

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO
SISTEMA DE PROTECCIÓN DE LOS
DERECHOS DEL NIÑO, NIÑA Y ADOLESCENTE FRENTE
A LA VIOLENCIA



ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4º GRADO DE
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E.
LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: FACTORES DE RIESGO Y DE
PROTECCIÓN

TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE MAESTRO EN SISTEMA
DE PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO, NIÑA Y
ADOLESCENTE FRENTE A LA VIOLENCIA

TESISTA: CARMEN MARTINEZ LIDIA
ASESORA: DRA. CAMPOS CORNEJO LILIA LUCY

HUÁNUCO - PERÚ

2022

DEDICATORIA

A Dios por darme el privilegio de ser parte de su creación; A mis padres, por sus acertados consejos y sabias enseñanzas; a mis hermanos, por compartir conmigo sus buenos y malos momentos.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional Hermilio Valdizán por su contribución permanente a la sociedad peruana, en la formación y superación de diferentes profesionales, especialmente en los niveles de maestrías y doctorados.

A la Escuela de Posgrado de la Universidad por estar orientada, en todas sus líneas, a elevar el nivel cultural, académico y formativo de los profesionales es de la Región Huánuco y del país; permitiéndonos acceder y continuar superándonos en las distintas menciones, especialmente en la mención de “Sistema de protección de los derechos del niño, niña y adolescente frente a la violencia”.

En especial a la Dra. Lilia Lucy Campos Cornejo, por su brillante asesoramiento en el curso de investigación, y su innegable esfuerzo por brindar y lograr en sus estudiantes una educación científica, humanística y de calidad.

Al directos de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado 2019, por su loable ayuda y el compromiso de servicio mostrado para la realización de esta investigación.

A los docentes de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado 2019, por brindarme todas las facilidades necesarias para la aplicación de las encuestas.

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue establecer la relación que existe entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019. El tipo de investigación utilizada fue no experimental con diseño correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo integrada por 60 estudiantes, elegidos de manera no probabilística, para recoger los datos se aplicó el “Cuestionario de abuso de las redes sociales” y el “Cuestionarios de bienestar psicológico” los cuales son una adaptación de las autoras: Cahuari (2016) y Zúñiga (2018); así también la confiabilidad fue de 0,898 y 0,90 respectivamente según la prueba de Alfa de Cronbach. Los resultados mostraron que existe relación muy alta y positiva de 0.979 las dos variables, así mismo existe relación significativa y positiva muy alta con las dimensiones, de obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales con el bienestar psicológico. En cuanto a los niveles sobre las redes sociales el 25% de la muestra se ubicaron en el nivel muy alto, el 40% alto, un 20% medio y el 15% en el nivel bajo, mientras que en la variable de bienestar psicológico el 35% se ubicaron en el nivel medio, el 30% bajo, el 25% alto y solo el 10% en el nivel muy alto.

Palabras clave: Abuso de las redes sociales, bienestar psicológico, estudiantes de secundaria.

ABSTRACT

The objective of this research was to establish the relationship between the abuse of social networks and psychological well-being in students of the 4th grade of secondary school of the Educational Institution Great School Unit Leoncio Prado, Huánuco 2019. The type of research used was non-experimental with a correlational and cross-sectional design. The population consisted of 245 students of the 4th grade of secondary school and the sample of 60 students, chosen in a non-probabilistic way, to apply the “questionnaire of abuse of social networks” and the “Questionnaires of psychological well-being”, thus, the reliability was 0.898 and 0.90, respectively, according to the Cronbach's Alpha test. The results showed that there is a very high and positive relationship of 0.979 between the two variables, as well as a very high significant and positive relationship with the dimensions of obsession with social networks, lack of personal control and excessive use of social networks with well-being. psychological. Regarding the levels on social networks, 25% of the sample were located at the very high level, 40% high, 20% medium and 15% at the low level, while in the psychological well-being variable the 35% were located in the medium level, 30% low, 25% high and only 10% in the very high level.

Keywords: Abuse of social networks, psychological well-being, high school students.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT.....	v
ÍNDICE.....	vi
INTRODUCCIÓN.....	viii
 CAPÍTULO I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Fundamentación del problema.....	10
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	14
1.3. Viabilidad de la investigación.....	17
1.4. Formulación del problema.....	18
1.4.1. Problema general.....	18
1.4.1. Problemas específicos.....	18
1.5. Formulación de los objetivos.....	18
1.5.1. Objetivo general.....	18
1.5.2. Objetivos específicos.....	19
 CAPÍTULO II. SISTEMA DE HIPÓTESIS	
2.1. Formulación de las hipótesis.....	20
2.1.1. Hipótesis general.....	20
2.1.2. Hipótesis específicas.....	20
2.2. Operacionalización de variables.....	21
2.3. Definición operacional de las variables.....	25
 CAPÍTULO III. MARCO TEÓRICO	
3.1. Antecedentes de investigación.....	26
3.2. Bases teóricas.....	34
3.3. Bases conceptuales.....	53
 CAPÍTULO IV. MARCO METODOLÓGICO	
4.1. Ámbito de estudio.....	56
4.2 Tipo y nivel de investigación.....	56

4.3 Población y muestra.....	57
4.3.1 Descripción de la población	57
4.3.2 Muestra y método de muestreo.....	57
4.4 Diseño de investigación.....	57
4.5 Técnicas e instrumento.....	58
4.5.1 Técnicas.....	58
4.5.2 Instrumentos.....	58
4.5.2.1. Validación de los instrumentos	59
4.5.2.2 Confiabilidad de los instrumentos.....	60
4.6 Técnicas para el procesamiento y análisis de datos.....	61
4.7 Aspectos éticos	63
CAPÍTULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
5.1. Análisis descriptivo.....	64
5.2. Análisis inferencial y contrastación de hipótesis.....	74
5.3. Discusión de resultados.....	89
5.4. Aporte de la investigación	93
CONCLUSIONES.....	94
SUGERENCIAS	96
REFERENCIAS.....	97
ANEXOS	102

INTRODUCCIÓN

Sabemos que el internet y las redes sociales se han propagado por todos los rincones del mundo como medio de información e interacción digital entre los individuos. Ha llegado a transformarse en un instrumento imprescindible para toda la población activa. Es decir se ha convertido en un poderoso y dinámico medio de comunicación social a través de sus redes sociales; sin embargo, su inapropiado empleo ha puesto en riesgo algunas formas de comunicación e interacción social tradicionalmente practicadas.

El internet y sus redes sociales han generado tanta relevancia en los estereotipos de vida de las personas de la sociedad y paralelamente han ido menguando las verdaderas relaciones familiares y sociales. Por ello, los principales consumidores son los niños, adolescentes y jóvenes, quienes son los que se adaptan fácilmente a estas tecnologías de la comunicación.

Justamente, el acceso libre que tienen los niños y adolescentes en el internet y las redes sociales, están haciendo que muchos de ellos se vuelvan adictos a su uso y a la utilización descontrolada de informaciones prohibidas, también se está utilizando de una manera inadecuada y casi obsesiva generando la pérdida del concepto multitarea, la reducción de las relaciones sociales directas, y problemas académicos y emocionales, especialmente en lo relacionado al bienestar psicológico.

Como sabemos, el bienestar psicológico es muy importante para el desarrollo emocional del adolescente, pero muchos desconocen su verdadera razón e importancia para el ser humano, especialmente para los que están en la etapa escolar.

Por ello existen varias propuestas que definen el bienestar psicológico en términos de cómo las personas evalúan su propia vida. Diener (2011) lo define en términos de la presencia de los indicadores positivos y negativos, así como una valoración global de la vida. Para Sánchez-Cánovas (2013), el bienestar psicológico hace referencia al sentido de la felicidad o bienestar, que a su vez es considerada una percepción subjetiva, es decir, la forma individual en que una persona evalúa su vida, y dicha autovaloración se refleja en el grado de satisfacción con la vida, la ausencia de depresión y la experiencia de emociones positivas. Otros autores señalan que el

bienestar psicológico, al que también llaman calidad de vida, es un continuo entre bienestar y malestar, o entre una situación positiva y una negativa. El bienestar psicológico alto depende de la percepción positiva de la vida, el cual perdura a lo largo del tiempo (Seligman, 2002).

Debido a estos planteamientos es que se ha optado por realizar la presente investigación titulada “Abuso de las redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019”, tema que creemos que requiere un estudio profundo.

El tipo de investigación empleada fue no experimental con diseño correlacional de corte transversal y enfoque cuantitativo. La población estuvo integrada por 60 estudiantes del cuarto grado de secundaria, eligiéndose como muestra de manera no probabilística por conveniencia. La técnica de estudio empleada fue la encuesta, mientras que los instrumentos de estudio fueron los cuestionarios de “Abuso de las redes sociales” y “Bienestar psicológico”.

El análisis estadístico se realizó de dos maneras: se empleó la estadística para conocer el nivel de las variables y sus dimensiones; mientras que la estadística inferencial se utilizó para determinar el nivel de correlación de las variables y realizar la prueba de hipótesis.

Para mayor comprensión, a continuación detallamos los puntos tratados a través de capítulos en la presente investigación:

Capítulo I: Trata sobre los problemas de investigación, integradas por: la descripción del problema, delimitación del problema, formulación problema (general y específico), objetivos generales y específicos, hipótesis y/o sistema de hipótesis, variables, justificación e importancia, viabilidad, limitaciones.

Capítulo II: Referido al marco teórico, que integra: los antecedentes, bases teóricas, definiciones conceptuales y bases epistémicos.

Capítulo III: Referido al marco metodológico, que integra: tipo de investigación, diseño y esquema de investigación, población y muestra, la definición operativa de los instrumentos de recolección de datos, técnicas de recojo, procesamiento y presentación de datos.

Capítulo IV. Referido a los resultados obtenidos, en ella se tiene en cuenta: análisis e interpretación de resultados y la prueba de hipótesis.

CAPÍTULO I. ASPECTOS BÁSICOS DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Fundamentación del Problema

Las sociedades del presente siglo viven en un mundo globalizado sumido en cambios vertiginosos de interacción y comunicación que los unen y separan continuamente a través de la influencia creciente de las nuevas tecnologías de la información y comunicación. Los cuales no solo han beneficiado a las personas, sino también han ocasionado consecuencias negativas como la dependencia y adicción de sus usuarios. Es decir, en la actualidad se está experimentando una era donde las nuevas tecnologías de comunicación, a través del internet y sus redes sociales, están tomando un rol protagónico en el modo de vida de las personas. Su empleo ofrece ventajas y desventajas, beneficios y perjuicios, ya que a diario crece la cantidad de adolescentes y jóvenes que usan de manera excesiva estas nuevas tecnologías, principalmente el uso de redes sociales, generando problemas en la salud mental, especialmente en el bienestar psicológico.

De acuerdo a Colchado (2010) se puede señalar que:

Este desarrollo se expresa en todas las áreas del conocimiento humano y la psicología no es ajena a ella, tal como lo demuestra la gran cantidad de investigaciones y su constante incremento (...). Sin duda uno de los aspectos saltantes de esta información es la referida al bienestar psicológico de las personas, especialmente cuando la tecnología comienza a ocupar un papel determinante en el manejo de la información y el conocimiento, y por ende, en el campo de las relaciones humanas (p.15).

Una red social es un sistema que permite interactuar, incluso en tiempo real, a personas o instituciones. A través de las redes sociales se establecen no sólo comunicaciones superfluas, sino también amistades, noviazgos y todo tipo de vínculos personales o grupales.

Las Redes Sociales han llegado a ser el principal medio de comunicación mundial. Aplicaciones como Facebook, Whatsapp, Twitter, Instagram, Snapchapp, Youtube y Skype, prácticamente dominan la vida de sus usuarios. Es verdad que ofrecen

la más rápida información personal, amical, familiar, social, cultural, política y científica, pero los datos inexactos o inapropiados, y su uso inadecuado y excesivo generan el mal empleo del tiempo, el aislamiento social, mucha desinformación y problemas de bienestar psicológico.

Salvador (2014), dice que:

“Desde el primer contacto con alguna red social, el nuevo usuario comienza a dedicar mayor tiempo ante un sistema operativo, para enviar mensajes, fotos, videos, buscar amistades, o relaciones serias; al final, el patrón de conducta adquirida al formar parte de una comunidad virtual es incontrolable, desde este punto comienza una crisis de Bienestar Psicológico.” (p.11).

“El bienestar Psicológico es considerado como satisfacción, felicidad, estimación, cimentado en cuatro tipos de bienestar: Subjetivo, relaciones con la pareja, material y laboral; encamina al ser humano hacia una calidad de vida alejado de trastornos mentales” (Salvador, 2014).

Generalmente un adolescente o joven no analiza su vida, tampoco tiene un plan para alcanzar su desarrollo personal o profesional. Pero si alguien que prioriza en su vida el uso de las redes analizara su vida, probablemente encontraría relaciones interpersonales devaluadas, baja autoaceptación, falta de propósitos y metas en su vida, poco desarrollo personal, dependencia y poco control de su entorno.

La dependencia de las redes sociales es ahora un nuevo tipo de patología: es una adicción, un desorden de conducta que, tarde o temprano causa sufrimientos reales sufrimiento a quienes lo padecen. Por esa razón, considerando lo que propone la psicología preventiva, es necesario que la familia, la sociedad y los profesionales implementen medidas de protección y corrección para evitar que las personas, y en especial los jóvenes, caigan en esta adicción que, como se expresó anteriormente, llevan al deterioro de todas las áreas de la vida del individuo adicto (Cuyún, 2013).

Las redes sociales han cambiado radicalmente nuestras relaciones y la forma de relacionarnos con el mundo entero. En las primeras décadas de este nuevo siglo, las redes sociales han tenido un crecimiento vertiginoso. Por ejemplo, en el 2013 se calculaba que los usuarios activos de las redes sociales superaban los

2.500 millones de personas (eMarketer, 2013), y el 91,3% de ellos entraba a las redes sociales mediante un dispositivo móvil. En 2017, más de la mitad de la población mundial (más de 3.885 millones de personas) usaban activamente la internet (Internet World Stats, 2018).

Las redes sociales convierten a todo usuario en un productor y difusor de todo tipo de información (Chiang et al. 2010), llegando a ser un poderoso motor para impulsar información a niveles mucho más altos que los medios de comunicación tradicionales. A través de las redes sociales circula un alto flujo de información por minuto. Según estadísticas del año 2018 (Internet Live Stats, 2018), “cada segundo se envían 7.907 tuits, se suben 825 fotos a Instagram; se hacen 2.960 llamadas de Skype; se ven 72.410 vídeos de Youtube o se realizan 64.890 búsquedas en Google”. Todo esto suma 52.813 gigabytes por segundo.

Además, según la Organización mundial de la salud (OMS, 2018), se calcula que entre el 10 y el 20% de los adolescentes a nivel mundial atraviesan problemas de salud mental, relacionados con el bienestar psicológico; sin embargo, estos no reciben un diagnóstico ni tratamiento apropiados. Generalmente, no se distinguen los signos de la mala salud mental. A veces, los mismos profesionales de la salud desconocen o no tienen conciencia sobre la importancia de la salud mental. También el temor a las burlas son un factor que impide a los adolescentes y jóvenes a buscar ayuda. Los esfuerzos para promover una buena salud mental de adolescentes y jóvenes se enfocan en reforzar la protección y dar alternativas que los libren de caer en la adicción. La meta al procurar una buena salud mental y el bienestar psicológico de los adolescentes es que desarrollen la capacidad y habilidad de sobrellevar bien cualquier situación adversa.

El Instituto para la Integración de América Latina (INTAL) y el diario español El País hicieron un estudio en el año 2018 sobre el uso de las redes sociales en América Latina. El estudio evidenció que el uso de las nuevas tecnologías avanza más velozmente que las políticas de inclusión social y la igualdad. El número de usuarios de Internet en Latinoamérica continúa aumentando a pesar de que el 28 % de la población vive en la exclusión. Según la investigación, las aplicaciones que superan el 50 % de uso son Facebook y WhatsApp; YouTube es usada por un 30 % de personas en Latinoamérica. Instagram capta el 14 %, Twitter, un 13 % y

Snapchat el 5 %. Se calcula en 35 % el número de latinoamericanos que no usa ninguna red social. Si lo miramos a nivel país, Paraguay tiene el primer lugar en el porcentaje de habitantes que usan las redes sociales. Con un 78% se ubica Costa Rica en el segundo lugar. Luego, Uruguay con 74%. Después, con 73% y 72% se ubican México y Ecuador, respectivamente. Argentina aparece con 71 %, y Colombia (68 %). Con un 69 % empatan Panamá, Chile y República Dominicana. Finalmente, en Venezuela, Brasil, El Salvador, Honduras, Perú y Bolivia, el uso de las redes sociales supera el 50 % de la población (PANAM POST, 2018).

En el Perú, actualmente el 52% de los peruanos accede a Internet y las redes sociales, y la tendencia es a seguir creciendo. Según la encuesta Internet y Social Media de Datum, la posesión de dispositivos móviles u ordenadores en los hogares ha crecido drásticamente en los últimos años y por ello el acceso a Internet alcanza un promedio de 4.5 veces por semana. Los peruanos acceden a la internet un promedio de 18 horas al mes. Perú se ubica por encima de Colombia, Venezuela, Chile y México. El 99% de los internautas usa una red social y el 65% usa entre tres y seis plataformas o aplicaciones. Facebook tiene la máxima preferencia, con un 99% (Perú 21, 2015).

En nuestro país, la edad promedio de las personas que más usan las redes sociales es 16 años. La adicción entre los estudiantes, (de entre 15 y 35 años), se calcula en un 0.5 por cada 10 estudiantes. Un factor clave en alcanzar estas cifras es la facilidad de la comunicación virtual debido al protagonismo de los dispositivos móviles. Los celulares y tablets influyen mucho en la degeneración de la comunicación. La adicción se refleja en la postergación o descuido de responsabilidades realmente importantes, por estar navegando en las redes sociales. La adicción a Facebook está relacionada con problemas de bienestar psicológico: baja autoestima, depresión, la falta de habilidades sociales. Es decir, la adicción a la Internet se da en medio de varios factores, uno de ellos la depresión (La República, 2012).

Asimismo, uno de cada cinco niños en el Perú tiene vulnerabilidad a daños en su salud mental y necesita ayuda. Frecuentemente, los problemas psicológicos se manifiestan en depresión, ideas suicidas y diversos desórdenes emocionales. En el Perú, “el 20% de niños y adolescentes está afectado en su salud mental o

tiene alguna vulnerabilidad que afecta negativamente su proceso educativo; es decir, que uno de cada cinco (casi un millón) necesita ayuda especializada” (PERÚ21, 2018).

En la Región Huánuco, el uso de las redes sociales también ha crecido sorprendentemente. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2015), los adolescentes, (de entre 12 y 17 años), constituyen el 61.2% de los usuarios de internet. Esto promueve en los estudiantes nuevas formas de relacionarse, provoca un gran cambio, generalmente negativo, en su conducta social, y afecta su desempeño académico.

Las instituciones educativas de nuestra región, especialmente la Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado”, se esfuerzan por ayudar a sus estudiantes adictos a la internet, video juegos en línea y las redes sociales. Lamentablemente, ha aumentado excesivamente la cantidad de cabinas de internet cercanas a los colegios, las cuales brindan acceso sin filtros, sin control ni prohibiciones para acceder sin límites de tiempo a todo tipo de contenidos. Se observa en los estudiantes una disminución de la interacción social y bajo rendimiento académico.

Además, se observa problemas de bienestar psicológico basados ansiedad, depresión, agresividad baja autoestima y estrés. Los alumnos no se sienten bien consigo mismos, están carentes de motivaciones y objetivos que estructuren un apropiado estilo de vida.

En base a estos planteamientos es que se ha optado por desarrollar esta investigación titulada “Abuso de las redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019”, para luego buscar alternativas y estrategias de solución adecuadas para su mejoramiento.

1.2 Justificación

Las nuevas tecnologías se han adaptado a un ritmo vertiginoso entre los estudiantes, suplantando a los tradicionales medios de comunicación, como la televisión, la radio y el cine. Estos medios tradicionales todavía son útiles y atrayentes para una gran parte de la población, pero las tecnologías para acceder

a la internet y sus redes sociales son prácticamente parte vital de los estudiantes. Este predominio de la internet ha llegado a niveles nunca vistos a nivel mundial.

Las nuevas tecnologías tienen un gran potencial para mejorar la educación y la comunicación, pero su uso inadecuado o adictivo trae grandes efectos negativos para niños, adolescentes, jóvenes y adultos. Obviamente, esta adicción se manifiesta en la incapacidad de controlar el tiempo usando internet. La utilización de los recursos tecnológicos se convierte en un fin y no en un medio, trayendo consecuencias negativas que interfieren con el cumplimiento de responsabilidades en la vida diaria. Algunas de los efectos de la adicción a la internet son: problemas psicológicos, aislamiento social, inestabilidad laboral, bajo rendimiento escolar y relaciones sociales insatisfactorias.

Justamente, esta investigación surge porque en la Institución Educativa G.U.E. “Leoncio Prado” de Huánuco 2019, se ha observado que muchos estudiantes del nivel secundario usan indiscriminadamente las redes sociales. Para tal fin sacrifican hasta sus actividades académicas para estar conectados a las redes sociales, tanto en cabinas privadas o a través de sus celulares, la mayor parte lo hacen furtivamente y evadiéndose de las clases escolares o de las responsabilidades designadas en el hogar.

Se observa que muchos estudiantes tienen acceso a contenidos inapropiados, aislamiento, contacto con personas desconocidas, acoso, suplantación de la identidad, pérdida de noción del tiempo, ansiedad y mucha tendencia al consumismo.

Asimismo, se observa en los estudiantes una apreciación negativa de sí mismos, poca capacidad para controlar de manera positiva el entorno y la propia vida, incapacidad para controlar los vínculos personales, poca autonomía y bajo sentido de autoafirmación.

Debido a estas descripciones observadas en el entorno educativo, es que se ha optado por realizar la presente investigación, que tiene por objetivo principal “Determinar la relación que existe entre el abuso a las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019” para luego buscar alternativas de solución adecuadas para su mejoramiento.

A continuación, se justifica los aportes teórico, metodológico, práctico y social:

- **Justificación Legal:** Es importante desde el punto de vista legal, puesto que se ajusta al reglamento que establece el procedimiento para obtener el grado de Magíster en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.
- **Justificación social:** Los resultados cumplen un rol clave para la estimación del estado de salud mental de los estudiantes, y la relación de esta anomalía con el abuso de las redes sociales, y del desarrollo integral como persona con respecto al bienestar psicológico en la población de estudiantes de la Gran Unidad Escolar Leoncio Prado. Así también las estrategias de mejoramiento benefician a toda la comunidad educativa inmerso en este problema.
- **Justificación Práctica:** Se conocerá cómo se presentan estas variables en esta población, lo cual ayudará a directores, maestros, y padres de familia a tomar mayor conciencia sobre la vulnerabilidad de los estudiantes. Los resultados de esta investigación permitirán desarrollar estrategias con actividades (proyectos, charlas para padres e hijos, experimentos sociales, etcétera.) registrados en el PEI para contribuir en la solución de este problema; ya sea previniendo la adicción a las redes sociales o para promover el desarrollo del bienestar psicológico.
- **Justificación Teórica:** Los resultados obtenidos sirven para ampliar la teoría existente sobre el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico. Por tales razones servirán como punto de referencia para futuras investigaciones que desean ahondar en este tema.
- **Justificación metodológica:** Tiene importancia metodológica por cuanto las técnicas e instrumentos seguidos aquí para recopilar y analizar la información pueden ser aplicados a otros estudios similares. Dichos instrumentos fueron adaptados y luego validados por expertos. En ese sentido, servirá de apoyo a otros investigadores interesados en las variables de esta investigación, utilizando el presente estudio como sustento en la elaboración de instrumentos.

