que nunca arrancaran; en las manos 3 acciones imborrables y en los pies 3 metidas de pata; al final se pide que comenten.
Técnica VIDEO	Dar a conocer un panorama general del tema y sus derivados	Proyector Laptop	10 min	Se le dará a conocer el tema a exponer iniciando con un video, después se les pedirá a algunos alumnos su participación.
“Adolescencia” Características física, cognitivas y psicológicas	Dar a conocer cuáles son las características y habilidades que poseen y cuales pueden desarrollar.	PPT Proyector Laptop	20 min.	Se les dará a conocer una exposición donde se expondrá la definición, y características físicas, cognitivas y psicológicas de los adolescentes.
Técnica: lo que el viento se llevo	Reflexionar sobre las cosas y personas que tienen, y los apoyan y cuales en realidad aprecian y son importantes para ellos	Hola blanca Lápiz	15 min	Se les pide que partan la hoja en 16 pedazos, que escriban 4 valores importantes, 4 personas que ames, 4 metas y 4 cosas materiales. Después se va pidiendo que entregue algunos papелitos porque el viento se les llevó hasta que se queden únicamente con 4. Al final se retroalimenta.
*Observaciones				



BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

2º Sesión Grupal.

Nathaniel Branden nos dice que la autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás

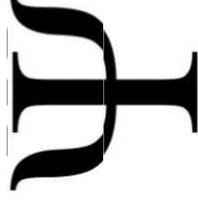
Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: acentuar lo positivo	Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellas mismas debido a que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorar la imagen de ellas mismas mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales.		15 min	Se formarán equipos de dos personas para que compartan algunas cualidades personales entre sí. Cada persona le da a su compañero la respuesta a las tres dimensiones siguientes: Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo. Dos cualidades de personalidad que me agradan de mí mismo. Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo. Se les aplicará unas preguntas para su reflexión:
Video introdutorio	Introducir al alumno en el tema, además de mostrarle que todos somos únicos y especiales.	Proyector Laptop Video	15 min	Se iniciara con una adivinanza y un chiste enseguida se dará a conocer un video sobre el tema.
“Autoestima”	Fortalecer la autoestima de los alumnos desde la autoestima teórica	PPT Proyector Laptop Videos	20 min	Se les expondrá las bases para obtener una autoestima estable.
Técnica : caricias por escrito	Propicia el manejo creativo de la comunicación verbal escrita. Permite el intercambio emocional gratificante. Ayuda el fortalecimiento de la autoimagen de los participantes.	Hojas y lápices	20 min	Se solicita a los participantes que tomen una hoja blanca y la doblen en ocho pedazos. En cada uno de los pedazos tienen que escribir por el inverso, uno a uno, los nombres de sus compañeros. Por el reverso, escriben en dos líneas o renglones, un pensamiento, buen deseo, verso, o una combinación de estos, dirigido al compañero designado en cada pedazo de papel. Al terminar son entregados a los destinatarios en propia mano.

***Observación**



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
IBEROAMERICANA SC
INCORPORADA A LA UNAM. CLAVE 8901

Carr. la Marquesa—Tenango Km. 20.5 Xalatlaco, Estado de México C. P. 52800 Tel. 7131354616 7131354615



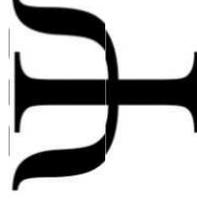
BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

3° Sesión Grupal.

Para Vygotsky el origen del autoconcepto se atribuye al proceso de la internalización del habla; el desarrollo de este fenómeno se presenta en una primera etapa cuando el sujeto, a partir de su nacimiento, interactúa con sus congéneres en un medio familiar, escolar y sociocultural específico, mismas experiencias que paulatinamente se van transformando en procesos mentales.

Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: video	Dar a conocer el tema en general de una manera visual	Video	10 min	Se les colocara el video y al termino se les pedirá su opinión.
“Auto-concepto”	Dar a conocer el significado del autoconcepto para iniciar una concientización del mismo.	PPT Proyector Laptop	20 min	Se les expondrá las bases de formación de un autoconcepto.
Técnica: la carta	Describir cualidades y defectos de la persona, además de observar la cohesión y conocimiento grupal	Hojas Lápiz	25 min	Cada uno se escribirá una carta a sí mismo. En ella se destacan aspectos positivos o negativos, puede incluso contarse alguna anécdota e historia en la que salga a la luz algo bueno de él mismo. Después se meterán en una bolsa y se leerán anónimamente.

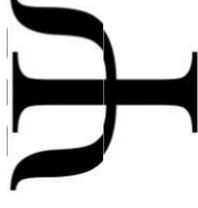
*Observaciones



BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

4° Sesión Grupal.

Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: video	Dar a conocer el tema en general de una manera visual	Vídeo	10 min	Se les colocara el video y al termino se les pedirá su opinión.
“Autoestima y Auto-concepto”	Fortalecer la estructura del autoestima y el autoconcepto para lograr una estabilidad	PPT Proyector Laptop	10 min	Se les recapitulara los temas de autoestima y auto-concepto.
Técnica: “Aceptación de la figura corporal”	Conocer el grado de aceptación de la figura corporal y de sus partes. Reflexionar sobre cómo favorecer la aceptación de la figura corporal.	Hojas “Aceptación de la figura corporal” y “Ejercicio de aceptación de la figura corporal: reflexiones finales” para cada participante. Un bolígrafo y un espejo por persona.	40 min	En casa: Observación y autoexploración táctil ante el espejo del cuerpo desnudo y valorar de 1 a 10 el grado de aceptación de cada una de las partes de la propia figura corporal. En siguiente sesión del taller: Puesta en común, reforzando lo positivo. Se les entrega y explica hoja “Ejercicio de aceptación de la figura corporal: reflexiones finales”.
*Observaciones				



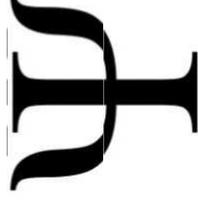
BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

5° Sesión Grupal.				
Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: video	Dar a conocer el tema en general de una manera visual	Vídeo	10 min	Se les colocara el video y al termino se les pedirá su opinión.
“La identidad en el adolescente”	Reflexionar, tomar conciencia sobre nuestra identidad. Trabajar la afirmación de nuestra identidad y sentimientos orgullosos de quiénes somos.	PPT Proyector Laptop	20 min	Se les expondrá las bases de formación de un auto-concepto.
Técnica: “El Retrato”	Tomar conciencia de nuestra identidad internalizada Contrastar las identidades: asignada, aprendida e internalizada Valorar críticamente la identidad asignada y racionalizarla. Decidir si se quiere seguir asumiendo esa personalidad, roles, expectativas, etc. o no	Hojas Recortes	30 min	En un primer momento de la dinámica se pide que cada integrante del grupo realice un retrato verbal de sí misma. Un segundo un retrato previo hecho con imágenes de revistas, periódicos, etc. con imágenes de personas desempeñando diferentes ocupaciones se pide a cada integrante del grupo que tome una foto con la que se identifica y la enseñe al grupo fundamentando porque piensa que esa foto la representa.
*Observaciones				



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
IBEROAMERICANA SC
 INCORPORADA A LA UNAM. CLAVE 8901

Carr. la Marquesa—Tenango Km. 20.5 Xalatlaco, Estado de México C. P. 52800 Tel. 7131354616 7131354615



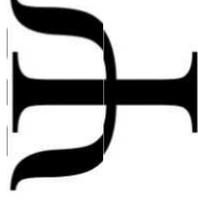
BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

6° Sesión Grupal.

Vygotsky nos habla de la Zona de desarrollo real la cual nos ayuda a conocer los conocimientos previos del alumno a partir de estrategias y dinámicas que ayuden a socializar la información; así el alumno debe ser visto como un ente social, protagonista y producto de las múltiples interacciones sociales en que se ve involucrado a lo largo de su vida, escolar, laboral y familiar consiguiendo aculturarse, socializarse y, al mismo tiempo, se individualiza y autor realiza.

Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: video	Dar a conocer el tema en general de una manera visual	Video	10 min	Se les colocara el video y al termino se les pedirá su opinión.
Red social	Darle a conocer al alumno la diferencia de red social y red social virtual	PPT Proyector Laptop	20 min	Se les expondrá el tema, incitando una auto-reflexión.
Técnica: con que animal te identificas	Concientizar sobre qué características mantengo y que estrategias mantengo para tomar decisiones	laminas		Se les pedirá que escojan alguna de las láminas según el animal que más se asemeje a ellas a partir de sus cualidades y a partir de esto se analizaran las características de los animales y los alumnos.

*Observaciones



BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES Y SU RELACIÓN CON EL FACEBOOK “INTERVENCIÓN GRUPAL”

7° Sesión Grupal.

Actividad	Objetivo	Material	Duración	Desarrollo
Técnica: video	Dar a conocer el tema en general de una manera visual	Video	10 min	Se les colocara el video y al termino se les pedirá su opinión.
“Ciberbullying “	Conocer qué es el acoso escolar y el ciberbullying. Conocer y reflexionar sobre las consecuencias negativas del acoso y del uso de las Nuevas Tecnologías para este fin. Conocer las consecuencias de la no identificación correcta de las personas.	PPT Proyector Laptop	20 min	Se les expondrá el cómo las nuevas tecnologías ponen a disposición de los chicos unas posibilidades de comunicación virtual bastante amplias y urge educarles sobre los riesgos y potencialidades de las mismas.
Técnica: la carta	Describir cualidades y defectos de la persona, además de observar la cohesión y conocimiento grupal	Hojas Lápiz	25 min	Cada uno se escribirá una carta a sí mismo. En ella se destacan aspectos positivos o negativos, puede incluso contarse alguna anécdota e historia en la que salga a la luz algo bueno de él mismo. Después se meterán en una bolsa y se leerán anónimamente.
*Observaciones				

Bibliografía

1. American Psychiatric Association. (2014). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-V –TM*. Whashington.
2. Andre C. y Lelord F. (2000). *La autoestima*. Barcelona: Kairós.
3. Avilés J. M. y Elices J. A. (2007). INSEBULL. *Instrumentos para la evaluación del bullying*. Madrid: CEPE
4. Barón R. A. y Byrne D. (2005). *Psicología social*. Madrid: Pearson.
5. Behar R. D. S. (2008). *Metodología de la investigación*. Shalom
6. Belloch A. et al. (2009). *Manual de psicopatología. Volumen II*. España: Mc Graw-Hill.
7. Bisqueria. A. Rafael. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
8. Branden N. (2011). *El poder de la autoestima como potenciar este importante recurso psicológico*. España: Paidós
9. Carrasco M. A. y González M. J. (2006). *Acción psicológica. Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos*. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Vol. 4, N° 2, 7-38.
10. Cea D'Áncora, M.A. (1999) *Metodología cuantitativa. Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis.
11. Domínguez, G.C. (2013). *Redes sociales: herramienta de socialización o factor de adicción*. (licenciada en informática). Universidad de Satacento A.C. estudios incorporados a la Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Informática.
12. Duran C. (1993). *La amistad*. Madrid: editorial palabra S.A.
13. Durón, T. L. & Oropeza, T. R. (1999). *Actividades de estudio: análisis predictivo a partir de la interacción familiar y escolar de estudiantes de nivel superior*. Documento de trabajo, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
14. Enríquez Bielma J. F. (2009). *Adolescentes del siglo XXI*. Toluca México: Color.

15. Feldman S.R. (2007). *Desarrollo psicológico a través de la vida*. 4ta edición. México: Pearson
16. Ficher, R. (1982a). *Social psychology and applied approach*. Nueva York: St Martin's Press.
17. Franzai S.L. (2007). *Psicología social*. 4ta edición. México: Mc Graw-Hill
18. García F. F. (2010). *Las redes sociales en la vida de tus hijos*. Como conseguir que se relacionen on-line de forma segura y responsable. España: Albertis.
19. García, F. Fernando. (2010). *Las redes sociales en la vida de tus hij@s*. España: Villena Artes Gráficas.
20. García.C.H.et al. (2008). *Conceptos de psicología*. México: Trillas.
21. Garrido A. y Álvaro J.L. (2007). *Psicología social*. 2da edición. México: Mc Graw-Hill.
22. Gross R. (2012). *Psicología. La ciencia de la mente y la conducta*. 5ta edición. México: manual moderno
23. Gutiérrez, R et. al (2013). *Salud Mental. Usos de la internet y teléfono celular asociados a situaciones de riesgo de explotación sexual de adolescentes*. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente. Vol. 36. Pág. 41-47
24. Hernández S. R. (2006). *Metodología de la investigación*. 4ta edición. México: Mc Graw-Hill
25. INEA. (2005). *Agua con las adicciones. Libro de los y las jóvenes*. 3ra edición. México: Modelo Educativo para la vida y el trabajo.
26. Islas O. y Ricaurte P. (2013). *Investigar las redes sociales. Comunicación total en la sociedad de la ubicuidad*. México. D.F.: razón y palabra.
27. Jiménez, M. (2000). *Competencia social: intervención preventiva en la escuela. Infancia y Sociedad*. Barcelona: Gedisa pp. 21-48