Importancia o propósito

La presente investigación es importante porque pretende reafirmar investigaciones antecesoras que demostraron una relación significativa de las variables de estudio, es decir busca demostrar la prevalencia del abuso de las redes sociales y su relación con el bienestar psicológico de los estudiantes. Para luego establecer acciones coherentes encaminadas a erradicar y reducir la adicción a las redes sociales de los alumnos, así como también incrementar positivamente el nivel de bienestar psicológico en cada uno de ellos.

Limitaciones

La limitación que se presentó en el desarrollo de la tesis fueron la búsqueda de información y el tiempo; sin embargo, se logró superarlo.

1.3. Viabilidad de la investigación

Esta tesis es viable debido a que se consigue el acceso al campo a causa de que el investigador solicitó mediante un oficio el permiso para realizar la investigación en la Institución Educativa en el cuarto grado del nivel secundaria donde se analizan los procesos evaluativos; a nivel personal se cuenta con las herramientas intelectuales y el tiempo necesario que requiere el proceso de investigación.

A nivel Institucional desde el área de Dirección brindan la oportunidad y apoyo para desarrollar la investigación en el colegio Gran Unidad Escolar Leoncio Prado -Huánuco ya que brindarán la información que se requiera de los estudiantes del cuarto grado de secundaria y permitirán el acceso a los sujetos de estudio, por lo que se obtiene el respaldo de los directivos la Institución Educativa para la presente investigación.

Los docentes están en la disposición de brindar el tiempo en sus horarios de tutoría que será necesario para la aplicación de los instrumentos psicológicos (encuestas) a los estudiantes previo el consentimiento informado a los padres de los menores de edad y consentimiento de los sujetos de investigación del presente proyecto.

Asimismo, se cuenta con los recursos económicos como copias, impresiones, viáticos para el traslado al campo de investigación y de esta manera realizar el proyecto, respecto a los materiales se tiene computadora para realizar el escrito,

libros para elaborar el análisis teórico, libreta para llevar un diario de campo, cámara fotográfica, celular, lápices, borradores, etc.

1.4. Formulación del Problema

1.4.1 Problema General

¿Qué relación existe entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?

1.4.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión por usar las redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?
- ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?

1.5. Formulación de objetivos

1.5.1 Objetivo General

Conocer la relación que existe entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

1.5.2 Objetivos Específicos

- Establecer la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.
- Establecer la relación que existe entre la falta de control personal o dominio propio en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.
- Establecer la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

CAPÍTULO II. SISTEMA DE HIPÓTESIS

2.1. Formulación de Hipótesis

2.1.1 Hipótesis General

Existe relación significativa entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

2.1.2 Hipótesis Específicas

H₁: Existe relación significativa y positiva entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

H₂: Existe Relación significativa y positiva entre la falta de control personal o dominio propio en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

H₃: Existe relación significativa y positiva entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

Variables

Variable X (O₁): Abuso de las redes sociales

Variable Y (O₂): Bienestar psicológico

2.2. Operacionalización de Variables

VAR.	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES
VARIABLE O ₁ (X): Abuso de las redes sociales	Se refiere a la falta de autocontrol en el uso de las redes sociales, lo que conduce a una distracción del aprendizaje. Además, existe una obsesión por utilizar la red. La angustia surge cuando hay falta de acceso a la red; al mismo tiempo, se refiere a la dificultad para controlar su uso, lo que es indicativo de un uso excesivo del tiempo y de la incapacidad para controlarse a sí mismos en el uso de las redes sociales, y la incapacidad para limitar el uso de dichos dispositivos. (Escurrea y Salas, 2014).	Aplicación del cuestionario de Abuso de las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; en base a las dimensiones: Obsesión por las redes sociales (10), Falta de auto control personal en el uso de las redes sociales (6) y Uso excesivo de las redes sociales (8). Con puntajes de: Siempre (3) casi siempre (2), a veces (1) y nunca (0). Dicho instrumento será aplicado en 25 minutos aproximadamente.	Obsesión por las redes sociales	Uso descontrolado del tiempo	1. Cada vez requiero de mayor tiempo para mis asuntos relacionados con las redes sociales. 2. El tiempo asociado con las redes sociales ya no está satisfecho, ya que necesito más. 3. Paso mucho tiempo conectado a las redes sociales. 4. Mis parejas, amigos o familiares han notado mi dedicación y el tiempo que paso en las redes sociales.
				Necesidad adictiva de conexión en las redes sociales	5. No sé qué hacer cuando me desconecto de las redes sociales. 6. Estoy de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales. 7. Me pongo nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales. 8. Incluso cuando estoy desarrollando otras actividades, no puedo dejar de pensar en lo que está pasando en las redes sociales. 9. Seguir usando las redes sociales me ayuda a relajarme.

					10. Incluso cuando estoy en clase, entro en secreto a las redes sociales.
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Conexión a las redes sociales	11. Tan pronto como me despierto, estoy conectado a las redes sociales.
					12. No puedo desconectarme de las redes sociales durante días.
				Búsqueda de autodominio a la adicción de las redes	13. He intentado sin éxito controlar mi uso prolongado e intenso de las redes sociales.
				Inversión del tiempo	14. Paso gran parte del día entrando y saliendo de las redes sociales.
				Grado de conexión a las redes sociales	15. Creo que la intensidad y frecuencia de mi acceso y uso de las redes sociales es un problema.
					16. Cuando uso las redes sociales, pierdo el tiempo.
			Uso excesivo de las redes sociales	Necesidad de conexión por red	17. Tengo necesidad de estar conectado (a) a las redes sociales.
				Control personal para evitar las redes sociales	18. A menudo paso más tiempo en las redes sociales de lo que planeé originalmente.
					19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.
				Atención obsesiva de lo que pasa en las redes sociales	20. Presto atención a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o computadora.

					21. Pienso en lo que podría pasar en las redes sociales.
				Descuido académico y familiar por la adicción a las redes sociales	22. Descuido a amigos o familiares porque estoy conectado a las redes sociales.
					23. Descuido los deberes y el estudio porque estoy conectado a las redes sociales.
					24. Cuando estoy en clases y no me conecto a las redes sociales, me siento aburrido (a).

VAR.	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES
VARIABLE O ₁ (X): Bienestar psicológico	Cuidado evolución habilidad y obtener un aumento personal clave para trabajar positivo (1989). Sus dimensiones son: auto-aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. El bienestar psicológico es la percepción óptima de las metas alcanzadas y los niveles de felicidad o satisfacción lograda en el pasado,	Aplicación del cuestionario de Bienestar psicológico en los estudiantes de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; en base a las dimensiones: Autoaceptación, Relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósitos de vida. Con puntajes de: Siempre (3) casi siempre (2), a veces (1) y nunca (0). Dicho instrumento será aplicado en 25 minutos aproximadamente	Autoaceptación	Autoanálisis	1. Cuando miro hacia atrás en la historia de mi vida, me siento bien acerca de cómo son las cosas.
				Seguridad personal	2. En general, tengo confianza en mí mismo y tengo una imagen positiva de mí mismo.
					3. Me agrada la mayoría de los aspectos de mi personalidad.
			Influencia de los demás	4. Tiendo a ser influenciado por personas con fuertes creencias.	
			Relaciones positivas	Compartir experiencias con los amigos	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.
					6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.
					7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.
			Confianza y aporte de los amigos	8. Estoy seguro que puedo confiar en mis amigos, y ellos	

<p>presente o futuro. Estudios relacionados sobre la salud mental, muestra que los rasgos de las personas más felices se relacionan principalmente con disfrutar, compartir y sentimiento positivo. (Seligman, 1992)</p>					saben que pueden confiar en mí.	
				Autonomía	Expresión de opiniones	09. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso si van en contra de las opiniones de la mayoría de las personas.
					Preocupación sobre la imagen que los demás le tienen	10. Temo cómo juzgarán los demás las decisiones que he tomado en mi vida.
						11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.
					Confianza en la opinión	12. Confío en mis opiniones incluso si van en contra del consenso general.
					Depresión	13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.
					Inseguridad para opinar	14. Me resulta difícil expresar mi opinión sobre temas controvertidos.
				Dominio del entorno	Capacidad de dirección de la vida personal	15. Me resulta muy difícil manejar mi vida de una manera que me haga feliz.
						16. Me las arreglé para construir una casa y un estilo de vida para mis pasatiempos.
						17. Tengo una dirección y un propósito claros en la vida.
					Responsabilidad	18. En general, me siento responsable de la situación en la que vivo.
						19. Si me siento insatisfecho con mi situación en mi vida, tomaré las medidas más efectivas para cambiarla.
					20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.	
					21. Creo que a lo largo de los años no he progresado mucho como persona.	

					22. Siento que con el tiempo he evolucionado mucho como ser humano.
				Crecimiento personal	23. La vida para mí es un proceso de continuo aprendizaje, cambio y crecimiento.
					24. Me gusta hacer planes para el futuro y trabajar para lograrlos.

2.3. Definición operacional de las variables

Abuso de las redes sociales

Es una relación de uso exagerado de las redes sociales que algunas personas desarrollan para interactuar con otros individuos, en donde la persona no tiene control del tiempo que está conectado. Este uso exagerado puede causar ansiedad al no estar conectado a alguna **red social**, así también abandono de las actividades cotidianas y las relaciones **sociales** con otras personas. Y otros problemas emocionales como depresión, cambio claro en el humor, trastornos del sueño, etc.

Otros autores al abuso excesivo de las redes sociales le denominan adicción, e indican que es un fenómeno que está afectando a muchas personas, especialmente a niños, adolescentes y jóvenes.

Bienestar psicológico

El bienestar psicológico es un constructo que expresa las emociones positivas de las personas y los pensamientos constructivos sobre sí mismos, definidos por propiedades experienciales subjetivas y definidos por aspectos específicos de su funcionamiento físico, mental y social.

El bienestar psicológico se relaciona con cómo la gente afronta los desafíos que se presentan día a día en sus vidas. El bienestar psicológico profundiza la sensación de sentido de la vida cuando el individuo idea formas de enfrentar los retos y aprende de ellos.

CAPÍTULO III. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes de la Investigación

A Nivel Internacional

- Salvador F. (2014), en su tesis de Licenciatura titulada “Bienestar psicológico en usuarios de redes sociales” (“estudio aplicado a jóvenes y señoritas del Colegio Juan Diego, Municipio de Comitancillo, Departamento de San Marcos”), para la Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango; aplicó su investigación a 100 estudiantes y utilizó un tipo de investigación correlacional con un diseño no experimental y enfoque cualitativo. Los siguientes resultados fueron obtenidos:
 - “En base a resultados obtenidos en investigación de campo, la media aritmética de las tres primeras subescalas se ubica en el rango aceptable, equivale a un nivel de bienestar psicológico alto, excepto a las relaciones de pareja.”
 - “Los estudiantes se identifican más con el bienestar laboral, la mayoría de ellos viene del área rural, donde el trabajo tiene un valor fundamental en la familia, y es la alternativa de crecimiento personal y económico.”
 - “El bienestar de relaciones con la pareja, es una de las cuatro subescalas que se ubica en nivel bajo debido a, que la mayoría de ellos y ellas se comprometen a una relación seria a partir de los 17 años, por ende, no tienen suficiente experiencia para enfrentar esta etapa.”
 - La mayoría de estudiantes tienen su cuenta personal en Facebook para chatear con amigos y familiares.
 - “Cada usuario de una red social dedica 30 minutos al día para chatear, equivale mantener mayor tiempo frente al sistema operativo o teléfono móvil sin control alguno.”
 - “En la mayoría de jóvenes y señoritas se manifiesta alguna alteración emocional: ansiedad, preocupación, tristeza, ira, manos temblorosas y emoción al escuchar el nombre de la red social de su predilección.”
- Cuyún, (2013), en su tesis de licenciatura titulada “Adicción a redes sociales en jóvenes” (“investigación realizada a jóvenes de 14-16 años del Colegio

Liceo San Luis de Quetzaltenango); Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango”; aplicó su estudio a un universo de 88 estudiantes y utilizó un tipo de investigación descriptivo con un diseño no experimental y un enfoque cualitativo. Usó la encuesta ARS (Adicción a las Redes sociales). Cuyún llegó a las siguientes conclusiones:

- “Debido a que no se encontró un porcentaje alto, se confirma la hipótesis nula que dice: Los jóvenes estudiantes del colegio San Luis de la ciudad de Quetzaltenango entre las edades de 14 a 16 años no manifiestan adicción a las redes sociales.”

- Todos los estudiantes eligieron una de las redes sociales y concluyeron que todos tenían perfiles en al menos una de las redes sociales disponibles, pero no estaban clasificados como adictos.

- “A pesar de que de alguna manera todos tienen acceso a internet y están suscritos a una cuenta en cualquiera de las redes sociales, debido al nivel socio económico de los alumnos y las respuestas que dieron, se puede concluir que los alumnos no pueden acceder a internet diariamente o a cualquier hora, lo cual podría hacer menos vulnerables a la adicción a las redes sociales.”

- “Al momento de responder las preguntas, muchos de los alumnos, como suele suceder en cualquier examen o exposición ante un test de comportamiento, mintieron o se manifestaron cohibidos, para no verse involucrados en una conducta adictiva, máximo que en estos momentos este tema es de suma actualidad y los jóvenes temen ser ellos víctimas de este problema.”

- Los estudiantes que respondieron al cuestionario ARS (Adicción a las Redes Sociales) evidencian conducta afectada por el uso de las redes sociales, tales como: “suspender obligaciones académicas por estar conectado, permanecer más del tiempo recomendado dentro de las redes sociales lo que puede interferir en el desempeño escolar.”

- “Aunque no fue un objetivo del estudio, se ha determinado que el total de los alumnos del Colegio Liceo San Luis de la Ciudad de Quetzaltenango que participaron en la presente investigación tienen acceso a internet por lo menos una vez por semana, ya que todas las preguntas del cuestionario que referían a el uso del mismo fueron contestadas por el total de la muestra.”

- Valerio, G. y Serna, L. (2018), en la tesis titulada “Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario”. Trabajo de investigación de grado. Universidad Privada Tecnológica de Monterrey. Investigó un universo de 200 estudiantes. Se utiliza el método de investigación correlacional y cuantitativa con un diseño no experimental. Se arribó a la siguiente conclusión:
 - “Los resultados obtenidos indican que el 77.5% de la muestra utiliza Facebook todos los días de la semana; un 48.5% lo utiliza de 1 a 3 horas diarias y un 27.0% menos de una hora. El 69% de los encuestados tiene más de 500 contactos y el 16.5% tiene entre 301 a 500 contactos. Asimismo, se aprecia que el 43.5% de la muestra tiene más de 500 fotos en su cuenta, 20.5% tiene entre 301 a 500 fotos y otro 20.5% entre 101 a 300 fotos. En lo referente a la frecuencia de actualización del estado, los resultados indican que el 41.5% nunca actualiza el estatus, el 21% lo hace una vez al mes y 14% lo hace una vez a la semana. Con respecto a la actualización de la foto de perfil, el 33.5% respondió que lo hace unas tres veces al año, el 22% nunca la actualiza y el 20% lo hace una vez al mes.”
 - En este estudio, los estudiantes universitarios exhibieron un comportamiento similar, con un 77,5 % conectado diariamente. Esta cifra concuerda con lo publicado por Marchant (2014), quien reporta “que la mayoría de usuarios de redes sociales se conectan por lo menos cinco veces a la semana.”
 - Gran parte de los encuestados usan Facebook todos los días de la semana durante un promedio de 3 a 5 horas. El 43.4% lo usa para comunicación con sus amigos.
 - “La relación negativa encontrada entre el número de horas invertidas en Facebook y el BP subjetivo, así como el bienestar material, permite conjeturar que el número de horas invertidas puede ser un indicador de una percepción negativa de bienestar. Es posible que a través de las redes sociales se obtenga el soporte social necesario para enfrentar situaciones de la vida personal que podrían ser causa de insatisfacción. Por lo tanto, se puede plantear como hipótesis en futuras investigaciones que las personas con un nivel bajo de afecto positivo, o que se sienten insatisfechas con sus posesiones materiales,

tienen mayor necesidad de invertir tiempo interactuando en las redes sociales en línea, como una forma de canalizar esos sentimientos de insatisfacción.”

- “Los resultados obtenidos demuestran que, aunque débil, hay una relación entre la intensidad de uso de Facebook y el BP de los estudiantes universitarios.”

- Gavilanes, G. (2015), en la tesis titulada “Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes”. Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato. Trabajó con una muestra de adolescentes de 2018 entre 12 y 15 años. El nivel y tipo de investigación fue exploratoria y descriptiva con diseño no experimental y enfoque cuantitativo-cualitativo. Arribó a estos resultados:
 - “El internet es uno de los recursos tecnológicos más importantes de los últimos años, el mismo que viene a complementar las demás herramientas de comunicación, investigación e información, pero dichas ventajas se ven perjudicadas por el mal uso que le dan sus cibernautas más jóvenes, demostrando que el nivel de adicción a las redes sociales de los jóvenes según la aplicación de los reactivos empleados, indican que si bien es cierto no existe dependencia en su globalidad, sin embargo al hacer un análisis por nivel de escolaridad se evidencia que la dependencia es marcada en los estudiantes de décimo curso en los cuales se observa baja adaptación a nivel personal y familiar.”
 - “Los factores que han provocado que estos adolescentes caigan en la adicción a las redes sociales tienen que ver con la adaptación personal, familiar y social. Se analiza entonces que a nivel personal son personas con baja autoestima, tolerancia y escaso control de impulsos, mientras que a nivel familiar se puede dilucidar que son jóvenes que no tienen buena relación y comunicación con sus padres, con una estructura disfuncional a nivel estructural y funcional en el sistema familiar, así mismo en el área social no poseen una aceptación satisfactoria de parte de los que les rodean, siendo estos factores de riesgo para caer fácilmente en cualquier tipo de adicción.”
 - “En cuanto a las dos instituciones educativas se pudo evidenciar que demostraron diferencias significativas en los resultados estadísticos, entre los

más relevantes es que la Unidad Educativa Yanahurco es más vulnerable a caer en cualquier tipo de adicción, debido a que según los datos cuantitativos demuestran factores de riesgo como la poca tolerancia a las frustraciones, bajo control de impulsos y la dificultad de estar solos, cuyos aspectos pueden estar aliados al hecho de que es una institución que enfrenta diferentes circunstancias empezando que no poseen las mismas comodidades que la otra institución y también porque estos estudiantes tienen diferente modo de relacionarse.”

- “En el análisis con el método r-Pearson de las variables de adicción a las redes sociales y adaptación conductual se dilucida una correlación negativa de tipo baja demostrando una correlación inversa entre las variables planteadas.

La hipótesis planteada se cumplió de manera parcial en el área estadística pues los resultados arrojados indicaron que la relación que existe entre la adicción a las redes sociales con la adaptación conductual es poco significativa pero no menos relevante, debido que se obtuvieron datos fundamentales para la investigación, llegando al razonamiento final de que el nivel y la edad en que se encuentra el adolescente cumple un papel fundamental, mientras que a nivel teórico-clínico la hipótesis se cumplió a cabalidad porque no queda duda de que una inadaptación en cualquier área del sujeto trae consigo un sinnúmero de consecuencias como adicciones, trastornos y otros problemas propios de la desadaptación, siendo así la adicción una enfermedad complicada de por sí en su contexto general pero es más conflictiva a edades más tempranas, puesto que los jóvenes no cuentan todavía con un pensamiento maduro y responsable por lo que es más difícil la supervisión médica y profesional para poder tratarla por lo que el rol que desempeña la familia es fundamental para el acompañamiento y guía en el tratamiento de cualquier adicción.”

A Nivel del Perú

- Salcedo, I. (2016), en la tesis titulada “Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una Universidad Particular de Lima”. “Tesis de licenciatura. Universidad San Martín de Porras, Lima, Perú.” Dicha investigación tuvo como objetivo determinar el alcance de la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima, a través de un diseño transversal,

correlacional. Se trabajó con “346 alumnos de ambos sexos”. Se concluyó lo siguiente:

- “Los resultados indican una relación negativa ($r = -.469$, $p < .01$) entre las variables adicción a redes sociales y autoestima, así como con sus componentes, además se observan diferencias significativas en los puntajes obtenidos a favor de las mujeres tanto en las dimensiones de la variable adicción a redes sociales como en la dimensión de la variable autoestima.”
- Se da una relación significativa entre el uso de redes sociales y la autoestima. La relación es de tipo negativo en sus componentes o dimensiones. Se observan “diferencias significativas en los puntajes obtenidos a favor de las mujeres.”
- “Los jóvenes utilizan con más frecuencia las redes sociales Youtube, Twiter, Whatsapp y Facebook”; los medios de conexión más usados son el celular y la red del domicilio. “La frecuencia de uso de las redes sociales es de 1 a 2 veces por día en un 24.2%, y de 3 a 7 veces al día en un 18.4%. Se observa una alta frecuencia del uso de las redes sociales durante el día. La actividad más frecuente que realizan al navegar” es el entretenerse y chatear.
- Flores, M. (2016), en la tesis titulada “Agresividad Premeditada e Impulsiva y Bienestar Psicológico en Estudiantes Adolescentes del Distrito de Trujillo”. “Tesis de licenciatura. Universidad César Vallejo, Trujillo. Trabajó con una muestra de 591 estudiantes adolescentes. Aplicó el tipo de investigación no experimental con diseño correlacional y enfoque cuantitativo.” Concluyó lo siguiente:
 - “En cuanto a los resultados descriptivos de los niveles de frecuencia de la Agresividad premeditada e impulsiva se aprecia niveles promedios.”
 - “Se encontró una relación parcial entre la Agresividad y Bienestar Psicológico en estudiantes adolescentes del distrito de Trujillo.”
 - “Se halló una correlación negativa y altamente significativa ($p < .01$) entre la agresividad premeditada y los factores control de situaciones y aceptación de sí mismo; además, una correlación negativa y significativa ($p < .05$) entre la agresividad premeditada vínculos psicosociales y proyecto de vida.”

- “Se halló, una correlación negativa y altamente significativa ($p < .01$) entre el factor agresividad impulsiva y los factores control de situaciones.”
- “Entre los resultados se resalta un nivel promedio en la agresividad premeditada (72.1%) e impulsiva (73.3%) y un nivel bajo (38,9%) en el bienestar psicológico.”
- Valencia, (2014), en la tesis titulada “Comunicación padres-adolescentes y adicción a internet en estudiantes de secundaria del Distrito De Villa el Salvador”. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú, Lima. Investigó un universo de 367 estudiantes de educación secundaria. “El estudio fue de tipo no experimental y de diseño correlacional.” Concluyó lo siguiente:
 - “Con respecto a la hipótesis y objetivo principal, se halló que el coeficiente de correlación de ‘r’ de Pearson entre adicción a Internet y comunicación padre-adolescente es de ‘r’ = -0,11 concluyendo una magnitud débil e inversa; por otro lado en el coeficiente de correlación ‘r’ = ,022 de las variables adicción a Internet y comunicación madre-adolescente es de una magnitud baja y directa. Sin embargo, para ambos casos, este hallazgo no es significativo ($p > .05$).”
 - “Se concluye que existe una prevalencia de adolescentes escolares que presentan indicadores marcos de adicción a Internet, cuyo porcentaje asciende al 25,6% (94) de la muestra representativa.”
 - “Se concluye que no existen diferencias significativas en la variable comunicación padres –adolescentes según las variables: edad, grado escolar y lugar de procedencia; sin embargo, si se encontró diferencias significativas en la variable de control: sexo ($p < .05$) en esta población de adolescentes escolares de secundaria.”
 - “Se concluye que no existen diferencias significativas en la variable adicción a Internet según las variables de control: edad, grado escolar y lugar de procedencia; no obstante, si se encontró diferencias significativas y muy significativas en la variable de control: sexo ($p < .05$; $p < .01$) en esta población de adolescentes escolares de secundaria.”

- “Se concluye que se halló una correlación baja, inversa y significativa ($p < .05$) entre la sub-escala de apertura a la comunicación con respecto al padre y la madre y la sub-dimensión características sintomatológicas, así como en la sub-escala de problemas de comunicación con respecto al padre y la madre y la sub-dimensión características disfuncionales y en la sub-escala apertura a la comunicación con respecto a la madre y la sub-dimensión características disfuncionales. Por otro lado, existe una correlación baja, directa y muy significativa ($p < .01$) entre los problemas de comunicación con respecto al padre y la sub-dimensión características sintomatológica. Por último, los problemas de comunicación con respecto a la madre y la sub-dimensión características sintomatológicas presenta una correlación moderadamente baja, directa y altamente significativa ($p < .001$).”

A Nivel Regional:

- Albornoz, N. y Ramos, K. (2017), en la tesis titulada “El uso de las redes sociales y su incidencia en el manejo de las habilidades sociales en estudiantes del VI Ciclo de la I.E.I. N°32223 Mariano Dámaso Beraún, Paucarbamba, 2017.” Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco. La muestra fue de 60 estudiantes del segundo grado “A” y “B”, elegidos por conveniencia. “El tipo de investigación fue correlacional y transversal, con un diseño no experimental y enfoque cuantitativo.” El estudio concluyó lo siguiente:
 - Sí “existe relación entre el uso de las redes sociales y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes del VI Ciclo de la Institución Educativa Integrada N°32223 Mariano Dámaso Beraún”, Paucarbamba 2017. Así lo evidencia el coeficiente de correlación de Pearson de 0.866 (alto y positivo). Es decir, un alto nivel de “uso de las redes sociales” corresponde a un mal manejo de las habilidades sociales, o un bajo nivel de uso de las redes sociales corresponde a un excelente manejo de las habilidades sociales; Esta relación se da en el 75,1% de los casos de la muestra, expresada por el coeficiente de determinación $r^2 = 0,751$.

- Se identifica “relación entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes del VI Ciclo de la I.E.I. N°32223 Mariano Dámaso Beraún, Paucarbamba, 2017. Esto se evidencia en el coeficiente de correlación de Pearson de 0,790 (alta y positiva); esta relación pasa en un 62.5% de los casos de la muestra de estudio evidenciado en el coeficiente de determinación $r^2=0,625$.”
- “Se ha logrado identificar que existe relación entre la obsesión por las redes sociales y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes del VI Ciclo de la I.E.I. N°32223 Mariano Dámaso Beraún”, Paucarbamba, 2017. Así lo muestra el coeficiente de correlación de Pearson de 0.784 (alto y positivo); Esta relación se da en el 61,4% de los casos de la muestra, expresada por el coeficiente de determinación $r^2 = 0,614$.
- “Se ha logrado identificar que existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes del VI Ciclo de la I.E.I. N°32223 ‘Mariano Dámaso Beraún’, Paucarbamba, 2017. Esto se refleja en el coeficiente de correlación de Pearson de 0,863 (alta y positiva); esta relación sucede en un 74.5% de los casos de la muestra de estudio reflejado en el coeficiente de determinación $r^2=0,745$.”
- “Se ha logrado identificar que existe relación entre los efectos nocivos de la adicción a las redes sociales y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes” del VI Ciclo de la I.E.I. N°32223 “Mariano Dámaso Beraún”, Paucarbamba, 2017. Esto se refleja en el coeficiente de correlación de Pearson de 0,781 (alta y positiva); esta relación sucede en un 61.0% de los casos de la muestra de estudio reflejado en el coeficiente de determinación $r^2=0,610$.

3.2. Bases Teóricas

3.2. 1. Abuso de las redes sociales

Definición de “redes sociales”

Las “redes sociales” son lugares del internet integrados y agrupados por equipos de personas que tienen necesidades, inclinaciones, actividades y anhelos en común y que hace posible la intercomunicación y contacto virtual con cada uno de ellos, de modo que las personas que pertenecen a

dicha comunidad virtual pueden intercambiar informaciones y mensajes de manera rápida.

Es notorio que las personas que participan en las redes sociales, no necesariamente se tienen que conocer para tener acceso y contactarse con los demás; sino que tienen la plena libertad de elegirlo, siendo uno de las características que motivan a las personas a comunicarse virtualmente.

En ese sentido, las redes sociales tienen por objetivo común iniciar contactos, reiniciar contactos perdidos y conocer nuevas amistades con individuos. Por esa razón, ser parte de las redes sociales implica hacer grupos de contacto que formarán parte del grupo de amistades. Cada uno de esos contactos pueden ser personas conocidas del entorno amical y familiar o también pueden ser personas desconocidas que son amigos de los contactos.

Boid Citado Por Gavilanes (2015) dice:

Una red social se define como un servicio que permite a los individuos construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, a la vez consciente articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, ver y recorrer su lista de las conexiones y de las realizadas por otros dentro del sistema (p.31).

De manera general, se puede decir que una “red social” es una organización integrada por individuos, entidades u organizaciones relacionadas y vinculadas entre sí en base a diversos intereses comunes (laborales, amicales, sentimentales, económicas, religiosas, etc.).

Desde esta perspectiva Gavilanes (2015) dice:

Actualmente las redes sociales son herramientas poderosas que han modificado el uso de Internet, han acelerado la colaboración y han revolucionado la forma de convivencia entre los individuos porque sin lugar a duda, una red social promueve la posibilidad de interactuar con otras personas, aunque no se conozcan personalmente, además de que estas plataformas virtuales están diseñadas con estímulos positivos y más no negativos, lo que hace

que exista un enganche aún mayor en la adolescencia, puesto que ellos “buscan aprobación de sus ideas, pensamientos y sentimientos y más no desaprobación siendo así la red social una fuente de placer para el joven.”

Las redes sociales son un conjunto de sistemas abiertas libremente para cualquier usuario. De ahí su carácter dinámico para integrar constantemente nuevos individuos, y que cada uno de ellos aporta algo para su permanente crecimiento (Manpower, 2009).

“Las redes sociales facilitan un contacto multidireccional ilimitado y en tiempo real. Justamente la interactividad es uno de los rasgos más distintivos y novedosos de las redes sociales. Antes de ellas, las empresas y los medios de comunicación tenían grandes barreras para comunicarse con su público y conocer su opinión. Ahora, las redes sociales permiten establecer un contacto bidireccional. Ahora mismo un artículo colgado en un periódico digital no se considera terminado hasta que los receptores han añadido sus reflexiones al original.”

Gonzales, Merino y Cano (2009), indican que:

Las redes sociales son un fenómeno de expansión que las personas hoy en día utilizan con más frecuencia. Asimismo, es una comunidad virtual en la cual un conjunto de individuos se implica por un interés en común mediante herramientas virtuales, en este caso es el internet el cual les abre acceso a estos sitios. El fin es interactuar de forma continua, al seguir reglas y normas preestablecidas de antemano. Las personas se sienten a gusto y parte de un grupo social, ya que comparten intereses, gustos, ideales y afinidad (p.78).

Si bien las redes sociales cuentan con controles privados y privados, los usuarios deben considerar que sus publicaciones quedan registradas para su visualización pública. Por ende, se debe ser muy cuidadoso con sus publicaciones, más aún si usamos el perfil de forma profesional o como parte de una empresa y/o compañía. En estos tiempos, se generan conceptos de acuerdo a las redes sociales que utilizan las personas,

generando impresiones de acuerdo al estilo en su uso, la educación, la ortografía y la claridad con la que exponga sus publicaciones. También recomienda no usar la escritura de mensajes con abreviaturas y evitar los errores ortográficos.

Cuyún, M. (2013) asevera al respecto:

Las redes sociales han dado un nuevo enfoque al internet y la manera que los internautas lo utilizan, la web ya no solo es usada para buscar información, mandar emails y mensajes, sino que ahora la persona beneficiaria de la red participa tanto en el proceso de comunicación como facilitar información, al mismo tiempo se pueden compartir fotos, videos, música y gustos. Es una manera de expresar pensamientos, emociones, contenidos y hasta discrepancias (p.47).

Según Bartolomé (2008), las redes sociales han remplazado a los sociogramas. Un sociograma es un gráfico para representar las relaciones, preferencias e influencias entre individuos trazando líneas entre ellos. Una red social provee una variedad de motivos aglutinadores; desde lo sexual hasta la afición por los viajes o la investigación. Alguien observó que “las redes sociales mueven el mundo, aunque evidentemente, algunas los mueven más que otras.”

Deitel y Deitel (2008) también destacan la gran variedad de relaciones que se desarrollan en las redes sociales. Hay vínculos para intercambios financieros, difusión religiosa, amistad, relaciones, información turística ayuda social, etc. Muchos también interactúan en juegos en línea, foros y grupos cerrados, entre otros.

Bao, Flores y Gonzales (2009), indican que: La "red social" tiene la visión de conseguir la mayor cantidad de miembros posible. Para ello, ofrecen y promueven herramientas que motiven a los usuarios a un uso constante. Algunas de tales herramientas son: búsqueda de contactos, sugerencia de contactos, mensajería instantánea, correo electrónico, divulgación de información personal, compartir fotos, videos, mensajes que se borran automáticamente, etc. Por supuesto que estas herramientas están en

constante mejora, ya que sólo así podrán lograr que los usuarios se conecten continuamente.

Funciones de “las redes sociales”

Las redes sociales presentan funciones comunicativas, funciones de formación de comunidades digitales y el trabajo en conjunto. Es decir, con la primera, hace realidad el intercambio de comunicaciones virtualmente; en la segunda, permite conseguir grupos de individuos con los mismos requerimientos e integrarse entre ellos; y finalmente con la tercera, hace que se lleven a cabo diferentes actividades comunes.

Fernández (2010) expone que:

El funcionamiento de las redes sociales es muy variado, pero, generalmente se inicia al registrar el nombre a través del correo electrónico en una cuenta de usuario. Por ende, antes de conectarse a una nueva red social, es necesario responder dos preguntas: primero, para qué y por qué; es el comienzo indispensable para que jóvenes y señoritas conozcan las verdaderas funciones de una red social. En otras ocasiones sucede, al contrario, se realiza el procedimiento sin pensar, debido a la influencia tecnológica que ha invadido a los valores que rigen en la vida del ser humano, con el objetivo de deshumanizar y llevar a la perdición. La función de una red social es clara, un punto que no se explica es por qué se le ha dado vuelta a esta cuestión. Primero la falta de información sobre el manejo y segundo saber aplicar correctamente en la vida personal (p.23).

Entre los muchos roles que cumplen las redes sociales destacan tres: amistad y apoyo, orientación cognitiva y servicio comunitario. La función de compañía y apoyo se cumple al facilitar la conexión con los parientes (la familia) y las amistades (amigos y amigas).

Las redes brindan un soporte emocional en forma espontánea, y muchas veces bajo ciertos criterios implícitos o tácitos.

Las redes que actúan como guías cognitivas son redes que facilitan el acceso a la información sobre temas que deseas conocer. Por ejemplo, existen redes académicas, redes sociales profesionales, integradas por personas con los mismos intereses que comparten y reciben información, documentación, conceptos, investigaciones y debates, etc. En estas redes no se busca una relación personal, sino un intercambio de conocimientos. Finalmente, las redes que cumplen un rol de servicio a la comunidad se tejen en base a “los valores de solidaridad, respeto y búsqueda de una mejor calidad de vida”. (Faerman, 2000). Por ejemplo, en Trujillo, Perú, existen tres grupos de Facebook para ubicar “Perros Perdidos”.

Otras de las funciones que puede tener una red social pueden ser “compañía social; apoyo emocional, sentimental y efectivo; guía cognitiva y consejos; regulación o control social, ayuda material y servicios” y la libertad para acceder a nuevos contactos (Trujillo, 2013).

Tipos de “redes sociales”

Según Trujillo (2013), los tipos de redes sociales son:

- **“Redes sociales verticales”**: Son redes construidas alrededor de un tema específico común a todos los usuarios. Como la red de expertos de LinkedIn. Los expertos publican información relevante para sus contactos y miembros involuntarios de la red.
- **“Redes sociales humanas”**: Se enfocan en impulsar la relación entre individuos, según sus aficiones, gustos, actividades, etc. Facebook es la red social de más uso en a nivel mundial. Los usuarios comparten información personal, estados de ánimo, fotos, videos, reportajes; y comparten amigos también. Diversos estudios realizados por personas y organizaciones demuestran que estas redes son el centro de atención en la vida de jóvenes y señoritas.
- **“Redes sociales de contenido”**: En estas redes las personas se vinculan en función del contenido. Ejemplo: Dipity. Esta aplicación

le permite crear líneas de tiempo interactivas con contenido diverso y publicarlas en Internet.

- Al permitir la incrustación de publicaciones en Twitter, Youtube, Blogger y otros, facilita la difusión de contenidos sociales, educativos, religiosos, culturales y deportivos. Estas redes permiten también que otros usuarios publiquen sus comentarios sobre las publicaciones.
- **“Redes sociales sedentarias”**: Redes sociales de microblogging donde los usuarios publican actualizaciones llamadas plurks, (mensajes cortos de no más de 140 caracteres). Es otra alternativa para difundir información o noticias importantes para el usuario.
- **“Redes sociales nómades”**: son redes sociales con características similares a “las redes sociales sedentarias”, con la diferencia que añade la ubicación geográfica del usuario.

Principales redes sociales

Según la investigación de Oliva (2012) las principales redes sociales son:

- **Facebook**: Esta red social permite a los usuarios crear perfiles personales, escribir mensajes en la página de contacto, publicar videos y fotos, y etiquetar personas en publicaciones. Un usuario puede tener hasta 5,000 contactos de su país y de todo el mundo; sean estos personas o instituciones. (Oliva, 2012).

Por otra parte, Magid y Collier (2009), refieren que Facebook es la red social más usada en el mundo pues se ofrece hasta en 70 idiomas. La edad mínima para tener una cuenta es de 13 años, pero los adolescentes representan sólo un pequeño porcentaje del total de usuarios. La mayoría de usuarios son adultos entre 25 y 34 años; muchos de ellos son padres de familia. En cuanto a las razones por las cuales los jóvenes utilizan Facebook, resaltan:

- “Socializar o salir con amigos, que en su mayor parte son de la propia escuela.”

- “Mantenerse al día sobre lo que hacen los amigos, relaciones, parientes, y de lo que sucede en los grupos al que pertenecen.”
- “Colaborar con tareas escolares.”
- “Desarrollar la autoexpresión y exploración de identidad, aspectos tradicionales del desarrollo adolescente.”
- “Lo que los sociólogos llaman ‘aprendizaje informal’, sucede fuera de la estructura formal de la escuela. Esto incluye normas sociales y adaptación social.”
- “Aprender habilidades técnicas para el desarrollo en esta era digital.”
- “Descubrir y explorar intereses, tanto académicos como para un futuro laboral.”
- “Aprender sobre el mundo que está más allá de la casa y escuela.”

- **WhatsApp:** La aplicación más usada para mensajería instantánea es WhatsApp. Los llamados “teléfonos inteligentes” facilitaron el surgimiento de esta aplicación y otras que permiten no sólo enviar mensajes de texto, sino también mensajes de voz, fotografías y vídeos. Los adolescentes y muchos adultos usan 'whatsapp' en lugar de llamar o enviar mensajes de texto a otros por teléfono. Estos usos y otras aplicaciones disponibles han contribuido para que los “smartphone” o “teléfonos inteligentes” sean “una necesidad, principalmente entre los jóvenes de 15 a 24 años, que puede incluso transformar el comportamiento de los usuarios.” (Hebella, 2014).

- **Twitter:** Esta aplicación permite enterarse instantáneamente las publicaciones de los usuarios que uno sigue. Twitter también posibilita etiquetar los mensajes enviados usando el signo numeral: #. A estas etiquetas se las llama “hashtag”. Los mensajes en Twitter son públicos, aunque también permite desarrollar conversaciones privadas.

Twitter permite crear listas de usuarios (independientemente si son o no seguidos, o si son o no seguidores). Estas listas tienen su propia cronología de mensajes de sus miembros combinados.

El crecimiento de usuarios se ha ralentizado, pero el éxito de Twitter radica en el enorme flujo de información que circula por su red y por la

presentación llamativa de las publicaciones. “Una vez que el usuario se engancha con la información la comparte con sus amigos en red” (Oliva, 2012).

García (2009) define a Twitter como una aplicación que permite a los usuarios publicar mensajes de hasta 140 caracteres, que pueden ser leídos por cualquier persona con acceso al sitio. Otra opción que brinda es sostener conversaciones privadas o grupales. Según algunos medios de comunicación, Twitter es una red que conecta a personas con mayores niveles de experiencia, como artistas, deportistas y políticos; mientras que en Facebook hay falta de orden y disciplina, pues los usuarios se conectan sin razones trascendentales para la comunidad.

Finalmente, Salvador (2014) dice:

“La propuesta de esta red social desde que está colocada en internet, es promocionar la oportunidad a millones de personas que viven en la faz de la tierra, de interactuar sobre los elementos naturales, experiencias académicas, debates, conferencias; como medio de auto aprendizaje, sobre temáticas actuales. Por ende, es necesario formular una disciplina sobre el uso de la misma, a cargo de las familias, escuelas, iglesias, municipalidades; para frenar la conducta de muchos jóvenes y señoritas que poco a poco son parte de una comunidad virtual sin educación” (p.26).

Definición de Abuso de las redes sociales

Es una relación de uso exagerado de las redes sociales que algunas personas desarrollan para interactuar con otras personas. Los individuos que abusan del uso de las redes sociales no creen en la alegría que pueden obtener al usarlas, sino en lo que pueden obtener a través de ellas. En consecuencia, el abusar del uso de las redes sociales no causa placer en la mayoría de sus usuarios, sino que lo que hace es hacer que la persona no pase desapercibida con sus contactos. Generalmente, no procura un reconocimiento, sino que quiere estar al tanto de muchos acontecimientos, no perderse las últimas noticias, etc.

Otros autores al abuso excesivo de las redes sociales le denominan adicción, e indican que es un fenómeno que está afectando a muchas personas, especialmente a niños, adolescentes y jóvenes.

De acuerdo a Echeburúa, Labrador, & Becoña (2009):

“La adicción a una red social es la compulsión por estar siempre conectado en la plataforma social e implica ser un coleccionista de amigos y dedicar mucho tiempo a la decoración del muro o perfil. En este sentido se han visto casos de personas que están más de 18 horas conectadas y al pendiente de su red social y que la adicción a internet suele afectar a las personas que psicológicamente o por la edad son más vulnerables. Un grupo al que hay que prestar especial atención son los adolescentes, porque reúnen características de riesgo como la impulsividad externa, necesidad de relaciones nuevas y autoestima baja” (p.29-44).

Santos (2010), sostiene que quien no puede controlar ni medir el tiempo que usa la Internet cae en adicción. Esta es una conducta para evadir la realidad; y, en otras palabras, es una enfermedad que te lleva a usar internet durante innumerables horas, bloquea tus emociones y te daña física y mentalmente.

Se refiere a la falta de auto disciplina a la hora de utilizar las redes sociales, a costa de las tareas y los estudios. Obsesiones, miedos y ansiedades son creados por la falta de acceso a la red. La persona adicta a las redes sociales no es “capaz de disminuir la cantidad de uso de estas.” (Escrura y Salas, 2014).

Características de adicción a las redes sociales

De acuerdo a Cahuari y Ochoa (2016), las características de “las redes sociales” son:

- **El perfil del usuario:** Es el espacio brindado por una aplicación social para que el usuario registre sus datos personales. También

permite compartir información personal privada o pública según el criterio del usuario y la política de privacidad de cada red social.

- **La lista de contactos personales:** Es una relación de nombres de las personas con quienes el usuario ya tiene un vínculo. Al pulsar sobre cualquiera de los nombres, se abrirá una sesión de conversación instantánea con dicha persona.
- **La interacción entre usuarios:** Además de las conversaciones privadas, las redes sociales ofrecen formas de crear grupos en torno a cierta afinidad común a las personas que integran dicho grupo. En general, todo usuario puede compartir información, enviar mensajes públicos o privados, y publicar sus comentarios acerca de toda publicación a la que tenga acceso.
- **La generación, publicación y consulta de contenidos:** Las diversas redes sociales permiten publicar fotos, mensajes, videos y noticias, así como acceder a las publicaciones de los contactos. También permiten establecer parámetros de privacidad para controlar quién ve o comenta la publicación.

Beneficios de las redes sociales

En la línea de lo expresado anteriormente, Pérez (2011) refiere la internet ha estimulado el surgimiento de cientos de sitios web y aplicaciones que facilitan la conformación de redes sociales en base a situaciones académica, lugares de trabajo, áreas geográficas, parentesco, sus intereses y aficiones entre otros. Destacan los siguientes beneficios:

- Permite establecer y cultivar vínculos con personas que comparten los intereses comunes y necesidades, así como la renovación de información en tiempo real; a diferencia de servicios asincrónicos como el correo electrónico.
- También el sector laboral y académico han potenciado a través de las redes sus alcances e innovaciones.

- El nivel de eficiencia empresarial y el trabajo en equipo se han visto fortalecidos con el uso de estas redes. Lo simple del acceso y el ahorro de tiempo han contribuido a consolidar más proyectos.
- Las redes sociales han facilitado la gestación grandes movimientos de solidaridad, prácticamente sin límites de fronteras.

Riesgos de las redes sociales

Corral (2010), menciona que entre los peligros que trae el uso de redes sociales se encuentran “la suplantación de personalidad, escaso control de datos, provocan adicción el mal uso, acceder a todo tipo de información sin restricciones y las personas pueden ser víctimas de delitos y crímenes.” Taber (2005), señala el peligro de no configurar la privacidad correctamente, pues al exhibir su vida privada el usuario queda expuesto y vulnerable a los criminales que podrían usar aquella información para estafas, acoso, abuso sexual, secuestro, tráfico de personas, extorsiones, etc. Taber considera que el riesgo más grande es la adicción que consume irreparablemente gran parte del tiempo.

Repercusiones psicológicas de “la adicción a las redes sociales”

La adicción a la internet trae varias consecuencias perjudiciales, “siendo la más inmediata la social”. El usuario se distancia emocional y físicamente de su familia y amistades, ya que pasa cada vez más conectado a la internet. Becoña (2009) resalta que también afecta muy seriamente las habilidades cognitivas y la salud de los adolescentes. Es decir, el tiempo desperdiciado “on line” le lleva a una vida sedentaria y al descuido de sus responsabilidades escolares y sociales.

Dimensiones de la “adicción a las redes sociales”:

- **La obsesión:** Es el estado mental de los estudiantes que poseen un pensamiento permanente y fija en estar en contacto en las redes sociales. Esta obsesión domina al estudiante y acapara su atención

social, familiar y académica y siempre está acompañado de un penoso sentimiento de ansiedad.

- **La falta de auto control:** En esta parte el estudiante carece de control personal en la conexión a las redes sociales, es decir el autodomínio a quedado relegado a un segundo plano para dar lugar a la descontrolada inversión del tiempo en “las redes sociales”.
- **El uso excesivo:** En esta parte se observa la necesidad constante de estar en conexión con las redes sociales, caso contrario el estudiante se sentirá mal porque no está enterado de lo que pasa con sus contactos y con las novedades de las redes sociales. Llegando a tener un permanente descuido de sus actividades diarias porque las considerará muy aburridas.

3.2.2. El bienestar psicológico

Vehnoven (1994), afirma que el bienestar psicológico de un individuo está en proporción directa a la percepción que tiene sobre la satisfacción que le brinda la vida.