28. Leary, M. R. (2004). *The self we know and the self we show: self-esteem, self-presentation, and the maintenance of interpersonal relationships*. M.B. Brewer y M. Hewstone (eds) *emotions and motivation*. Oxford: Blackwell Publishing.
29. Maclure, S.; Davies, P. (1994). *Aprender a pensar, pensar en aprender*. Barcelona: Gedisa
30. Malpica J. E. (2013). *La tecnoadicción a las redes sociales y el papel del psicólogo*. Licenciado en psicología. Universidad de Satacento A.C. estudios incorporados a la Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Informática.
31. Mendoza, J (2006) *Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés*. México DF.: Pearson. Pág:79.
32. Morduchowicz R. (2010). *Los adolescentes y las redes sociales*. Escuelas y media: ministerio de la educación de la nación.
33. Myers G.D. (2005). *Psicología social*, 8va. Edición, México: Mc Graw-Hill
34. Orweus, D. (1993). *Bullyinh at school what we know and what we can do*. Cambridge, M.A: Blackwell.
35. Papalia E. D. (2007). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. México: Mc Graw-Hill
36. Pérez M. A M. (2014) *Redes sociales en internet: Facebook como objeto de la actividad narcisista en un grupo de adolescentes*. Universidad Nacional Autónoma de México: facultad de Psicología
37. Piscitelli A. et all. (2010). *El proyecto Facebook y las posuniversidades. Sistemas operativos sociales y entornos abiertos de aprendizaje*. España: Arie
38. Renfrew. W. John. (2006). *Agresión naturaleza y control*. Madrid: Síntesis.
39. Ritzer, G. (2002). *Teoría sociológica moderna*. Madrid: Mc Graw-Hill pp.247-287

40. Rodríguez S, J.L., 1989. *Trastorno de identidad, factor común en los alumnos problema*. de bachillerato, Tesis maestría de Psicología Clínica, Departamento de Psicología, Universidad de las Américas-Puebla, México.
41. Sánchez V. A. (2002). *Psicología social aplicada*. Madrid: Practice Hall.
42. Sidikides, C. y Skowronski, J. J. (1997). *The symbolic self in evolutionary context*. *Personality and social psychology review*.
43. Taforadi, R. W. (1998). *Paradoxical self-esteem and selective in the processing of social information*. *Journal of personality and social psychology*.
44. Vander Zanden James. (1986). *Manual de psicología social*. Barcelona: Paidós.
45. Warren Howard C. (2008). *Diccionario de psicología*. México: fondo de cultura económica.
46. Whittaker O.J. (2011). *La Psicología social en el mundo de hoy*. México: trillas
47. Worchel, C., Goethals, O. (2002), *Psicología Social*. Thomson, Gengage Learning Editores.
48. World Internet Project México. (2010). *Estudio 2010 de hábitos y percepciones de los mexicanos sobre Internet y diversas tecnologías asociadas. PROYECTO INTERNET*. Centro de Investigación de la Comunicación Digital, Tecnológico de Monterrey, México.