Asimismo, Casullo (2002) define el bienestar psicológico como la habilidad de tener buenas relaciones sociales y auto control en el contexto que le toca vivir, en base a sus propias experiencias.

Según, Diener (1984, citado en Fierro y Rando, 2007), “se entiende que es una variable multifactorial, la cual se aferra a las experiencias satisfactorias.”

Además, Sánchez (2007), refiere que “esta variable está relacionada a la felicidad, y vinculado con la autorrealización, relaciones fructíferas, logro de las metas.”

El bienestar psicológico es un concepto muy amplio, ya que incluye aspectos sociales, subjetivos y psicológicos, así como comportamientos relacionados con la salud que ayudan a las personas a mantenerse positivas. El bienestar psicológico se relaciona con cómo la gente afronta los desafíos que se presentan día a día en sus vidas. El bienestar

psicológico profundiza la sensación de sentido de la vida cuando el individuo idea formas de enfrentar los retos y aprende de ellos.

El “desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal como los principales indicadores del funcionamiento positivo” (Ryff, 1989). “Sus dimensiones son: auto-aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.” El bienestar psicológico es la percepción positiva de las metas alcanzadas y el grado de felicidad o satisfacción con la vida. La investigación sobre salud psicológica muestra que las cualidades de las personas más felices están directamente relacionadas con “tener una vida agradable, comprometida y significativa” (Seligman, 1992).

Lawton citado por salvador (2014), menciona que:

“El bienestar psicológico es uno de los cuatro dominios de la calidad de vida, que incluye también las competencias comportamentales, las condiciones objetivas del ambiente externo percibidas. La felicidad forma parte de la vida para sentirse bien, realizado, motivado en diferentes actividades cotidianas, por ende, es necesario estar alejado de problemas, dificultades, que se presenta debido a factores estresantes como: Ambiente, socialización, amigos, familia. De ahí parte la solución o modelo a seleccionar. Gozar de una libertad, equivale a salud mental así aprovechar las propias potencialidades y desarrollarlas ante las demás personas de acuerdo al bienestar psicológico, esto significa prevención de trastornos, problemas sociales, familiares, personales, entre otros, al final da como resultado una actitud positiva para alcanzar los objetivos trazados” (p.19).

Así, Díaz (2006) define la salud mental como la evaluación positiva que las personas hacen de su vida. Incluye un aspecto cognitivo referente a la satisfacción con la vida en su totalidad o en algunas áreas de ella (área académica, área laboral, etc.). También incluye un aspecto afectivo relacionado “con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas, que mediante una compleja interacción genera en el individuo

percepciones que abarca un espectro de vivencias que transita desde la agonía hasta el éxtasis.” Hacer auto evaluaciones personales es indispensable para autocorregirse y aprender de los errores. Esta es una alternativa para que la vida se oriente a la felicidad. Además, controlar las emociones es orientar la vida hacia la esperanza con el fin de lograr la salud mental positiva, y reducir la posibilidad de padecer una patología. Finalmente, Craig (2001) afirma que una persona feliz tiene una mejor función psicológica, vive más tiempo, tiene mejor salud física, tiene un mejor trabajo y tiene mejores relaciones interpersonales.

Elementos del Bienestar psicológico

De acuerdo a Salvador (2014) son los siguientes:

- **El bienestar profesional:** La gente con alto bienestar profesional procura cada día usar sus capacidades para dar pasos concretos de superación y desarrollo. Tiene metas claras en la vida y planes para alcanzarlas. En muchos centros laborales la mayoría de personas trabajan bajo estrés, pensando en sus muchos compromisos y problemas personales, incluso evidenciando poco interés o continua molestia. Por tanto, la mayoría de profesionales tienen falta de iniciativa y poco interés para buscar alternativas de crecimiento personal.
- **Bienestar social:** El bienestar social “es un constructor teórico-metodológico destinado a medir grados de satisfacción de cada persona, en relación con las necesidades que se sienten y se comparten respecto a otros grupos sociales”. Son pocas las personas que se comprometen a cambiar una sociedad, para desalentar el individualismo, la discriminación, el egoísmo y el desprecio a los demás miembros de la sociedad.
- **Bienestar económico:** Ramírez (2005), afirma que el bienestar se alcanza cuando mejora y crece la producción de todos los bienes y servicios. Generalmente, el ser humano depende mucho de los bienes, y los convierte en un termómetro para medir su grado de satisfacción. Debido a ello, la juventud toma caminos antisociales o ilícitos para acumular bienes económicos y sentirse realizado. Se debe analizar esta situación con líderes

comunitarios y profesionales para hallar alternativas de solución que aseguren la felicidad de tantos jóvenes y muchachas que consideran el factor económico como el fin último de sus vidas.

- **Bienestar comunitario:** Martínez (2004), describe la comunidad como “un espacio de relaciones sociales de apoyo y, además, como unidad en la cual se desarrolla el trabajo o acción comunitaria, entendida como conjunto de actividades que se lleva a cabo para la mejora de las condiciones de vida de cada persona.” En la comunidad, los jóvenes atraviesan experiencias sanas y adaptan conocimientos adquiridos de personas mayores para tener ideas claras para enfrentar la realidad. “Para que el bienestar comunitario pueda responder a las necesidades e inquietudes de los jóvenes, es importante que la comunidad tome en cuenta actividades sociales, culturales, deportivas y religiosas; como medios de crecimiento personal y base para la toma de decisiones.”
- **Bienestar subjetivo:** Este bienestar se compone elementos afectivos y cognoscitivos. “La parte afectiva está basada en un balance hedónico entre afecto placentero y afecto displacentero.” La parte cognoscitiva incluye una percepción de satisfacción con la vida. Para lograr una vida feliz, es necesario recurrir a una persona con quien nunca se ha tenido algún contacto, y elegir amistades sanas. Una forma de alcanzar una buena salud mental es compartir necesidades, problemas, propósitos logrados y en conjunto evitar problemas sociales.
- **Bienestar material:** Es la felicidad de los individuos en base a las condiciones materiales. Sin duda que algunos tienen mayor satisfacción que otros, no por el valor de las cosas, sino por la utilidad que tienen en la vida del individuo. Es imposible construir una vida sin la ayuda de cosas materiales, de ahí que algunas las consideren la base de su felicidad.
- **Bienestar laboral:** Cuando una empresa crea y brinda un conjunto de servicios en forma gratuita o semi-gratuita para satisfacer las necesidades básicas del trabajador y su familia, éste alcanza el bienestar laboral. El trabajo es para el ser humano algo muy especial, casi sagrado. Cuando trae

bienestar permite la satisfacción de necesidades, cumplir objetivos “y alcanzar el nivel aceptable respecto a bienestar personal” (Sánchez, 1998).

- **Bienestar de relación con la pareja:** Melgosa y Annette (2004), mencionan a las relaciones de pareja como “un compromiso positivo y pleno entre dos personas imperfectas”, pero con deseos de alcanzar una estabilidad emocional uniendo sus personas y sus bienes. No usan el término “pareja” sólo para quienes están unidos legalmente. El bienestar de relación con la pareja los impulsa a la búsqueda de una sociedad incluyente más justa con principios, valores, de paz y amor.

Dimensiones del Bienestar psicológico

Para Ryff y Keyes (1995) el bienestar psicológico es el funcionamiento positivo de cinco componentes psicológicos, los cuales, de acuerdo a estos autores son:

- **Autoaceptación:** Es sentirse bien consigo mismo, valorando sus virtudes y reconociendo sus limitaciones personales. La autoaceptación incluye identificar sus propias limitaciones, sus fortalezas y debilidades, y asumirlas honestamente en su proyecto de vida. No se trata de aparentar lo que uno no es, ni se trata de vivir procurando satisfacer las expectativas de los demás. Por estas razones son muy importantes las entidades que pueden ayudar a corregir actitudes erróneas y motivar a la autoaceptación: la familia, la iglesia y la escuela, entre otras.
- **Relaciones positivas:** Es la percepción de que existen relaciones de confianza, empatía e intimidad con otros. Son vínculos que fortalecen el establecimiento y la consecución de metas, estimulan la sensación de propósito en la vida, y motivan a la acción y desarrollo personal. Todo ser humano necesita relaciones positivas, amigos en quienes confiar cuando lo necesite, personas que le apoyen emocionalmente, le brinden alternativas de superación, le propongan soluciones a los diversos problemas que se le presenten. Sí hay la posibilidad de establecer relaciones negativas y perjudiciales; de ahí la importancia de tener valores y principios saludables

que guíen al individuo en el establecimiento de nuevas relaciones de amistad.

- **Autonomía:** Existe cuando el individuo puede mantener con firmeza sus valores personales, su independencia y determinación en cualquier contexto social o circunstancia. La autonomía se ve afectada por dos factores: la dependencia de otras personas, y la no utilización de las capacidades personales. Es bueno consultar, pedir consejo o asesoría; pero la persona debe aprender a tomar sus propias decisiones... con autonomía. En segundo lugar, es bueno reconocer limitaciones, pero también es bueno usar y potenciar las capacidades y habilidades ya alcanzadas. En resumen, es bueno ser sociable, pero no dependiente. También es bueno reconocer que a uno le falta mucho que aprender... pero debe poner en acción lo que ya posee y ha alcanzado.
- **Dominio del entorno:** Vinculado al control interno y fuerte autoeficacia. Es la habilidad personal para elegir o crear ambientes que favorezcan la satisfacción de necesidades propias, o la consecución de objetivos personales. La persona que desea dominar su entorno debe creer que no hay nada que pueda impedir que el hombre controle cualquier entorno, o sobre las cosas que son sólo medios para alcanzar objetivos diarios. La tendencia de muchos ha sido dejarse dominar por su entorno, dejarse llevar por la corriente social o la influencia de amigos y profesionales mal informados de la situación particular del individuo. Muchas veces tal influencia ha llevado a la persona a desechar los buenos consejos de los padres, rechazar y dejar prácticas culturales, principios religiosos, etc.
- **Propósito de la vida para el crecimiento personal:** El crecimiento personal es un proceso de cambios y aprendizajes positivos para el individuo. Es el empeño por potenciar las capacidades propias de la persona, y desarrollarse a una máxima expresión de sí mismo. La mayoría de personas abandonan el crecimiento personal por su bajo concepto de sí, y por los obstáculos que hay en su entorno. A veces, es el factor económico; otras veces es por la negativa o pesimista influencia de amigos,

familiares, jefes, etc.; también incluyen situaciones de desgracia en la familia, o duras experiencias personales. De ahí, la importancia de un sentido de propósito en la vida para el crecimiento personal.

Los propósitos de la vida son metas y objetivos que se formulan como respuesta a dos interrogantes: ¿Por qué estoy aquí? y ¿para qué estoy aquí? Las metas y objetivos para la vida son claves para persistir a pesar de influencias y experiencias negativas; a pesar de que no haya el apoyo que se esperaba de personas en el entorno del individuo. Tener un propósito claro y firme en la vida incluso eleva la autoestima, pues le da mucho más valor a la persona.

3.2.3. Teorías del Bienestar Psicológico:

Díaz (2006), afirma que las perspectivas de “un modelo de mundo” y “un modelo de sujeto” enmarcan el que es quizá el eslabón más fundamental de la psicología positiva: “la teoría del bienestar psicológico”.

Lyubomirsky (2007), concluye que las teorías de bienestar psicológico le asignan un alto nivel de importancia a las circunstancias que atraviesa el individuo. También afirma que “los modelos personológicos proponen que el bienestar es una disposición general de la personalidad”. Lyubomirsky da en realidad una gran esperanza de bienestar cuando declara que “dado que la personalidad es estable, el bienestar lo es.”

- **Teoría de la adaptación:** Diener, Lucas y Scollon (2006), plantean que las condiciones externas no explican ni determinan el bienestar. Sus investigaciones evidencian que el ganar más dinero, el atractivo físico y el gozar de buena salud influyen en aproximadamente un 15% en la condición del bienestar. Esto quiere decir que las personas del siglo XXI se equivocan en gran manera cuando lucha por alcanzar holgura económica, creyéndolo la fuente suprema de felicidad. En realidad, la lucha por el oro, por el dinero, ha sido el enemigo número uno del ser humano. En su obsesión por el dinero, el hombre cae en la despersonalización; y esa mercantilización del ser humano se palpa en las calles, en las escuelas, en las iglesias, y hasta en los hogares.

Los bienes materiales y otros elementos externos son un factor mínimo cuando se trata de solucionar verdaderamente problemas personales, sociales, culturales, académicos y políticos.

- **Teoría de la discrepancia:** Para Fredrick y Loewenstein (1999), sí se requieren de recursos materiales para que la vida sea satisfactoria, y se abran más oportunidades de satisfacción personal. En la vida surgen estímulos desconocidos o imprevistos que demandan una atención inmediata. Tener bienes y recursos no deben llevar al individuo a sentirse diferente, sino más preparado y más equipado. El reto para considerar que uno está satisfecho en la vida es elegir bien lo que se quiere alcanzar en la vida. Es importante responder acertadamente a las diferentes oportunidades de crecimiento personal que contribuyen a alcanzar al estilo de vida preferido. La razón debe ser la guía del individuo, quien así sabrá quién es, a dónde quiere llegar, dónde se encuentra actualmente, y cuál es el nivel de sus fortalezas y debilidades.

3.3. Bases conceptuales

- **Abuso de las redes sociales:** Es la falta de moderación en el uso de las redes sociales, en perjuicio de las responsabilidades y los estudios. La persona experimenta obsesión por conectarse a internet; cae en ansiedad y preocupación cuando no accede a las redes. El abuso de las redes sociales también se evidencia cuando el usuario tiene dificultad de controlar el tiempo que pasa interactuando en las redes. Obviamente, excede el tiempo de uso y no puede disminuir las horas de conexión. Ecurra y Salas (2014).
- **Obsesión por las redes sociales:** Se refiere al estado mental de los estudiantes que poseen un pensamiento permanente y fija en estar en contacto en las redes sociales. Esta obsesión domina al estudiante y acapara su atención social, familiar y académica y siempre está acompañado de un penoso sentimiento de ansiedad.
- **Falta de auto control y manejo del tiempo en el uso de las redes sociales:** En esta parte el estudiante carece de control personal en la conexión a las redes

sociales, es decir el autodomínio a quedado relegado a un segundo plano para dar lugar a la descontrolada inversión del tiempo en “las redes sociales”.

- **Uso excesivo de las redes sociales:** En esta parte se observa la necesidad constante de estar en conexión con las redes sociales, caso contrario el estudiante se sentirá mal porque no está enterado de lo que pasa con sus contactos y con las novedades de las redes sociales. Llegando a tener un permanente descuido de sus actividades diarias porque las considerará muy aburridas.
- **Bienestar psicológico:** Los principales indicadores del bienestar psicológico son el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal (Ryff, 1989). Los elementos o dimensiones del bienestar psicológico son: “auto aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.” El bienestar psicológico de un individuo está en proporción directa a la percepción que tiene sobre el grado de satisfacción que le brinda la vida. Investigaciones sobre el bienestar psicológico muestran que las cualidades de las personas con mayor felicidad están directamente relacionadas con “el tener una vida placentera, comprometida y con un significado positivo” (Seligman, 1992).
- **Autoaceptación:** Es sentirse bien consigo mismo, valorando sus virtudes y reconociendo sus limitaciones personales.
- **Relaciones positivas:** Es la percepción de que existen relaciones de confianza, empatía e intimidad con otros. Son vínculos que fortalecen el establecimiento y la consecución de metas, estimulan la sensación de propósito en la vida, y motivan a la acción y crecimiento personal.
- **Autonomía:** Existe cuando el individuo puede mantener con firmeza sus valores personales, su independencia y determinación en cualquier contexto social o circunstancia.
- **Dominio del entorno:** Vinculado al control interno y fuerte autoeficacia. Es la habilidad personal para elegir o crear ambientes que favorezcan la satisfacción de necesidades propias, o la consecución de objetivos personales. La persona que desea dominar su entorno debe creer que no existe algo que pueda impedir el

dominio del ser humano sobre cualquier ambiente, o sobre las cosas que son sólo medios para alcanzar objetivos diarios.

- **Propósito en la vida para el crecimiento personal:** El crecimiento personal es un proceso de cambios y aprendizajes positivos para el individuo. Es el empeño por potenciar las capacidades propias de la persona, y desarrollarse a una máxima expresión de sí mismo. La mayoría de personas abandonan el crecimiento personal por su bajo concepto de sí, y por los obstáculos que hay en su entorno.

CAPÍTULO IV. MARCO METODOLÓGICO

4.1 Ámbito

En esta investigación se buscó medir la relación existente entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria. En este sentido, nuestra población estuvo constituido por estudiantes de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019.

La Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, cumple 190 años brindando servicio educativo a estudiantes de los niveles inicial, primaria y secundaria. Se encuentra ubicado en la ciudad de Huánuco en el Parque Cartagena s/n. y depende de la Unidad de gestión educativa local Huánuco. La Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” es una Institución Educativa Pública que brinda instrucción educativa a estudiantes de Educación Básica Regular (niveles Inicial, Primaria y Secundaria) y de Educación Básica Alternativa (modalidades Inicial, Intermedio y Avanzado), a cargo de la UGEL Huánuco.

Su propuesta pedagógica está diseñada organizativa y administrativamente respetando su historia y estructura sui géneris, enfrentando las necesidades y problemática del país, y mirando con fe los retos del futuro. Cuenta con 172 docentes entre los tres niveles y con 3584 estudiantes aproximadamente.

4.2. Tipo y Nivel de Investigación

La investigación fue de tipo no experimental y cuantitativo. Fue no experimental porque el investigador no manipuló directamente la variable de estudio, sino que recogió la información de la realidad, para luego de procesarla y dar a conocer en su real estado. Este es un estudio cuantitativo porque estas herramientas utilizan datos cuantitativos recopilados, incluidas mediciones sistemáticas, y se utiliza como un medio importante de análisis estadístico. Finalmente, el nivel de la investigación fue correlacional por que se buscó medir el nivel de relación de las variables (Hernández, Fernández y Baptista, 2006)

4.3. Población y muestra

4.3.1 Descripción de la población.

La población estuvo constituida por 245 estudiantes del cuarto grado de secundaria del turno de la mañana de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” 2019.

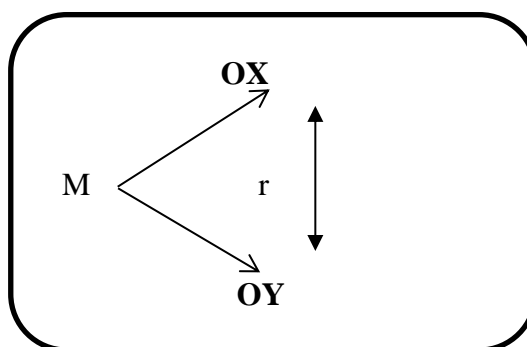
4.3.2. Muestra y métodos de muestreo.

La muestra estuvo conformada por 60 estudiantes del cuarto grado de secundaria del turno de la mañana de la Institución educativa Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” 2019. Elegidas de manera no probabilística por conveniencia.

4.4. Diseño de Investigación

De acuerdo a la clasificación de los diseños de investigación de Sánchez H. (2015:79), Utilizamos el **diseño correlacional**; este tipo de estudio implica la recolección de dos o más conjuntos de datos de un grupo de sujetos con la intención de determinar la subsecuente relación entre estos conjuntos de datos. Así también fue transversal porque los datos fueron recogidos en un periodo de tiempo determinado.

El esquema a utilizar fue el siguiente:



En donde:

M = Muestra

OX = Observación de la variable X: Abuso de las redes sociales

OY = Observación de la variable Y: Bienestar psicológico

r = Relación existente entre las variables.

4.5. Técnicas e Instrumentos

4.5.1. Técnicas

Las técnicas e instrumentos que se utilizaron para el desarrollo de la presente investigación fueron los siguientes:

VARIABLE	TÉCNICA	INSTRUMENTO
Abuso de las redes sociales	Encuesta	Cuestionario de abuso de las redes sociales
Bienestar psicológico	Encuesta	Cuestionario de bienestar psicológico

Para Hernández, Fernández y Baptista (2006), definen al instrumento de medición como “un recurso que del investigador para registrar información o datos sobre las variables” que estudia. En el caso de la presente investigación, el instrumento que se utilizó para la recolección de datos fueron los cuestionarios:

4.5.2. Instrumentos

El cuestionario es un instrumento de investigación que consiste en presentar por escrito una serie de preguntas relacionadas al tema en investigación con el fin de obtener información. A continuación, detallamos cada uno de los instrumentos de investigación que se utilizaron:

A) “Cuestionario de Abuso de las redes sociales”: Este cuestionario fue aplicado a los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019, con una duración de 25 minutos. Este instrumento es una adaptación de la autora Roxana Analí Cahuari Coila (2016) en su tesis titulada “Dimensiones de personalidad y adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Nacional San Agustín”. El cuestionario consistió de 24 ítems considerando las dimensiones de

cada variable de estudio: 10 ítems sobre la dimensión “Obsesión por las redes sociales”

B) ; 6 ítems sobre la dimensión “Falta de control personal en el uso de las redes sociales”, y 8 ítems sobre la dimensión “Uso excesivo de las redes sociales”. Los puntos asignados a cada ítem fueron: Siempre (3 puntos), Casi siempre (2 puntos), A veces (1 punto) y Nunca (0 puntos). Además, la escala de valoración fue establecida en 4 niveles: Alto (55-72), Medio (37-54), Regular (19-36) y Bajo (0-18).

B) “Cuestionario de bienestar psicológico”: Este cuestionario se fue aplicado a los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019, con una duración de 25 minutos. Este instrumento es una adaptación de la autora Marina Alexandra Zúñiga Padilla (2018) en su tesis sustentada con el título de “Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este”. El cuestionario consistió de 24 ítems considerando las dimensiones de cada variable de estudio: 4 ítems sobre la dimensión Autoaceptación, 4 ítems sobre la dimensión Relaciones positivas, 6 ítems sobre la dimensión Autonomía, 6 ítems sobre la dimensión Dominio del entorno, y 4 ítems sobre la dimensión Propósito en la vida para el crecimiento personal. Los puntos asignados a cada ítem fueron: Siempre (3 puntos), Casi siempre (2 puntos), A veces (1 punto) y Nunca (0 puntos). Además, la escala de valoración fue establecida en 4 niveles: Alto (55-72), Medio (37-54), Regular (19-36) y Bajo (0-18).

4.5.2.1 Validación de los instrumentos para la recolección de datos:

Los instrumentos son válidos porque son una adaptación de los autores. Este instrumento es una adaptación de la autora Roxana Analí Cahuari Coila (2016) en su tesis titulada “Dimensiones de personalidad y adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Nacional San Agustín” para la primera variable de estudio y Marina Alexandra Zúñiga Padilla (2018) en su tesis

sustentada con el título de “Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este”. Sin embargo, en la presente investigación se validó nuevamente a juicio de tres expertos quienes determinaron su validez (Ver anexo).

4.5.2.2. Confiabilidad de los instrumentos para la recolección de datos

La confiabilidad de los instrumentos de investigación fue evaluada según la prueba de confiabilidad estadística Alfa de Cronbach, los cuales fueron aplicados al 10% de la muestra de estudio (García, González y Janet, 2010). Cuyos resultados fueron:

- Para la variable Abuso de las redes sociales:

Resumen del procesamiento de los caso

	N	%
Válidos	6	100,0
Excluidos ^a	0	,0
Total	6	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,898	24

- Para la variable Bienestar psicológico

Resumen del procesamiento de los caso

	N	%
Válidos	6	100,0
Excluidos ^a	0	,0
Total	6	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,940	24

4.6. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos

- “Selección de fuentes bibliográficas.
- Sistematización y organización de los datos bibliográficos.
- Selección y elaboración de los instrumentos.
- Mejoramiento y validación de los instrumentos.
- Aplicación de los cuestionarios a los integrantes de la muestra.
- Revisión de los cuestionarios
- Manejo adecuado de los datos.
- Análisis e interpretación de la información.
- Generación de conclusiones.
- Establecimiento de sugerencias.”

Tabulación

a) Estadística Descriptiva para Cada Variable

Medidas de Tendencia central: Se hizo el cálculo de la media, mediana y moda de los datos agrupados según los resultados obtenidos.

Medidas de Dispersión: Se hizo el cálculo de la desviación típica o estándar, varianza y coeficiente de variación de los datos agrupados según los resultados obtenidos.

Medidas del Coeficiente de Correlación: Aplicaremos el Coeficiente de Correlación de PEARSON.

$$r = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[n\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][n\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

Interpretación del Índice de

Correlación: Para la interpretación clásica del índice de correlación de todo modelo de regresión se utiliza la siguiente escala de medición.

ÍNDICE DE CORRELACIÓN	INTERPRETACIÓN
$0,00 < r < 0,20$	Existe correlación no significativa + ó -
$0,20 \leq r < 0,40$	Existe correlación baja + ó -
$0,40 \leq r < 0,70$	Existe significativa correlación + ó -
$0,70 \leq r < 1,00$	Existe alto grado de correlación + ó -
$r = 1$	Existe correlación perfecta + ó -
$r = 0$	No existe correlación

Fuente: Isaac Córdova Baldeón, Estadística, Pág. 254

b) Estadística Inferencial para Cada Variable

Se aplicó la prueba de hipótesis de correlaciones usando la distribución normal ($n > 30$).

c) Para el Análisis de Datos

Cuadros Estadísticos Bidimensionales: A fin de presentar datos ordenados y así facilitar su lectura y análisis, se construyeron cuadros estadísticos de tipo bidimensional, es decir, de doble entrada para que en dichos cuadros se distinga dos variables de investigación.

Gráficos de Columnas o Barras: Sirvió para relacionar los puntos contabilizados con sus respectivas frecuencias, es propio de un nivel de medición por intervalos, es el más indicado y el más comprensible.

4.7 Aspectos éticos

- Confidencialidad: es la garantía de que la información personal será protegida para que no sea divulgada sin consentimiento de la persona.
- Respeto: es el reconocimiento del valor propio y de los derechos de los individuos y de la sociedad. Por el cual a través del consentimiento informado se proporciona a los padres de familia información importante sobre la investigación. Así mismo, se añade el asentimiento al consentimiento y señala la voluntad de cooperación del niño/a.
- Anónimo: Que es desconocido o no se da a conocer. - Validez y confiabilidad local: nuestro instrumento será revisado por expertos donde se validará en nuestra realidad local.

CAPÍTULO V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

5.1. Análisis descriptivo

Tabla 3

Nivel de la Variable abuso de las redes sociales en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	55 ; 72	15	25,0
Alto	37 ; 54	24	40,0
Medio	19 ; 36	12	20,0
Bajo	00 ; 18	9	15,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°1

Elaboración: Propia

Interpretación:

Al analizar los resultados de la Tabla 3 y Figura 1, vinculada a los niveles de la variable “Abuso de las redes sociales”, se puede aseverar que:

El 25,0% (15 estudiantes): Muy alto.

El 40,0% (24 estudiantes): Alto.

El 20,0% (12 estudiantes): Medio.

Y el 15,0% (9 estudiantes): Bajo.

De acuerdo a los resultados se concluye que el nivel de Abuso de las redes sociales se ubica en el nivel Alto.

Figura 1: Nivel de la Variable abuso de las redes sociales en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

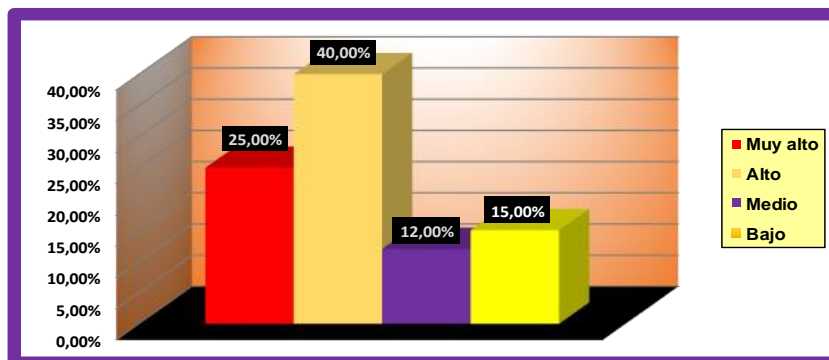


Tabla 4

Nivel de la dimensión “Obsesión por las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	22 ; 30	6	10,0
Alto	15 ; 21	33	55,0
Medio	08 ; 14	18	30,0
Bajo	00 ; 07	3	5,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°1

Elaboración: Propia

Interpretación:

Al analizar un detallado estudio de los resultados de la Tabla 4 y Figura 2, vinculada a los niveles de la dimensión “Obsesión por las redes sociales”, se concluye que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

El 55,0% (33 estudiantes): Alto.

El 30,0% (18 estudiantes): Medio.

El 5,0% (3 estudiantes): Bajo.

Según estos resultados se concluye que el nivel de obsesión por las redes sociales se encuentra en el nivel Alto.

Figura 2: Nivel de la dimensión “Obsesión por las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

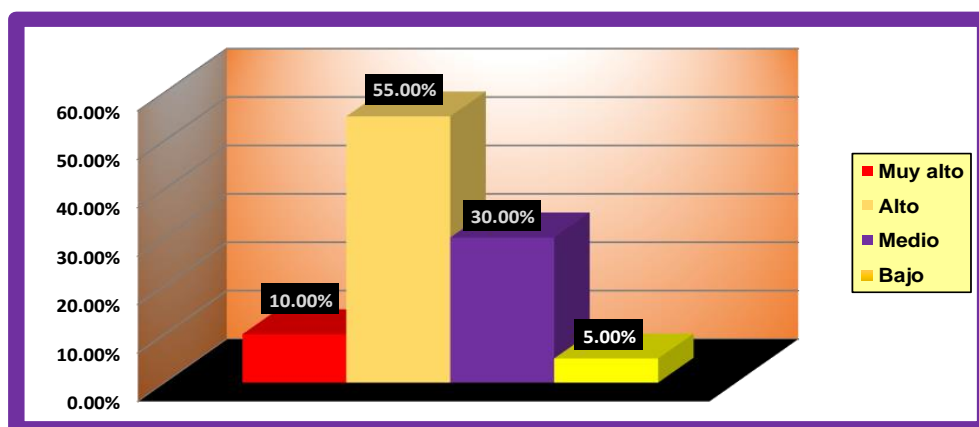


Tabla 5

Nivel de la dimensión “Falta de control personal en el uso de las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	13 ; 18	6	10,0
Alto	09 ; 12	27	45,0
Medio	05 ; 08	24	40,0
Bajo	00 ; 04	3	5,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°1

Elaboración: Propia

Interpretación:

Al analizar cuidadosamente los resultados de la Tabla 5 y Figura 3, vinculada a los niveles de la dimensión “Falta de control personal en el uso de las redes sociales”, se concluye que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

El 45,0% (27 estudiantes): Alto.

El 40,0% (24 estudiantes): Medio.

El 5,0% (3 estudiantes): Bajo.

Según estos resultados indica que el nivel de Falta de control personal en el uso de las redes sociales se ubica en el nivel Alto.

Figura 3: Nivel de la dimensión “Falta de control personal en el uso de las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

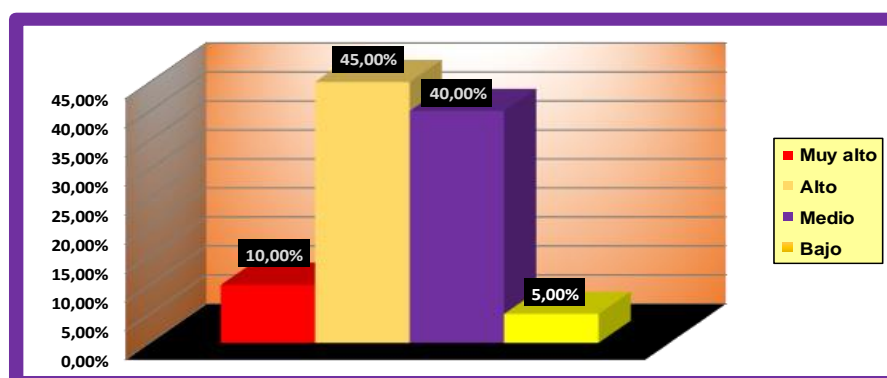


Tabla 6

Nivel de la dimensión “Uso excesivo de las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	19 ; 24	18	30,0
Alto	13 ; 18	24	40,0
Medio	07 ; 12	9	15,0
Bajo	00 ; 06	9	15,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°1

Elaboración: Propia

Interpretación:

A analizar cuidadosamente los resultados de la Tabla 6 y Figura 4, vinculada a los niveles de la dimensión “Uso excesivo de las redes sociales”, se concluye que:

El 30,0% (18 estudiantes): Muy alto.

El 40,0% (24 estudiantes): Alto.

El 15,0% (9 estudiantes): Medio.

El 15,0% (9 estudiantes): Bajo.

Según estos resultados indica que el nivel de Falta de control personal en el uso de las redes sociales se ubica en el nivel Alto.

Figura 4: Nivel de la dimensión “Uso excesivo de las redes sociales” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

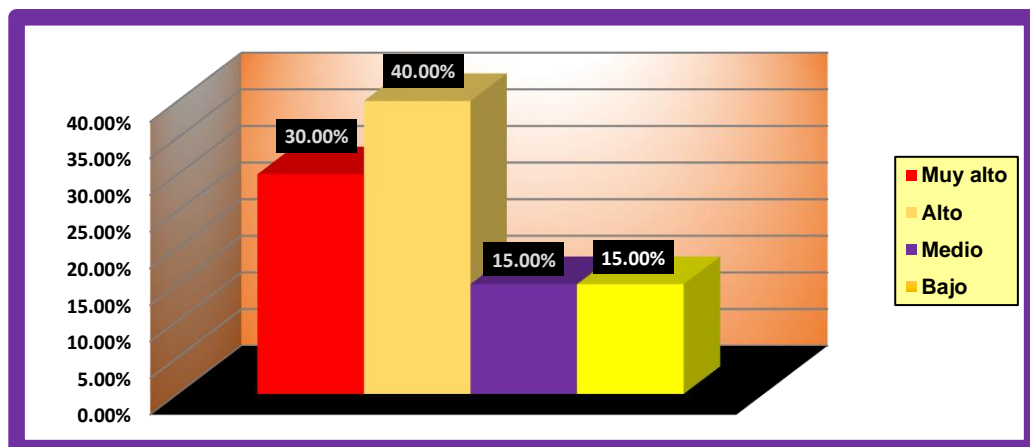


Tabla 7

Nivel de la Variable Bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	55 ; 72	6	10,0
Alto	37 ; 54	15	25,0
Medio	19 ; 36	21	35,0
Bajo	00 ; 18	18	30,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

El análisis cuidadoso de los resultados de la Tabla 7 y Figura 5, vinculada a los niveles de la variable “Bienestar psicológico”, se observa que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

El 25,0% (15 estudiantes): Alto.

El 35,0% (21 estudiantes): Medio.

El 30,0% (18 estudiantes): Bajo.

Según los resultados se concluye que el nivel de Bienestar psicológico se ubica en el nivel Medio.

Figura 4: *Nivel de la Variable Bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.*

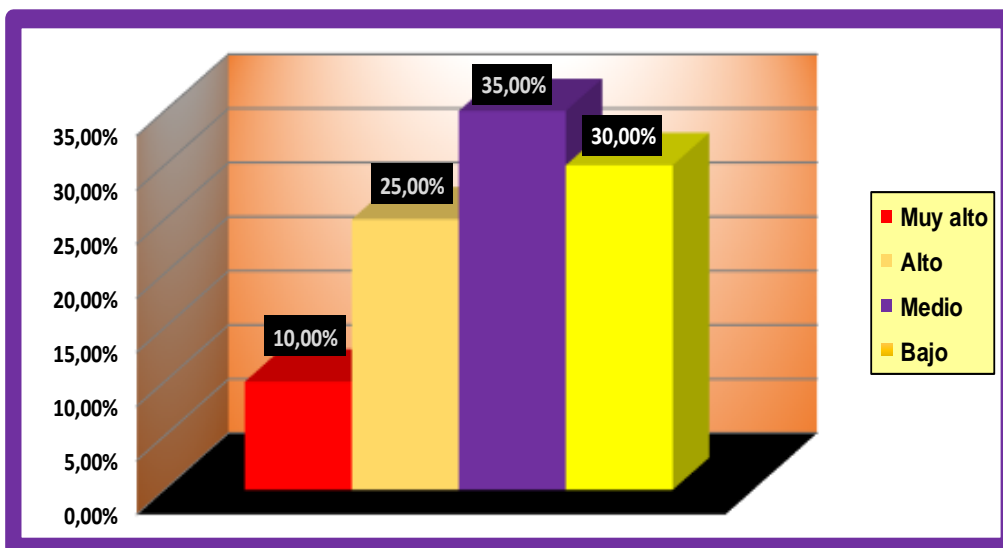


Tabla 8

Nivel de la dimensión “Autoaceptación” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	10 ; 12	6	10,0
Alto	07 ; 09	12	20,0
Medio	04 ; 06	27	45,0
Bajo	00 ; 03	15	25,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

Analizados los resultados de la Tabla 8 y Figura 6, vinculada a los niveles de la dimensión “Autoaceptación”, se observa que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

El 20,0% (12 estudiantes): Alto.

El 45,0% (27 estudiantes): Medio.

El 25,0% (15 estudiantes): Bajo.

Según estos resultados se concluye que el nivel de Autoaceptación se ubica en el nivel Medio.

Figura 5: Nivel de la dimensión “Autoaceptación” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

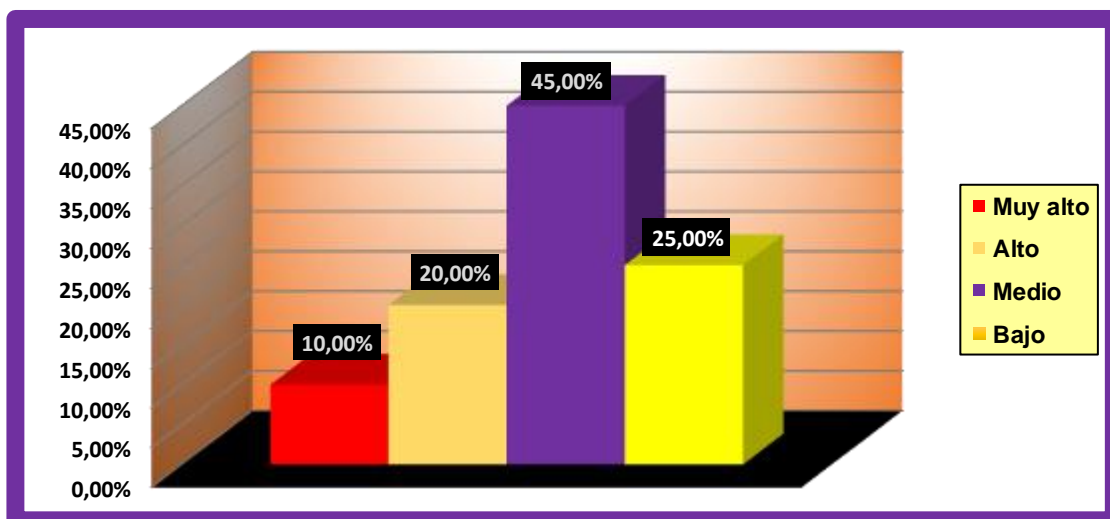


Tabla 9

Nivel de la dimensión “Relaciones positivas” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	10 ; 12	9	15,0
Alto	07 ; 09	3	5,0
Medio	04 ; 06	24	40,0
Bajo	00 ; 03	24	40,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

Analizados los resultados de la Tabla 9 y Figura 7, vinculada a los niveles de la dimensión “Relaciones positivas”, se observa que:

El 15,0% (9 estudiantes): Muy alto.

El 5,0% (3 estudiantes): Alto.

El 40,0% (24 estudiantes): Medio.

El 40,0% (24 estudiantes): Bajo.

Según los resultados se concluye que el nivel de Relaciones positivas se encuentra en el nivel Medio y Bajo respectivamente.

Figura 6: Nivel de la dimensión “Relaciones positivas” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

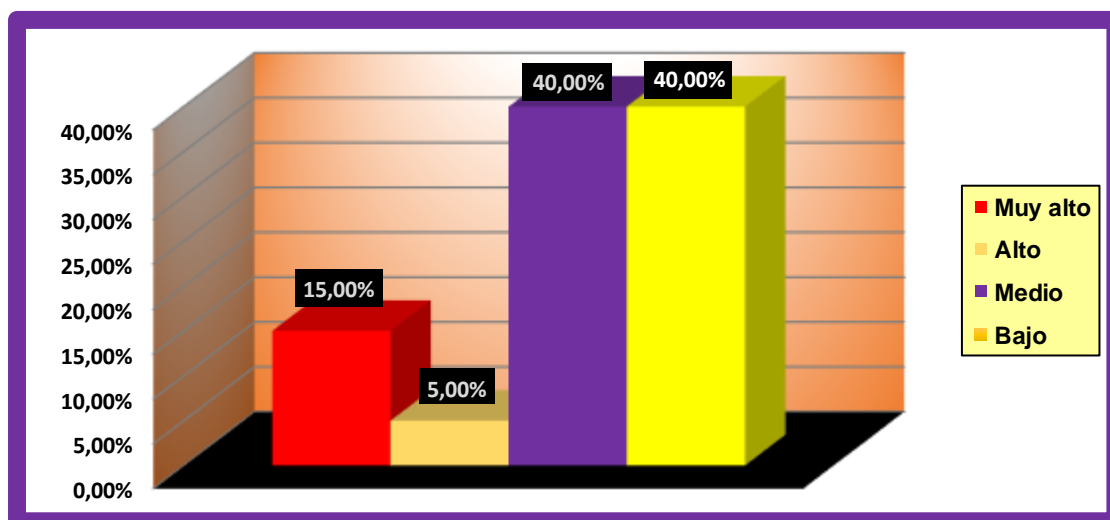


Tabla 10

Nivel de la dimensión “Autonomía” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	13 ; 18	9	15,0
Alto	09 ; 12	9	15,0
Medio	05 ; 08	30	50,0
Bajo	00 ; 04	12	20,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

Al analizar cuidadosamente los resultados de la Tabla 10 y Figura 8, vinculada a los niveles de la dimensión “Autonomía”, se observa que:

El 15,0% (9 estudiantes): Muy alto.

El 15,0% (9 estudiantes): Alto.

El 50,0% (30 estudiantes): Medio.

El 20,0% (12 estudiantes): Bajo.

Según los resultados se observa que el nivel de Autonomía se ubica en el nivel Medio.

Figura 7: Nivel de la dimensión “Autonomía” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

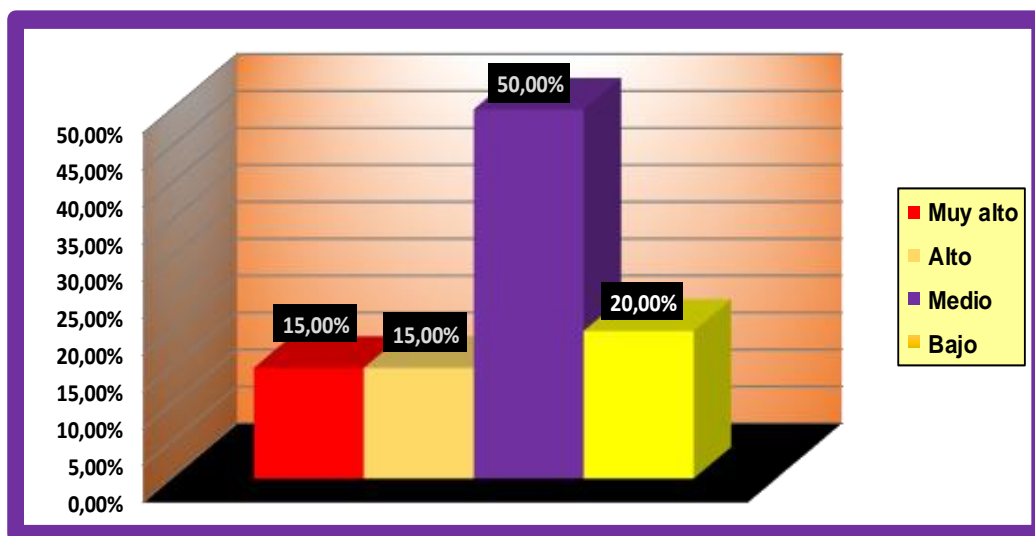


Tabla 11

Nivel de la dimensión “Dominio del entorno” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	13 ; 18	6	10,0
Alto	09 ; 12	18	30,0
Medio	05 ; 08	21	35,0
Bajo	00 ; 04	15	25,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

Analizados los resultados de la Tabla 11 y Figura 9, vinculada a los niveles de la dimensión “Dominio del entorno”, se observa que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

El 30,0% (18 estudiantes): Alto.

El 35,0% (21 estudiantes): Medio.

El 25,0% (15 estudiantes): Bajo.

Según los resultados se observa que el nivel de Dominio del entorno se encuentra en el nivel Medio.

Figura 8: *Nivel de la dimensión “Dominio del entorno” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.*

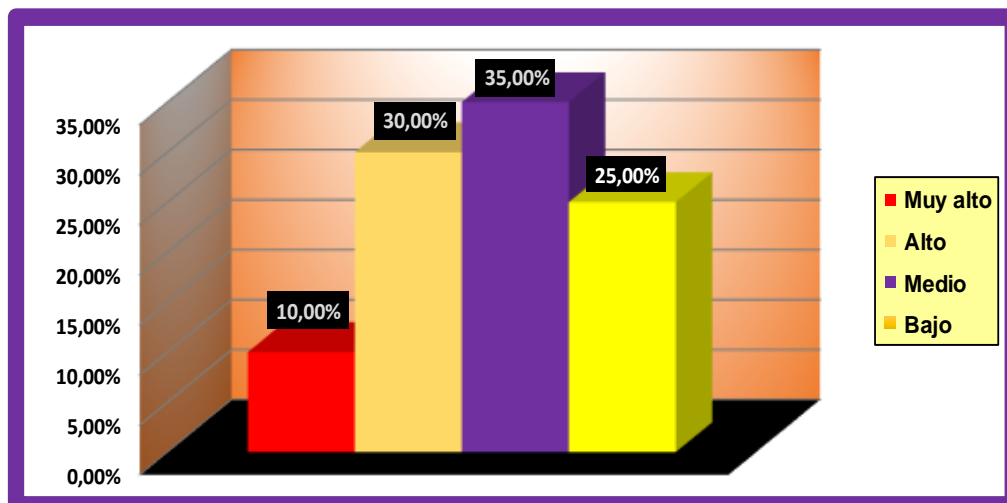


Tabla 12

Nivel de la dimensión “Propósito en la vida para el crecimiento personal” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E.

Leoncio Prado, Huánuco 2019.

NIVELES		fi	%
Muy alto	10 ; 12	6	10,0
Alto	07 ; 09	9	15,0
Medio	04 ; 06	21	35,0
Bajo	00 ; 03	24	40,0
TOTAL		n=60	100

Fuente: Tabla N°2

Elaboración: Propia

Interpretación:

Analizados los resultados de la Tabla 12 y Figura 10, vinculada a los niveles de la dimensión “Propósito en la vida para el crecimiento personal”, se observa que:

El 10,0% (6 estudiantes): Muy alto.