Cibergrafía

1. Belluer, E. (2012). *Adicción al Facebook*. Recuperado el 27 de diciembre de 2015. Desde <http://depsicologia.com/adiccion-al-facebook/>
2. Belluer, E. (2015). *Bullying o acoso escolar*. Recuperado el 27 de diciembre de 2015. Desde <http://depsicologia.com/bullying-o-acoso-escolar/>
3. Carabaña, J. y Lamo, E. E. *La teoría social del interaccionismo simbólico: análisis y valoración crítica*. Recuperado el 02 de diciembre de 2015. Desde <http://www.academia.edu/7132194/Dialnet-LaTeoria Social Del Interaccionismo Simbolico-666889>
4. Chóliz, M. Mariano (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. 8 de Diciembre del 2015 desde www.uv.es/~choliz.
5. Cuadra, Jesús. (2000). *La tolerancia a la frustración*. Recuperado el 17 de diciembre de 2015 de http://www.arrakis.es/~ata/ata_ar02.htm.
6. Dumortier Franck (2009). *Facebook y los riesgos de la «descontextualización» de la información* recuperado el 14 diciembre del 2015, desde <http://idp.uoc.edu>
7. Edgar Jesús (2011). *Acoso sexual*. Recuperado el 28 de Diciembre de 2015 desde <http://epoanitosxlaequidad.blogspot.mx/2011/08/acoso-sexual.html>
8. Ferri F. (2010). *Manual del usuario Facebook*. Recuperado el 21 de diciembre de 2015 desde <http://desarrollo.psuv.org.ve/files/2010/07/manual-del-usuario-facebook.pdf>
9. García, Verónica. (2005). *Autoestima*. Recuperado el 22 de marzo del 2007, de www.pino.pntic.mec./recursos/infantil/salud/autoestima.htm.

10. Hernández E.M A. (2013) *Autoestima en el adolescente*. Recuperado el 02 de diciembre de 2015 desde <http://www.familiaysalud.es/salud-joven/mi-mente/autoestima-en-el-adolescente>
11. Jiménez Carmen Y Álvarez Beatriz. (1997). *Alumnos de alta capacidad y rendimiento escolar insatisfactorio*. Recuperado el 21 de diciembre del 2015, de <http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-deeducacion/articulosre>
12. López J. L. (2012). *Facebook como espejo virtual que favorece el diseño de una autoestima ideal en los jóvenes*. Recuperado el 07 de noviembre de 2015 desde <http://aplicaciones.ccm.itesm.mx/virtuales>
13. Mercado M. A. y Zaragoza C.L. (2011). *La interacción social en el pensamiento sociológico de Erving Goffman*. Recuperado el 25 de noviembre de 2015. Desde <http://www.redalyc.org/articulo>
14. *Miento escolar y la influencia de factores socioculturales*. Recuperado el 30 de noviembre de 2015, de http://www.ride.org.mx/docs/publicaciones/09practicaeducativa/SandraGutierrez_Olvera_Gloria_Silviana_Montanez_Moya.pdf
15. Naranjo Pereira M.L. (2007). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Recuperado el 13 de noviembre del 2015 desde <http://revista.inie.ucr.ac.cr>. Pág.16-17.
16. Núñez P. B. y Peguero M. H. (2009). *La autovaloración y su papel en el desarrollo profesional. Una experiencia*. Recuperado el 08 de Marzo de 2016 desde: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412009000200002
17. Piqueras R. J. A., Ramos L.V. et al. (2009). *Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física*. 13 de Diciembre del 2015, desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>.
18. Ponce V. M. y Maldonado A. S. (2009). *Las Redes Sociales*. 18 de diciembre del 2015 desde <http://tecno.unsl.edu.ar>

19. Razeto M. L. (SF). *El rol de los jóvenes ¿futuro o presente?* Recuperado el 29 de diciembre de 2015. Desde <http://www.luisrazeto.net/content/el-rol-de-los-jovenes-¿futuro-o-presente>
20. Sánchez J. V. (2008). *Las relaciones sentimentales en la adolescencia: satisfacción, conflicto y violencia*. Recuperado en diciembre de 2015. Desde <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271020194011>
21. Sujey O. e Ibarra B. (2013). *Redes sociales y pertenencia: caso Facebook*. Recuperado el 07 de noviembre de 2015. Desde <http://version.xoc.uam.mx>
22. Tapia M. Lourdes, Fiorentino M. Teresa. (2003). *Soledad y tendencia al aislamiento en estudiantes adolescentes. Su relación con el autoconcepto*. Recuperado el 25 de noviembre del 2015 de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18400809>.