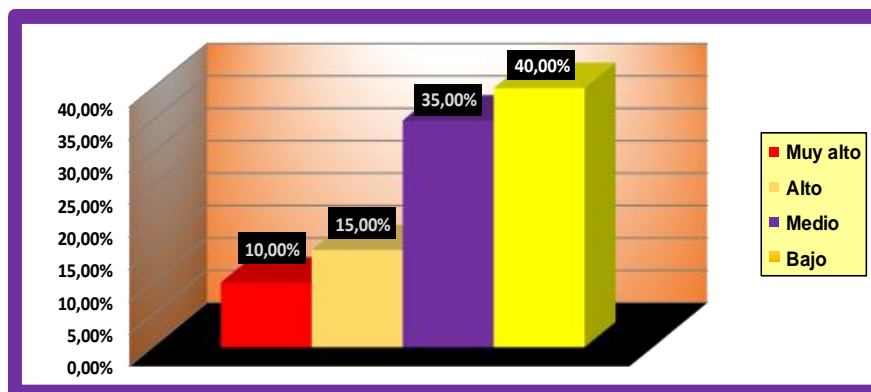
El 15,0% (9 estudiantes): Alto.

El 35,0% (21 estudiantes): Medio.

El 40,0% (24 estudiantes): Bajo.

Según los resultados se concluye que el nivel de Propósito en la vida para el crecimiento personal se ubica en el nivel Bajo.

Figura 9: *Nivel de la dimensión “Propósito en la vida para el crecimiento personal” en estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019.*



5.2. Análisis inferencial y contrastación de hipótesis

5.2.1. Prueba de normalidad

Tabla 12: Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

	VX	D1	D2	D3	VY	dim 1	dim 2	dim 3	dim 4	dim 5
N	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Parámetros	41,050	16,400	9,850	14,750	34,450	6,2500	5,8000	8,5000	8,1500	5,7500
Desviación estándar ^{a,b}	16,377	6,901	4,019	6,934	15,4013	2,7777	3,1504	4,6047	3,9351	3,1387
Máximas	,085	,153	,204	,150	,157	,236	,275	,243	,116	,218
diferencias extremas	,077	,153	,196	,150	,157	,236	,275	,243	,115	,218
Positivo	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Negativo	,085	,149	,204	,100	-,111	,121	,137	,098	,116	,140
Estadístico de prueba	,085	,153	,204	,150	,157	,236	,275	,243	,116	,218
Sig. asintótica (bilateral)	,200 ^c	,001 ^c	,000 ^c	,002 ^c	,001 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,045 ^c	,000 ^c

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

d. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

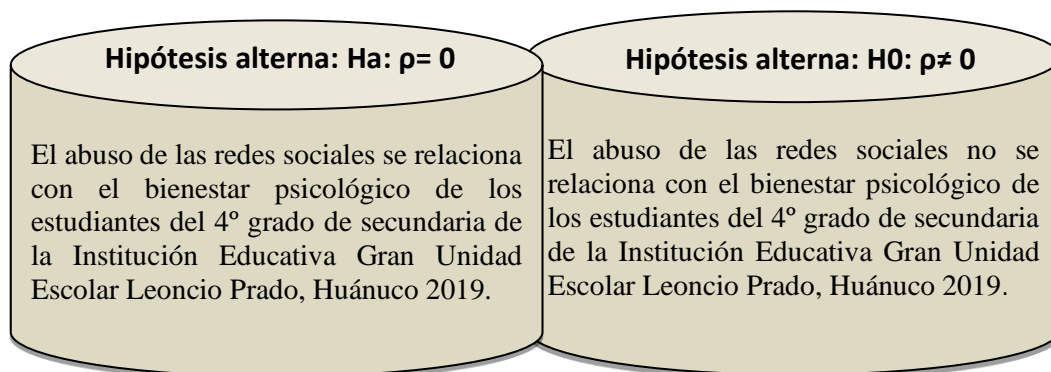
Interpretación: En la tabla 12 se presenta los resultados obtenidos de la prueba de Kolmogorov-Smirnov aplicada a las variables de estudio (Abuso de las redes sociales y bienestar psicológico) y sus dimensiones.

Se observa que los niveles de significancia bilateral obtenidos, en todos los casos, no son menores a $\alpha=0.05$; este valor indica que la distribución de los datos presenta normalidad; por lo tanto, debe considerarse una prueba paramétrica y en este caso se aplica la prueba de correlación de Pearson.

5.2.2. Prueba de hipótesis general

A continuación, se empleará la estadística inferencial, mediante los pasos siguientes:

1º: Formulación de las hipótesis nula y alterna.



2º: Nivel de significación:

$$\alpha = 0.05 \text{ (prueba bilateral)}$$

3º: Estadígrafo de Prueba:

Coefficiente de Correlación de Pearson y regresión lineal simple. El procesamiento de los datos se realizó con el Software estadístico SPSS versión 22.

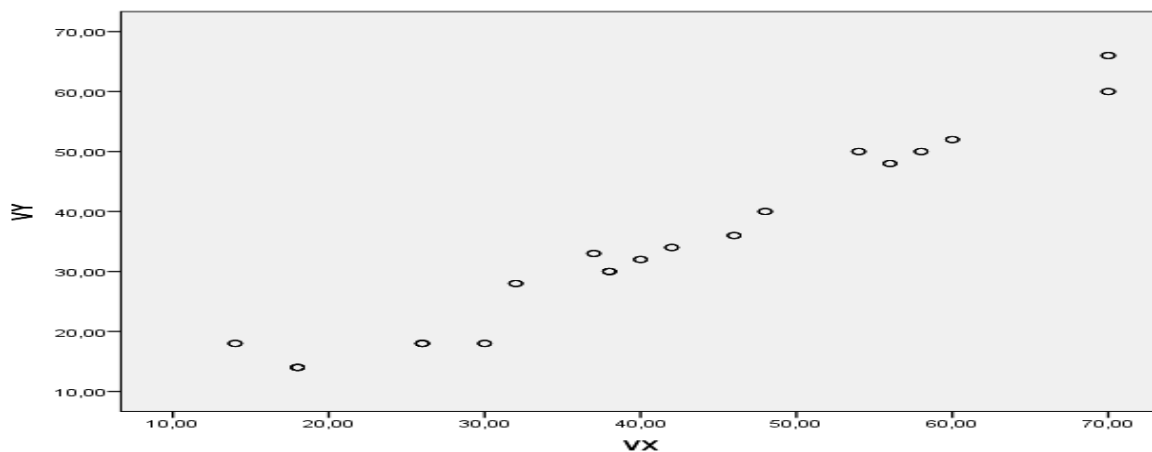
Coefficiente de correlación de Pearson entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes.

Correlaciones

		VX: Abuso de las redes sociales	VY: Bienestar psicológico
VX: Abuso de las redes sociales	Correlación de Pearson	1	,979**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
VY: Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	,979**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Figura 10



Los datos estadísticos obtenidos indican que sí existe una correlación muy alta y positiva entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes; siendo la relación un 0,979.

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,979 ^a	,959	,958	3,14948

a. Predictores: (Constante), VX

El coeficiente de determinación, obtenido es de 0,959; este estadígrafo indica que el abuso de las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 95,9% de los casos observados en la institución educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019.

De la misma manera se tiene el estadígrafo Anova, cuyos resultados se aprecian en el siguiente cuadro:

ANOVA^a

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	13419,535	1	13419,535	1352,881	,000 ^b
	Residuo	575,315	58	9,919		
	Total	13994,850	59			

a. Variable dependiente: VY: Bienestar psicológico

b. Predictores: (Constante), VX

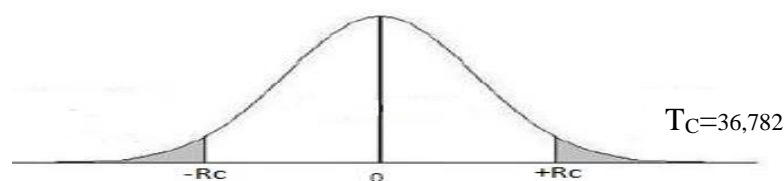
Este estadígrafo indica un Sig. de 0.00, resultado que demuestra que el modelo de regresión elegido para los estudiantes del 4° grado de secundaria de la IE G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; tiene validez puesto que es menor que el nivel de significancia de 5%.(0.05), es decir la base de datos está dentro del margen de error estimado.

Coefficientes^a

Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error estándar	Beta		
1	(Constante)	-3,352	1,105		-3,033	,004
	VX	,921	,025	,979	36,782	,000

a. Variable dependiente: VY

4º: Tenemos la Región Crítica.



$$Rc = t \text{ de Tabla} = \pm 1,99$$

5º: Se decide por:

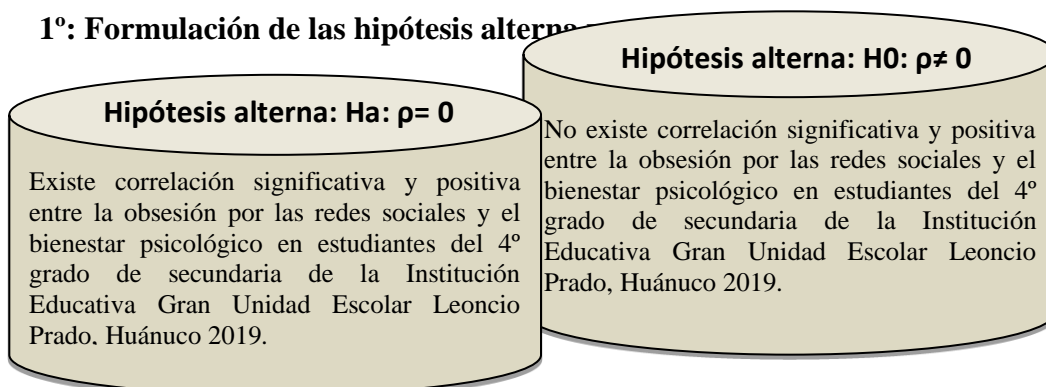
El programa SPSS 22 refleja un T calculado de $36,782 > Rc = 1,99$ entonces se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Con estos resultados estadísticos, se puede afirmar que el abuso de las redes sociales incide, significativamente en el bienestar psicológico de los estudiantes. Finalmente, se puede resaltar que el coeficiente de determinación indica que el abuso de las redes sociales tiene una implicancia significativa de 95,9% en la segunda variable, pero no determina el bienestar psicológico total del estudiante.

5.2.3. Prueba de hipótesis específicas

5.2.3.1. Hipótesis específica 1:

A continuación, se empleará la estadística inferencial, mediante los pasos siguientes:

1º: Formulación de las hipótesis alterna



2º: Nivel de significación:

$$\alpha = 005 \text{ (prueba bilateral)}$$

3º: Estadígrafo de Prueba:

Coficiente de Correlación de Pearson y regresión lineal simple. El procesamiento de los datos se realizó con el Software estadístico SPSS versión 22.

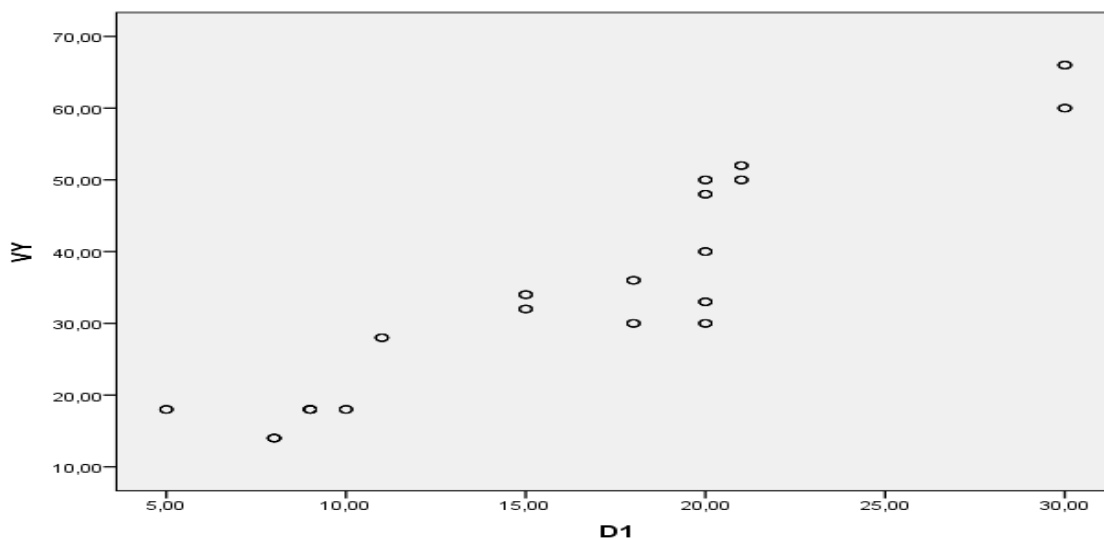
**Coefficiente de correlación *de Pearson* entre la obsesión por las redes sociales
y el bienestar psicológico de los estudiantes.**

Correlaciones

		obsesión por las redes sociales	VY: Bienestar psicológico
obsesión por las redes sociales	Correlación de Pearson	1	,931**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
VY: Bienestar psicológic o	Correlación de Pearson	,931**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Figura 11



Los datos estadísticos obtenidos indican que sí existe una correlación muy alta y positiva entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes; siendo la relación un 0,931.

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,931 ^a	,867	,865	5,66702

a. Predictores: (Constante), D1

El coeficiente de determinación, obtenido es de 0,867; este estadígrafo indica que la obsesión por las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 86,7% de los casos observados en la institución educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019.

De la misma manera se tiene el estadígrafo Anova, cuyos resultados se aprecian en el siguiente cuadro:

ANOVA^a

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	12132,172	1	12132,172	377,771	,000 ^b
	Residuo	1862,678	58	32,115		
	Total	13994,850	59			

a. Variable dependiente: VY

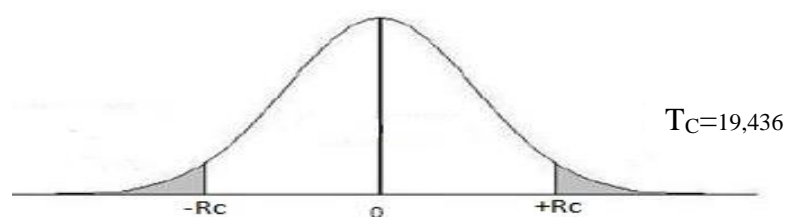
b. Predictores: (Constante), D1

Este estadígrafo indica un Sig. de 0.00, resultado que demuestra que el modelo de regresión elegido para los estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; tiene validez puesto que es menor que el nivel de significancia de 5%.(0.05), es decir la base de datos está dentro del margen de error estimado.

Coeficientes^a

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Error estándar	Beta		
1 (Constante)	,376	1,900		,198	,844
D1	2,078	,107	,931	19,436	,000

a. Variable dependiente: VY

4º: Tenemos la Región Crítica.

$$Rc = t \text{ de Tabla} = \pm 1,99$$

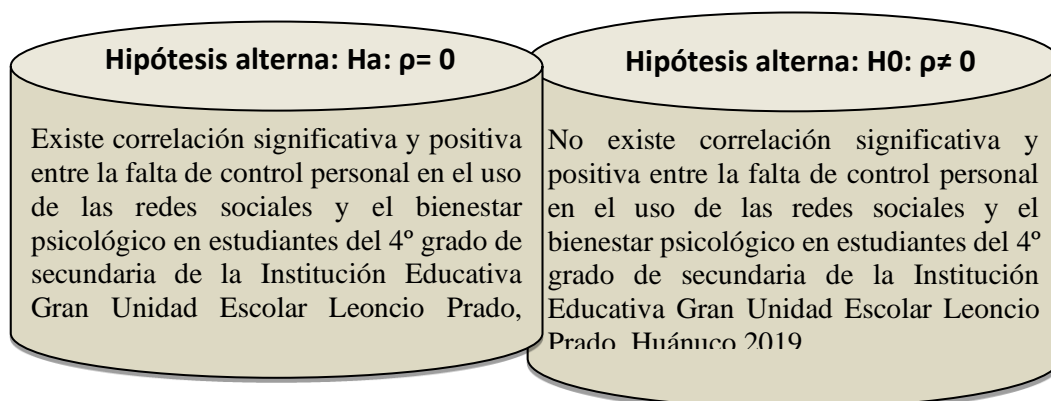
5º: Se decide por:

El programa SPSS 22 refleja un T calculado de $19,436 > Rc = 1,99$ entonces se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Con estos resultados estadísticos, se puede afirmar que la obsesión por las redes sociales incide, significativamente en el bienestar psicológico de los estudiantes. Finalmente, se puede resaltar que el coeficiente de determinación indica que la obsesión por las redes sociales tiene una implicancia significativa de 86,7% en la segunda variable, pero no determina el bienestar psicológico total del estudiante.

5.2.3.2. Hipótesis específica 2:

A continuación, se empleará la estadística inferencial, mediante los pasos siguientes:

1º: Formulación de las hipótesis alterna y nula.



2º: Nivel de significación:

$\alpha = 005$ (prueba bilateral)

3º: Estadígrafo de Prueba:

Coefficiente de Correlación de Pearson y regresión lineal simple. El procesamiento de los datos se realizó con el Software estadístico SPSS versión 22.

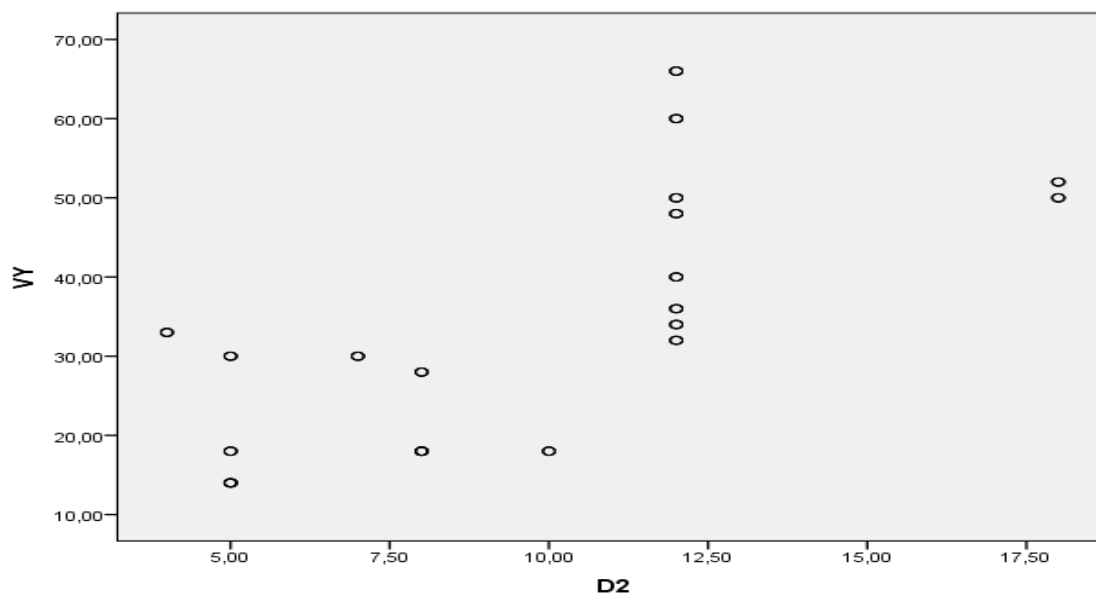
Coefficiente de correlación de Pearson entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes.

Correlaciones

		falta de control personal en el uso de las redes sociales	VY: Bienestar psicológico
falta de control personal en el uso de las redes sociales	Correlación de Pearson	1	,704**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
VY: Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	,704**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Figura 12



Los datos estadísticos obtenidos indican que sí existe una correlación alta y positiva entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes; siendo la relación un 0,704.

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,704 ^a	,495	,487	11,03374

a. Predictores: (Constante), D2

El coeficiente de determinación, obtenido es de 0,495; este estadígrafo indica que la falta de control personal en el uso de las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 49,5% de los casos observados en la institución educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco 2019. De la misma manera se tiene el estadígrafo Anova, cuyos resultados se aprecian en el siguiente cuadro:

ANOVA^a

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	6933,726	1	6933,726	56,954	,000 ^b
	Residuo	7061,124	58	121,744		
	Total	13994,850	59			

a. Variable dependiente: VY

b. Predictores: (Constante), D2

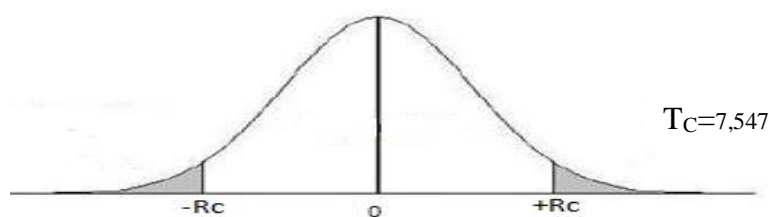
Este estadígrafo indica un Sig. de 0.00, resultado que demuestra que el modelo de regresión elegido para los estudiantes del 4° grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; tiene validez puesto que es menor que el nivel de significancia de 5%.(0.05), es decir la base de datos está dentro del margen de error estimado.

Coeficientes^a

Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error estándar	Beta		
1	(Constante)	7,834	3,804		2,060	,044
	D2	2,702	,358	,704	7,547	,000

a. Variable dependiente: VY

4°: Tenemos la Región Crítica.



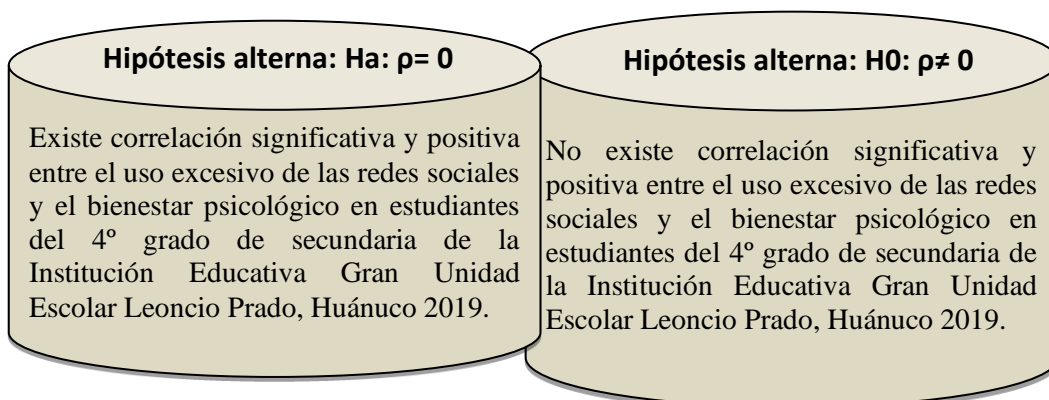
$$Rc = t \text{ de Tabla} = \pm 1,99$$

5°: Se decide por:

El programa SPSS 22 reporta el $T 7.547 > R_c = 1.99$ calculado, por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_a). Con estos resultados estadísticos, queda claro que la falta de control personal sobre el uso de las redes sociales afecta significativamente la salud mental de los estudiantes. Finalmente, se puede destacar que el coeficiente de determinación indica que la falta de control personal incide significativamente en el uso de las redes sociales, 49,5% en la segunda variable, pero no determina el bienestar psicológico total del estudiante.

5.2.3.3. Hipótesis específica 3:

A continuación, se empleará la estadística inferencial, mediante los pasos siguientes:

1°: Formulación de las hipótesis alterna y nula.**2°: Nivel de significación:**

$$\alpha = 005 \text{ (prueba bilateral)}$$

3°: Estadígrafo de Prueba:

Coficiente de Correlación de Pearson y regresión lineal simple. El procesamiento de los datos se realizó con el Software estadístico SPSS versión 22.

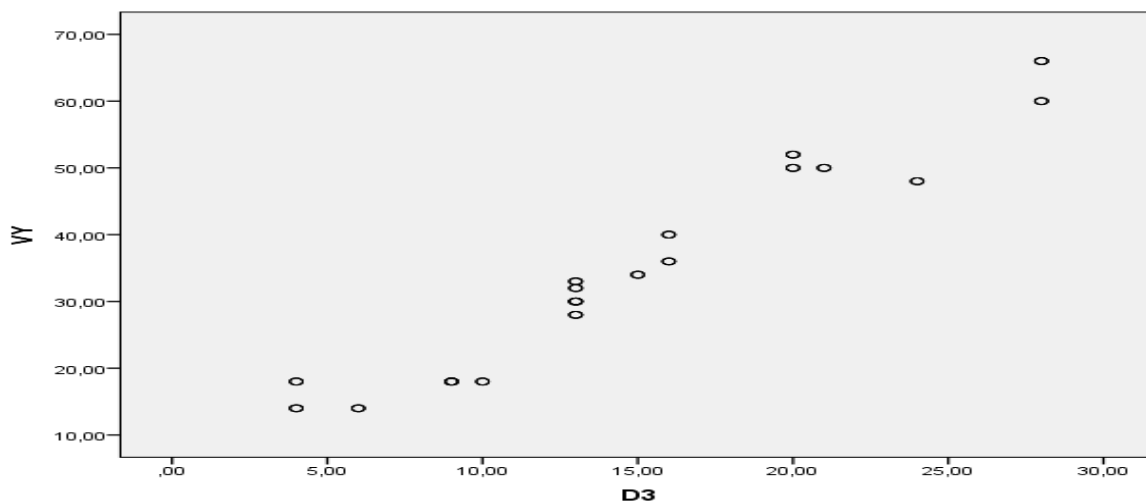
Coefficiente de correlación *de Pearson* entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes.

Correlaciones

		el uso excesivo de las redes sociales	VY: Bienestar psicológico
el uso excesivo de las redes sociales	Correlación de Pearson	1	,970**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
VY: Bienestar psicológico	Correlación de Pearson	,970**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Figura 13



Los datos estadísticos obtenidos indican que sí existe una correlación muy alta y positiva entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes; siendo la relación un 0,970.

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,970 ^a	,942	,941	3,75210

a. Predictores: (Constante), D3

El coeficiente de determinación obtenido fue de 0,942; el estadístico indicó que en el 94.2% de los casos observados por la institución educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco en 2019, el uso excesivo de las redes sociales afectó la salud mental de los estudiantes.

De la misma manera se tiene el estadígrafo Anova, cuyos resultados se muestran en el siguiente cuadro:

ANOVA^a

Modelo	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1 Regresión	13178,313	1	13178,313	936,077	,000 ^b
Residuo	816,537	58	14,078		
Total	13994,850	59			

a. Variable dependiente: VY

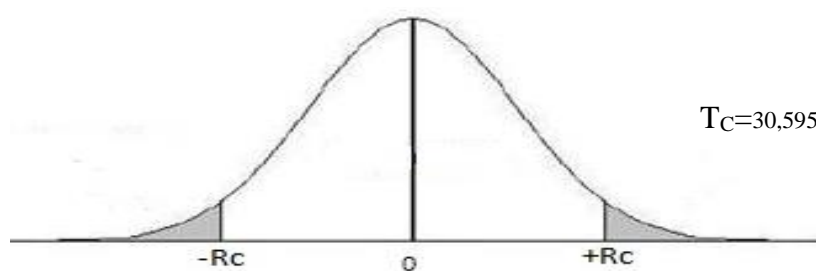
b. Predictores: (Constante), D3

El estadístico afirmó que Sig. fue 0.00 indicando el modelo de regresión seleccionado para los estudiantes del 4º grado de secundaria de la institución educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; es válido porque tiene un nivel de significancia inferior al 5% (0,05), es decir la base de datos está dentro del error estimado.

Coefficientes^a

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
	B	Error estándar	Beta		
1 (Constante)	2,661	1,146		2,321	,024
D3	2,155	,070	,970	30,595	,000

a. Variable dependiente: VY

4º: Tenemos la Región Crítica.

$$R_c = t \text{ de Tabla} = \pm 1,99$$

5º: Se decide por:

El programa SPSS 22 reflejó que la T calculada era $30,595 > R_c = 1,99$, por lo que se rechazó la hipótesis nula (H_0) y se aceptó la hipótesis alternativa (H_a). Con estas estadísticas, queda claro que el uso excesivo de las redes sociales afecta significativamente la salud mental de los estudiantes.

Finalmente, se puede destacar que el coeficiente de determinación indica que el uso excesivo de las redes sociales tiene una influencia significativa del 94,2% en la segunda variable, pero no determina el bienestar psicológico total del estudiante.

5.3. Discusión de resultados

A continuación, discutimos los hallazgos relacionados con la bibliografía, los supuestos generales basados en la prueba de hipótesis y la contribución científica del estudio.

5.3.1. Discusión con los referentes bibliográficos

La presente investigación demuestran que la mayor parte de los estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019, indican que emplean las redes sociales de manera descontrolada y sin previo supervisión y guía de sus padres, los cuales están influenciando negativamente en su bienestar psicológico generando limitaciones en el desarrollo de las habilidades para tener buenas relaciones sociales y buen control en el contexto, en base a las propias experiencias así como también en sus comportamientos relacionados con la salud general que llevan a los estudiantes a funcionar de un modo negativo.

En ese sentido los resultados estadísticos de la Tabla N°3, referido al abuso de las redes sociales indican que el 25,0% de la muestra; es decir, 15 estudiantes consideran que es Muy alto. Además, el 40,0% de los estudiantes; es decir, 24 de ellos observan que es Alto. El 20,0% de la muestra; o sea, 12 estudiantes consideran que es Medio. Y, finalmente, el 15,0% de quienes respondieron el cuestionario; es decir, 9 estudiantes observan que es Bajo. Según los resultados se indica que el nivel de Abuso de las redes sociales se encuentra en el nivel Alto.

Estos datos son respaldados por Valerio y Serna (2018) en la tesis titulada “Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario”, en donde indica que los estudiantes emplean en demasía las redes sociales. Por ejemplo, indica “que el 77.5% de la muestra utiliza Facebook todos los días de la semana; un 48.5% lo utiliza de 1 a 3 horas diarias y un 27.0% menos de una hora. El 69% de los encuestados tiene más de 500 contactos y el 16.5% tiene entre 301 a 500 contactos. Asimismo, se aprecia que el

43.5% de la muestra tiene más de 500 fotos en su cuenta, 20.5% tiene entre 301 a 500 fotos y otro 20.5% entre 101 a 300 fotos.”

Estas consecuencias negativas de dependencia hacia las redes sociales, por parte de los estudiantes, se debe a que muchos de ellos no tienen el control ni la asesoría de sus padres para su respectivo uso. En ese sentido Gavilanes (2015) en su tesis titulada “Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes” concluye que “se exhibe en los datos estadísticos cuantitativos la existencia de dependencia marcada en un sector considerable de las unidades muestrales, siendo estos los jóvenes que cursan los décimos niveles concluyendo así que los factores que han provocado que estos adolescentes caigan en la adicción a las redes sociales tienen que ver con la adaptación personal, familiar y social. Se analiza entonces que a nivel personal son personas con baja autoestima, poca tolerancia y escaso control de impulsos. En el plano familiar se puede dilucidar que son jóvenes que no tienen buena relación y comunicación con sus padres, con una estructura disfuncional en el sistema familiar.”

Las redes sociales si son usadas correctamente serán de gran provecho para las personas, tanto académicamente y socialmente, caso contrario no.

Por ello se destaca que las redes sociales “cumplen la función de servicio a la comunidad. En este caso, las redes se construyen con base a los valores de solidaridad, respeto y búsqueda de una mejor calidad de vida” (Faerman, 2000). Otras de las funciones que puede tener una red social pueden ser compañía social; apoyo emocional, sentimental y efectivo; guía cognitiva y consejos; regulación o control social, ayuda material y servicios y la libertad para acceder a nuevos contactos (Trujillo, 2013).

Santos (2010), sostiene que la adicción a la internet se evidencia cuando el individuo no puede controlar ni medir las horas que pasa en la internet. También es una conducta de evitación que utilizan las personas para huir de la realidad, es decir, el paciente necesita algo externo para sentirse mejor, y si no tiene nada externo, experimenta un malestar caracterizado por el uso continuado compulsivo de incontables horas de Internet,

bloqueando así sus sentimientos y dañándose tanto física como mentalmente.

Por otra parte, la Tabla N°7, referido al bienestar psicológico de los estudiantes indica que el 10,0% de la muestra; es decir, 15 estudiantes consideran que es Muy alto. Además, el 25,0% de los participantes; es decir, 15 estudiantes observan que es Alto. El 35,0% de los estudiantes; o sea, 21 de ellos consideran que es Medio. Y, finalmente, el 30,0% de la muestra; es decir, 18 estudiantes observan que es Bajo. Según los resultados se concluye que el nivel de Bienestar psicológico se ubica en el nivel Medio.

Estos datos son respaldados por Salvador (2014), quien en su tesis titulada “Bienestar psicológico en usuarios de redes sociales”; “(estudio realizado con jóvenes y señoritas colegio Juan Diego, Municipio de Comitancillo Departamento de San Marcos)” señala que los jóvenes dependientes a las redes sociales presentan alteración emocional, ansiedad, preocupación, tristeza, ira, manos temblorosas, etc. es decir problemas de estabilidad y bienestar psicológico.

Asimismo, Valerio y Serna (2018), en la tesis titulada “Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario” indican que el “número de horas invertidas en Facebook y el BP subjetivo, así como el bienestar material, permite conjeturar que el número de horas invertidas puede ser un indicador de una percepción negativa de bienestar.”

“El internet es uno de los recursos tecnológicos más importantes de los últimos años, el mismo que viene a complementar las demás herramientas de comunicación, investigación e información, pero dichas ventajas se ven perjudicadas por el mal uso que le dan sus cibernautas más jóvenes, demostrando que el nivel de adicción a las redes sociales de los jóvenes según la aplicación de los reactivos empleados, indican que si bien es cierto no existe dependencia en su globalidad, sin embargo al hacer un análisis por nivel de escolaridad se evidencia que la dependencia es marcada en los estudiantes de décimo curso en los cuales se observa baja

adaptación a nivel personal, familiar y sobre todo a nivel del bienestar psicológico” (Gavilanes 2015).

Vehnoven (1994), afirma que el bienestar psicológico de un individuo está en proporción directa a la percepción que tiene sobre la satisfacción que le brinda la vida. Además, Sánchez (2007) sugiere que esta variable está relacionada con la felicidad, la autorrealización, las relaciones productivas y el logro de metas.

Finalmente, Craig (2001), afirma que una persona feliz tiene mejor estado y actividad psicológicos, vive más años, tiene mejor salud física, obtiene mejores trabajos y establece relaciones personales de alta calidad.

5.3.2. Discusión con la contrastación de Hipótesis General en Base a la Prueba de Hipótesis

Al finalizar el presente trabajo de investigación, se observa que el valor de $t = 36,782$ en el gráfico se ubica a la derecha de $R_c = t$ de Tabla = 1,99 que es la zona de rechazo, luego descartamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna; es decir, que el coeficiente de $r = 0,979$ es de muy alto grado de correlación, por lo tanto se tiene datos suficientes que nos prueban que el abuso de las redes sociales se relacionan directamente con el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes.

5.4. Aporte de la investigación

Los resultados de la presente investigación tienen gran importancia teórica científica, pues son una contribución al desarrollo científico y de guía psicológica y pedagógica de los profesionales inmersos a la formación de los adolescentes. Como se ha presentado, el diagnóstico de una alta correlación entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico, servirá de base para próximas investigaciones que permitan observar mejorar las interacciones sociales y académicas de los estudiantes. Además, el presente trabajo de investigación tiene una importancia práctica, pues sus resultados ya pueden ayudar en la toma de medidas correctivas para menguar, mediante estrategias adecuadas, el abuso de las redes sociales de los estudiantes del nivel secundario, así como también el nivel de bienestar psicológico, especialmente a los estudiantes pertenecientes a la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.

CONCLUSIONES

- 1) Los datos estadísticos obtenidos indican que sí existe una correlación muy alta y positiva entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico de los estudiantes; siendo la relación un 0,979. Asimismo, el coeficiente de determinación, obtenido es de 0,959; este estadígrafo indica que el abuso de las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 95,9% de los casos observados.
- 2) Existe correlación significativa y positiva muy alta de 0,931 entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes según la prueba de correlación de Pearson. Asimismo, el coeficiente de determinación, obtenido es de 0,867; este estadígrafo indica que la obsesión por las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 86,7% de los casos observados.
- 3) Existe correlación significativa y positiva alta de 0,704 entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes según la prueba de correlación de Pearson. Asimismo, el coeficiente de determinación, obtenido es de 0,495; este estadígrafo indica que la obsesión por las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 49,5% de los casos observados.
- 4) Existe correlación significativa y positiva muy alta de 0,970 entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes según la prueba de correlación de Pearson. Asimismo, el coeficiente de determinación, obtenido es de 0,942; este estadígrafo indica que la obsesión por las redes sociales incide en el bienestar psicológico de los estudiantes en un 94,2% de los casos observados.
- 5) En cuanto a los niveles sobre las redes sociales el 25% de la muestra se ubicaron en el nivel muy alto, el 40% alto, un 20% medio y el 15% en el nivel bajo, mientras que en la variable de bienestar psicológico el 35% se ubicaron en el nivel medio, el 30% bajo, el 25% alto y solo el 10% en el nivel muy alto.
- 6) El valor de T calculado: $36,782 > R_c = 1,99$ permite rechazar la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Con estos resultados estadísticos, se

puede afirmar que el abuso de las redes sociales incide, significativamente en el bienestar psicológico de los estudiantes. Finalmente, se puede resaltar que el coeficiente de determinación indica que el abuso de las redes sociales tiene una implicancia significativa de 95,9% en la segunda variable, pero no determina el bienestar psicológico total del estudiante.

SUGERENCIAS

- De acuerdo a los resultados obtenidos es necesario recomendar a los directivos de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado de Huánuco, para gestionar ante la Ugel, DRE y Gobierno Regional la instalación de consultorios de psicología en el plantel en los tres niveles de estudio: Inicial, primaria y secundaria; con el propósito de brindar a los niños y adolescentes una adecuada intervención en el ámbito de la promoción y prevención de la salud mental de los estudiantes, que incluye temas sobre para prevenir el mal uso de las redes sociales.
- Él área de Tutoría y Orientación Educativa de la I.E. Leoncio Prado gestionar y coordinar a través de la Dirección con instituciones aliadas solicitando talleres sobre el uso adecuado de las redes sociales previniendo conductas de riesgo en los adolescentes.
- De acuerdo al resultado obtenido de la segunda variable en la dimensión propósito para el futuro para el crecimiento personal se encuentra en un nivel bajo, esto evidencia la necesidad de desarrollar talleres para potenciar las capacidades, talentos, habilidades, etc en los estudiantes.
- Los talleres tutoriales deben estar enfocados principalmente sobre situaciones obsesivas por el uso de las redes sociales, falta de auto control en el uso de las redes sociales, y su uso excesivo, a fin de evitar situaciones de riesgo de los niños y adolescentes en su interacción con el internet; reduciendo los factores de riesgo que dañan su integridad emocional, académica, personal y social.
- Así también en las Escuelas para Padres se debe enfatizar temas sobre en uso adecuado de las tecnologías de comunicación debido a que después de la pandemia se ha incrementado el uso de las redes sociales como medios de interacción académicos sin embargo se ve la necesidad de una adecuada supervisión en el contenido del uso que le dan y la cantidad de horas que interactúan para reducir su uso excesivo y perjudicial.

REFERENCIAS

- Bao, R. Flores, J y Gonzáles, F (2009). Las organizaciones virtuales y la evolución de la web. Universidad San Martín Porres Fondo Editorial. Lima Perú.
- Bartolomé, A (2008). Posibilidades de la web 2.0. Educación superior. Editado en España.
- Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. En F. y. E. Echeburúa, Factores de Riesgo y de Protección en la adicción a las nuevas tecnologías (págs. 77-97). Madrid: Pirámide.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Chiang, I-P.; Huang, C-Y. y Huang, C-W. "Traffic metrics and Web 2.0-ness" en Online Information Review (2010, Vol. 34, núm, pp. 115-126).
- Córdova, I. (2013). El proyecto de investigación cuantitativa. (1a. reimpresión). Perú: San Marcos.
- Corral, E. E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, 91-95.
- Craig, J. (2001). Desarrollo psicológico. (8a edición) México. Autor.
- Cuyún, M. (2013). Adicción a redes sociales en jóvenes" (estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del colegio liceo san luis de Quetzaltenango): tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Cuyún, M. (2013). ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN JÓVENES" (ESTUDIO REALIZADO CON JÓVENES DE 14-16 AÑOS DEL COLEGIO LICEO SAN LUIS DE QUETZALTENANGO). Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango.
- Deitel, P. Dietel, H (2008). Ajax Rich Internet aplicación y desarrollo web, Madrid España.
- Díaz, D. (2006). La Evaluación del Bienestar: Poder, Procesamiento de la Información y Confianza. El modelo del Estado Completo de Salud. Tesis inédita. Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.

- Díaz, D. (2006). La Evaluación del Bienestar: Poder, Procesamiento de la Información y Confianza. El modelo del Estado Completo de Salud. Tesis inédita. Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being. *American Psychologist*, 61, 305-314. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>.
- Echeburúa, F. L., Labrador, & Becoña. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. En E. y. Echeburúa, Las adicciones con o sin droga: (págs. 29-44). Madrid: Piramide.
- Marketer (2013). Social network users worldwide 2011-2017, disponible en: <https://i.pinimg.com/originals/57/1f/de/571fde7571b0cd30d3bb25c1ee1ba556.jpg>.
- Escurre, L. M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
- Faerman, J. (2010). Facebook el nuevo fenómeno de masas. (1a edición) Barcelona España: Autor.
- Fernández, B. (2010) Las redes sociales. Lo que hacen sus hijos en internet. (1a edición) Ecuador: Edita.
- Fierro, A. y Rando, B. (2007). Escala Eudemon de bienestar personal: características psicométricas. *Universidad de Barcelona. Anuario de Psicología*, 38(3), 401-412. Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/76572/98225>
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 302-329). New York, NY, US: Russell Sage Foundation.
- García, R., González, J. y Journet, J. (2010). Análisis de fiabilidad: Alfa de Cronbach. España: Universidad de Valencia. Recuperado de: https://www.uv.es/innomide/spss/SPSS/SPSS_0801B.pdf.
- Gavilanes, G. (2015). Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes. Tesis de licenciatura. Universidad Católica del Ecuador, Ambato.

- Herbella, B. (2014). Hábitos en el uso de aplicaciones de mensajería instantánea entre los adolescentes. Un estudio de caso en un IES DE Cantabria. Recuperado de <http://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/4895/HervellaBaturoneBeatriz.pdf?sequence=1>.
- Internet Live Stats (2018). “In one second, each and every second there are...”, disponible en: <http://www.internetlivestats.com/one-second/>.
- Internet World Stats (2018).” Internet Usage Statistics, The Internet Big Picture. World Internet Users and 2017 Population Stats”, disponible en: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>
- La República (2012). Adicción a las redes sociales crece entre los adolescentes. Recuperado de: <https://larepublica.pe/archivo/655562-adiccion-a-las-redes-sociales-crece-entre-los-adolescentes>.
- Lyubomirsky, S. (2007). The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want. New York, NY, US: Penguin Press.
- Magid, L. y Collier, A. (2009). La guía de Facebook para padres de familia. (1a edición) México: Autores.
- Manpower. (2009). El impacto de las redes sociales de Internet en el mundo del trabajo: Mexico. Manpower, 12-13.
- Martínez, M., Espinosa, L., Herrero, J. y Ochoa, G. (2004). Introducción a la psicología comunitaria. (1a edición) Barcelona España: Autores.
- Melgosa, D., Melgosa, J. y Annette, D. (2004) Nuevo estilo de vida para la pareja una relación estable para toda la vida. (1a edición) España: Autores.
- Oliva, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. Recuperado de <http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/coliva.pdf>.
- OMS (2018). Salud mental del adolescente. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
- PANAM POST (2018). Conozca los países más «adictos» a las redes sociales de América Latina. Recuperado de: <https://es.panampost.com/karina-martin/2016/12/30/adictos-redes-sociales-latam/?cn-reloaded=1>.
- Perez Loaiza, J. D. (2011). Redes Sociales: Ventajas y Desventajas. Armenia.

- Perú 21 (2015). El 44% de internautas peruanos se conecta a la red todos los días. Recuperado de: <https://peru21.pe/lima/44-internautas-peruanos-conecta-red-dias-193275>.
- Perú 21 (2018). Menores ocupan el 70% de atenciones en salud mental. Recuperado de: <https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376>.
- Ramírez, A. (2005). Instituciones, igualdad de oportunidades y bienestar económico en España. Fundación BBVA. España: Autor.
- ROXANA ANALI CAHUARI COILA y ELINE OCHOA OBANDO. DIMENSIONES DE PERSONALIDAD Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN. Tesis de maestría. UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN. Arequipa.
- Ryff, C. (1989). La felicidad es todo, ¿o no? La exploración de bienestar psicológico. Miami, Estados Unidos: Diario de Personalidad y Psicología Social.
- Ryff, C. D. y Keyes, C. (1995). La estructura del bienestar psicológico. Revista de Personalidad y Psicología Social, 5(1), 95-104.
- Salvador, F. (2014). BIENESTAR PSICOLÓGICO EN USUARIOS DE REDES SOCIALES” (ESTUDIO REALIZADO CON JÓVENES Y SEÑORITAS COLEGIO JUAN DIEGO, MUNICIPIO DE COMITANCILLO DEPARTAMENTO DE SAN MARCOS. Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Sánchez, C. (1988) Manual Escala de bienestar psicológico. (3a edición) Madrid España: Autor.
- Sánchez, J. (2007). Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Manual (2da. Ed.). Madrid: Ed. TEA.
- Santos, H. I. (2010). Terapia Cognitivo Conductual en la prevención y tratamiento temprano de las adicciones en adolescentes en riesgo. Merida de Yucatán.
- Seligman, M. (1992). Learned Optimism: How to change your mind and your life. New York: Vintage books. Recuperado de <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiZm4LAnebVAhWH3SYKHfuODLcQFggm>

MAA&url=https%3A%2F%2Fwww.jamiiforums.com%2Fattachments%2Fmartin-seligman_learned-optimismpdf.454997%2F&usg=AFQjCNFyaNsUjyxzMW1dmEGYkO0XTq89fA.

- Taber, B. (2005). Familia, adolescentes, jóvenes desde una perspectiva de derechos . Buenos Aires: Unicef.
- Torres, W. (2003). Utilización del internet y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de alto y bajo nivel de acceso a a tecnología de información por computadora. Tesis doctoral. UNMSM, Lima.
- Trujillo, S. (2013) 10 consejos básicos para escribir una estrada en un blog Recuperado en: <http://www.avanza20.es/author/sebastiantrujillo/> Consultado (20 de septiembre de 2013, 14 horas).
- Vehnoven, R. (1994). Intervención Psicosocial. Holanda. University Press.
- Yoseo Marketing (2019). Definición de red social. Recuperado de: <https://www.yoseomarketing.com/blog/que-son-las-redes-sociales-para-que-se-utilizan/>.
- Diener, E. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43. doi. 10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x.
- Sánchez-Cánovas, J. (2013). Manual escala de bienestar psicológico (3a. edición). Madrid: TEA.
- Seligman, M. E. P. (2002). La auténtica felicidad. Barcelona: Ediciones B.

ANEXOS

ANEXO 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4º GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E. LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VAR.	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA	PROCESAMIENTO O ESTADÍSTICO
¿Qué relación existe entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.	Establecer la relación que existe entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.	El abuso de las redes sociales se relaciona con el bienestar psicológico de los estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.	VX: Abuso de las redes sociales	Obsesión por las redes sociales	- Uso descontrolado del tiempo - Necesidad adictiva de conexión en las redes sociales	Método: Cuantitativo Tipo de investigación: - No experimental Diseño de investigación: Correlacional de Corte transversal	El método de análisis de los datos que se obtendrán, en esta investigación, será de la siguiente forma: - Preparación de datos: Se empleará una preparación y sistematización computarizada, ya que contamos con preguntas cerradas en el cuestionario, todo ello empleando el software estadístico SPSS. También para verificar la correlación de las variables se utilizará el Coeficiente de correlación de Pearson. - Técnica estadística a usar: De acuerdo a nuestros objetivos se emplearon las técnicas estadísticas de correlación y medidas de asociación.

							<p>- Tipo de análisis: En nuestra investigación se realizó el análisis cuantitativo.</p> <p>- Presentación de datos: Los datos se presentaron en tablas de distribución de frecuencia, gráfico de histogramas y diagrama de dispersión.</p>
				<p>Falta de control personal en el uso de las redes sociales</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conexión a las redes sociales - Búsqueda de autodomínio a la adicción de las redes - Inversión del tiempo - Grado de conexión a las redes sociales 		
				<p>Uso excesivo de las redes sociales</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Necesidad de conexión por red - Control personal para evitar las redes sociales - Atención obsesiva de lo que pasa en las redes sociales - Descuido académico y familiar por la adicción a las redes sociales 		

<p><u>Problemas específicos</u></p> <p>- ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?</p> <p>• ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?</p> <p>• ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019?</p>	<p><u>Objetivos específicos</u></p> <p>- Determinar la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.</p> <p>• Conocer la relación que existe entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.</p> <p>• Identificar la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.</p>	<p><u>Hipótesis específicas</u></p> <p>- H1: Existe correlación significativa y positiva entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.</p> <p>H2: Existe correlación significativa y positiva entre la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.</p>	<p>VY: Bienestar psicológico</p>	<p>Autoaceptación</p> <p>Relaciones positivas</p> <p>Autonomía</p> <p>Dominio del entorno</p> <p>Propósito en la vida para el crecimiento personal</p>	<p>- Autoanálisis</p> <p>- Seguridad personal</p> <p>- Influencia de los demás</p> <p>- Compartir experiencias con los amigos</p> <p>- Confianza y aporte de los amigos</p> <p>- Expresión de opiniones</p> <p>- Preocupación sobre la imagen que los demás le tienen</p> <p>- Confianza en la opinión</p> <p>- Depresión</p> <p>- Inseguridad para opinar</p> <p>- Capacidad de dirección de la vida personal</p> <p>- Responsabilidad</p> <p>- Propósitos de vida</p> <p>- Crecimiento personal</p>	<p>Población: La población estará constituida por 245 estudiante del cuarto grado de secundaria del turno de la mañana de la Institución educativa Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” 2019.</p> <p>Muestra La muestra estará conformada por 60 estudiantes del cuarto grado de secundaria del turno de la mañana de la Institución educativa Gran Unidad Escolar “Leoncio Prado” 2019. Elegidas de manera no probabilística por conveniencia.</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: - Cuestionario de abuso de las redes sociales - Cuestionario de Bienestar psicológico</p>	
---	---	--	----------------------------------	--	--	---	--

		H3: Existe correlación significativa y positiva entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4° grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019.					
--	--	---	--	--	--	--	--



ANEXO 02
CONSENTIMIENTO INFORMADO



ID: _____

FECHA: _____

**TÍTULO: ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4º GRADO DE
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E.
LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019**

OBJETIVO: Determinar la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar Leoncio Prado, Huánuco 2019

INVESTIGADOR: LIDIA CARMEN MARTÍNEZ

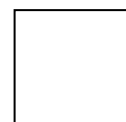
Consentimiento / Participación voluntaria

Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente. Consiento voluntariamente participar en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la intervención (tratamiento) sin que me afecte de ninguna manera.

• **Firmas del participante o responsable legal**

Huella digital si el caso lo amerita

Firma del participante: _____



Firma del investigador responsable: _____

Huánuco, 2019

ANEXO 03

CUESTIONARIO DE USO DE LAS REDES SOCIALES**I. OBJETIVO:**

Este cuestionario tiene como finalidad recabar información sobre el uso de las redes sociales. En consecuencia, es necesario enfatizar que este cuestionario no es un examen, puesto que no existe respuestas correctas o incorrectas. La opinión es personal y confidencial con la finalidad de que sus respuestas sean lo más honesto y sincero.

II. INSTRUCCIONES:

A continuación, encontramos una serie de ítems y para responder asignarle con una **X** a cada uno de los códigos de la escala de 0 a 2, a la derecha de cada pregunta: Nunca (0), A veces (1), Casi siempre (2), Siempre (3).

DIMENSIONES	S/ITEMS	PUNTAJE			
		Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		0	1	2	3
Obsesión a las redes sociales	1. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.				
	2. El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no mi satisfacen, necesito más.				
	3. Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales.				
	4. Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.				
	5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.				
	6. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.				

	7. Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.				
	8. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo pensar en lo que sucede en las redes sociales.				
	9. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja				
	10. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.				
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	11. Apenas despierto ya estoy conectado (a) de las redes sociales.				
	12. No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.				
	13. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.				
	14. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.				
	15. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.				
	16. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.				
Uso excesivo de las redes sociales	17. Ciento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.				
	18. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.				
	19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.				
	20. Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.				

	21. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.				
	22. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales				
	23. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado (a) a las redes sociales.				
	24. Si estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a).				

LEYENDA:

RESPUESTA	VALOR POR ÍTEM
NUNCA	0
A VECES	1
CASI SIEMPRE	2
SIEMPRE	3

BAREMO:

GENERAL	
Intervalo	Nivel de logro de la variable Y
55-72	Muy Alto
37-54	Alto
19-36	Medio
00-18	Bajo

ANEXO 04

CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**I. OBJETIVO:**

Este cuestionario tiene como finalidad recabar información sobre el su bienestar psicológico. En consecuencia, es necesario enfatizar que este cuestionario no es un examen, puesto que no existe respuestas correctas o incorrectas. La opinión es personal y confidencial con la finalidad de que sus respuestas sean lo más honesto y sincero.

II. INSTRUCCIONES:

A continuación encontramos una serie de ítems y para responder asignarle con una **X** a cada uno de los códigos de la escala de 0 a 2, a la derecha de cada pregunta: Nunca (0), A veces (1), Casi siempre (2), Siempre (3).

DIMENSIONES	S/ITEMS	PUNTAJE			
		Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		0	1	2	3
Autoaceptación	1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.				
	2. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.				
	3. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad				
	4. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.				
Relaciones positivas	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.				
	6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.				
	7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.				

	8. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.				
Autonomía	9. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.				
	10. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.				
	11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.				
	12. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.				
	13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.				
	14. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.				
	Dominio del entorno	15. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.			
16. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.					
17. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida					
18. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.					
19. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.					
20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.					
Propósito en la vida para el crecimiento personal	21. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.				
	22. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.				

	23. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.				
	24. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.				

LEYENDA:

RESPUESTA	VALOR POR ÍTEM
NUNCA	0
A VECES	1
CASI SIEMPRE	2
SIEMPRE	3

BAREMO:

GENERAL	
Intervalo	Nivel de logro de la variable Y
52-72	Muy alto
37-54	Alto
19-36	Regular
00-18	Bajo

ANEXO 05



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO
Nombre del experto Maritha Fiorella Jaramillo Santa Cruz Especialidad Mg. Psicología Clínica

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD	
VARIABLE X: Abuso de las redes sociales	Obsesión por las redes sociales	1. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	4
		2. El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no me satisfacen, necesito más.	4	4	4	4
		3. Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
		4. Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	3	4	4	4
		5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.	4	4	4	4
		6. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
		7. Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
		8. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo pensar en lo que sucede en las redes sociales.	3	4	4	4
		9. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	4	4	4	4
		10. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	4
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	11. Apenas despierto ya estoy conectado (a) de las redes sociales.	4	4	4	4
		12. No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	3	4	4	4
		13. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	4
		14. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	4	4	4	4
		15. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	4
		16. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	4
Uso excesivo de las redes sociales	17. Ciento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.	3	4	4	4	
	18. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	4	
	19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4	
	20. Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	4	
	21. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	4	4	4	
	22. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales	4	4	4	4	
	23. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4	
	24. Si estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a).	4	4	4	4	

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No (X) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (X) No ()

Maritha F. Jaramillo Santa Cruz
Lic. Psicología
C.P.P. 22363

Firma y sello del Juez



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

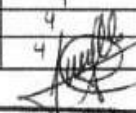
Nombre del experto Maritha Fiorella Jaramillo Santa Cruz. Especialidad Mg. Psicología Clínica.

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD	
VARIABLE Y: Bienestar psicológico	Autoaceptación	1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	4	4	4	4
		2. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	4	4	4	4
		3. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	3	4	4	4
		4. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	4	4	4	4
	Relaciones positivas	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	4	4	4	4
		6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	4	4	4	4
		7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	4	4	4	4
		8. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	4	4	4	4
	Autonomía	9. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	4	4	4	4
		10. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	3	4	4	4
		11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	4	4	4	4
		12. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	4	4	4	4
	Dominio del entorno	13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	4	4	4	4
		14. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	4	4	4	4
		15. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	3	4	4	4
		16. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	4	4	4	4
	Propósito en la vida para el crecimiento personal	17. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	4	4	4	4
		18. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	4	4	4	4
		19. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	4	4	4	4
		20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.	4	4	4	4
		21. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	4	4	4	4
		22. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	4	4	4	4
		23. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	4	4	4	4
		24. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.	4	4	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No (x) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (x) No ()


Maritha F. Jaramillo Santa Cruz
 Lic. Psicología
 C.Ps.P. 22363
Firma y sello del Juez



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Nombre del experto Román Daza, Tania Yuliana. Especialidad MAT- Física.

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Obsesión por las redes sociales	1. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	2	2	2	3
	2. El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no mi satisfacen, necesito más.	3	3	2	3
	3. Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales.	1	2	2	2
	4. Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	3	2	3
	5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.	1	2	2	2
	6. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.	1	2	2	2
	7. Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	1	2	2	2
	8. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo pensar en lo que sucede en las redes sociales.	3	3	2	2
	9. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	2	2	2	1
	10. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	2	2	2	3
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	11. Apenas despierto ya estoy conectado (a) de las redes sociales.	3	3	3	3
	12. No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	2	3	2	4
	13. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	3	3	4	3
	14. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	1	2	3	4
	15. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	3	4	4	4
	16. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	3	3	3	3
Uso excesivo de las redes sociales	17. Ciento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.	2	3	4	3
	18. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	3	4	2	3
	19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
	20. Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	3	2	3	3
	21. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	2	3	3	3
	22. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales	4	3	4	4
	23. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado (a) a las redes sociales.	1	2	2	2
	24. Si estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a).	1	2	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No (X) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (X) No ()



I.E. INICIAL N° 578 - MITOQUERA
UGEL Huánuco - Dist. Santa María del Valle

900962455

Tania Yuliana Román Daza MAT-Física

Firma y sello del Juez



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Nombre del experto TANIA YULIANA ROMÁN DAZA **Especialidad** MATEMÁTICA - FÍSICA.

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD	
VARIABLE Y: Bienestar psicológico	Autoaceptación	1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	2	3	2	3
		2. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	3	1	3	3
		3. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	4	2	3	3
		4. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	2	3	4	3
	Relaciones positivas	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	1	2	3	3
		6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	3	3	4	2
		7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	3	3	2	3
		8. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	2	2	3	3
	Autonomía	9. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	2	3	4	4
		10. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	1	2	2	3
		11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	1	2	3	3
		12. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	3	2	2	2
		13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	2	2	2	3
	Dominio del entorno	14. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	3	2	3	4
		15. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	4	2	2	3
		16. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	3	3	3	4
		17. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	3	3	2	3
		18. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	4	3	4	4
		19. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	4	4	4	4
		20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.	4	3	3	3
	Propósito en la vida para el crecimiento personal	21. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	3	3	2	3
		22. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	3	3	2	4
		23. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	4	4	3	4
24. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.		3	3	3	3	

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No (X) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (X) No ()



I.E. INICIAL N° 578 - MITOQUERA
 UGEL HUÁNUCO
 DISTRITO DE SAN JERÓNIMO DEL VALLE

90096245E
 Tania Yuliana Román Daza
 MAG. ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN
 SECUND. ESP. MAT. - FÍSICA - EDUC. INICIAL

Firma y sello del Juez



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Nombre del experto Ma. Rolando Berrios Espinoza Especialidad Comunicación - Inglés

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD	
VARIABLE Y: Bienestar psicológico	Autoaceptación	1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	4	3	4	4
		2. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	4	4	4	4
		3. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	4	2	3	3
		4. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	4	4	4	4
	Relaciones positivas	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	3	4	4	4
		6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	4	4	4	4
		7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	4	4	4	4
		8. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	4	4	4	4
	Autonomía	9. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	3	4	4	4
		10. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	3	3	4	4
		11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	4	4	4	4
		12. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	4	4	4	4
	Dominio del entorno	13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	4	4	4	4
		14. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	3	3	3	3
		15. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	4	4	4	4
		16. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	4	4	3	4
		17. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	4	4	4	4
		18. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	4	4	4	4
		19. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	4	4	4	4
		20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.	3	4	4	4
	Propósito en la vida para el crecimiento personal	21. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	4	4	4	4
		22. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	4	4	4	4
		23. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	4	4	4	4
		24. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.	4	4	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No (x) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (x) No ()


 Ma. Rolando Berrios Espinoza.

Firma y sello del Juez

- Magíster en Administración de la e
 - Celular: 950410582.
 - Lugar de Trab: G.U.E. <<Leoncio Pr



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
HUÁNUCO-PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO



VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Nombre del experto Mg. Rolando Berríos Espinoza Especialidad Comunicación- Inglés

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
VARIABLE X: Abuso de las redes sociales	1. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	4
	2. El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no me satisfacen, necesito más.	3	4	4	4
	3. Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales.	4	3	4	4
	4. Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	4	4	4
	5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.	4	3	4	4
	6. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
	7. Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
	8. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo pensar en lo que sucede en las redes sociales.	3	4	4	4
	9. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	3	3	3	3
	10. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	4
	11. Apenas despierto ya estoy conectado (a) de las redes sociales.	4	4	4	4
	12. No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	4
	13. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	4
	14. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	3	4	4	4
	15. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	4
	16. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	3	3	4
	17. Ciento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	18. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	4
	19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	3	3
	20. Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	4
	21. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	3	4	4	4
	22. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales	4	4	4	4
	23. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	24. Si estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a).	4	4	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? Sí () No () En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí () No ()

Firma y sello del Juez

- Magíster en Administración de la Educ.
 - Nº Celular: 950410582
 - L. de Trab: Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" Huánuco.



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN
ESCUELA DE POSGRADO
VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO



Nombre del experto: Héctor Elías CARHUARICRA MARCELO

Especialidad: MATEMÁTICA Y FÍSICA.

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN		ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
VARIABLE X: Abuso de las redes sociales	Obsesión por las redes sociales	1. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	3	3	4
		2. El tiempo que antes destinaba para estar conectado (a) a las redes sociales ya no me satisfacen, necesito más.	4	4	4	4
		3. Permanezco mucho tiempo conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
		4. Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	4	4	4
		5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.	4	4	4	4
		6. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.	3	3	4	4
		7. Me siento ansioso (a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	4
		8. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo pensar en lo que sucede en las redes sociales.	4	4	3	3
		9. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	4	4	4	4
		10. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	4
	Falta de control personal en el uso de las	11. Apenas despierto ya estoy conectado (a) de las redes sociales.	4	4	4	4
		12. No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	4
		13. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	4
		14. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	4	4	4	4
		15. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	4

redes sociales Uso excesivo de las redes sociales	16. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	4
	17. Ciento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	18. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	4
	19. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	3	3	4	4
	20. Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	4
	21. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	4	3	3
	22. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales	4	4	4	4
	23. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado (a) a las redes sociales.	4	4	4	4
	24. Si estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido (a).	4	4	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? SÍ () No (X) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (X) No ()



Firma y sello del Juez



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN

HUÁNUCO-PERÚ

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO



Nombre del experto: **Héctor Elías CARHUARICRA MARCELO**

Especialidad: **MATEMÁTICA Y FÍSICA.**

“Calificar con 1, 2,3 o 4 a cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad”

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD	
VARIABLE Y: Bienestar psicológico	Autoaceptación	1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	3	3	4	4
		2. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	4	4	4	4
		3. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	4	4	4	4
		4. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.	3	3	4	4
	Relaciones positivas	5. menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	4	4	4	3
		6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	4	4	4	4
		7. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.	4	4	4	4
		8. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	4	4	4	4
	Autonomía	9. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	4	4	4	4
		10. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	4	4	4	4
		11. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	4	4	4	4
		12. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	4	4	4	4
		13. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	4	4	4	4
		14. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	4	4	4	4
		15. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	4	4	4	4
		16. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	4	4	4	4
		17. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	4	4	4	4

Domini o del entorno	18. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	4	4	4	4
	19. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	4	4	4	4
	20. Trato de ser permanentemente responsable con las cosas que debo hacer.	4	4	4	4
Propósito o en la vida para el crecimiento personal	21. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	4	4	4	4
	22. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.	4	4	4	4
	23. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.	4	4	4	4
	24. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.	3	3	4	4

Hay alguna dimensión o ítem que no fue validada? SÍ () No (X) En caso de sí. ¿Qué dimensión o ítem falta?

El instrumento debe ser aplicado: Sí (X) No ()



Firma y sello del Juez

ANEXO 06**“AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN Y LA IMPUNIDAD”****Solicitud: Autorización de Test Psicológicos.****Sr. Director(a) de la I.E.-G.U.E. LEONCIO PRADO
HUÁNUCO**

Por medio de la presente saludo a su persona y hago de su conocimiento lo siguiente:

Yo **LIDIA CARMEN MARTINEZ**, identificada con DNI 44484106, **Psicóloga de profesión**, con domicilio laboral en el Jr. Independencia N° 385 del distrito de San José de Sisa, Provincia El Dorado, Región San Martín, Ante Ud. Con el debido respeto me presento y expongo lo siguiente:

Que, habiendo culminado las clases de maestría y siendo requisito sustentar una tesis para optar el grado de magíster en Sistemas de Protección de los Derechos del Niño, Niña y Adolescente Frente a la Violencia, en la Universidad Hermilio Valdizán y teniendo como nombre de la tesis: Abuso de las Redes Sociales y Bienestar Psicológico en Estudiantes del 4° grado de Secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019; solicito se me permita aplicar test psicológicos a los estudiantes del mencionado grado; de antemano agradezco la respuesta a la presente solicitud.

Atentamente;



LIDIA CARMEN MARTINEZ
D.N.I: 44484106



ANEXO 07

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Estudiantes de la GUE. Leoncio Prado desarrollando las encuestas



NOTA BIOGRÁFICA

Lidia Carmen Martínez, nació en la ciudad de Tingo María/ Huánuco el 02 de setiembre de 1987, cursó estudios del nivel primario en la I.E. Virgen de Fátima y nivel secundario I.E. Latino. Para el 2006 ingresó a la carrera de Psicología en la Universidad Peruana Los Andes, egresando el año 2011.

Obteniendo el grado de bachiller en mayo del 2012 y el título profesional en mayo del 2013 en la Universidad Alas Peruanas – Sede Huancayo. Se encuentra colegiada por el colegio de psicólogos de Huánuco.

En el mes de abril de 2018 ingresó e inició sus estudios en la maestría en Sistemas de Protección de los Derechos del Niño, Niña y Adolescentes en la Escuela de Posgrado de la Universidad Hermilio Valdizán, concluyendo sus estudios en el mes de noviembre del 2019.

En el ámbito laboral realizó su Sérum en la Red de Salud Leoncio Prado del Ministerio de Salud (2013-2014), posterior a ello se desarrolló como psicóloga de la Jornada Escolar Completa del Ministerio de Educación en la Provincia de Leoncio Prado (2015- 2018). Asimismo, laboró en el Centro de Emergencia Mujer El Dorado del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables en la Provincia del El Dorado del Departamento de San Martín (2019-2022).

Actualmente labora como psicóloga de la Unidad de Hospitalización en Salud Mental y Adicciones del Hospital de Tingo María (2022- hasta la fecha).

UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZÁN

LICENCIADA CON RESOLUCIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO N° 099-2019-SUNEDU/CD



Huánuco – Perú

ESCUELA DE POSGRADO

Campus Universitario, Pabellón V "A" 2do. Piso – Cayhuayna
Teléfono 514760 -Pág. Web. www.posgrado.unheval.edu.pe



ACTA DE DEFENSA DE TESIS DE MAESTRO

En la Plataforma Microsoft Teams de la Escuela de Posgrado, siendo las **19:30h**, del día miércoles **12 DE OCTUBRE DE 2022** ante los Jurados de Tesis constituido por los siguientes docentes:

Dra. Justina Isabel PRADO JUSCAMAITA	Presidenta
Dr. Miguel Alfredo CARRASCO MUÑOZ	Secretario
Mg. Cecilia Vilma MARTINEZ MORALES	Vocal

Asesor (a) de tesis: Dra. Lilia Lucy CAMPOS CORNEJO (Resolución N° 01219-2019-UNHEVAL/EPG-D)

La aspirante al Grado de Maestro en Sistema de Protección de los Derechos del Niño, Niña y Adolescente Frente a la Violencia, Doña Lidia CARMEN MARTINEZ.

Procedió al acto de Defensa:

Con la exposición de la Tesis titulado: **“ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4° GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E. LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019”.**

Respondiendo las preguntas formuladas por los miembros del Jurado y público asistente.

Concluido el acto de defensa, cada miembro del Jurado procedió a la evaluación de la aspirante al Grado de Maestro, teniendo presente los criterios siguientes:

- Presentación personal.
- Exposición: el problema a resolver, hipótesis, objetivos, resultados, conclusiones, los aportes, contribución a la ciencia y/o solución a un problema social y recomendaciones.
- Grado de convicción y sustento bibliográfico utilizados para las respuestas a las interrogantes del Jurado y público asistente.
- Dicción y dominio de escenario.

Así mismo, el Jurado plantea a la tesis **las observaciones** siguientes:

.....

Obteniendo en consecuencia la Maestría la Nota de..... *Quince* (*15*)
Equivalente a *Buena*, por lo que se declara *Aprobado*
(Aprobado o desaprobado)

Los miembros del Jurado firman el presente **ACTA** en señal de conformidad, en Huánuco, siendo las *20:50* horas de 12 de octubre de 2022.

[Firma]
.....
PRESIDENTE
DNI N° *22575074*

[Firma]
.....
SECRETARIO
DNI N° *22428046*

[Firma]
.....
VOCAL
DNI N° *22402077*

Leyenda:
19 a 20: ExcelenteS
17 a 18: Muy Bueno
14 a 16: Bueno

(Resolución N° 02776-2022-UNHEVAL/EPG)



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN



ESCUELA DE POSGRADO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe:

Dr. Amancio Ricardo Rojas Cotrina

HACE CONSTAR:

Que, la tesis titulada: **“ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4° GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E. LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019”**, realizado por la Maestría en Sistema de Protección de los Derechos del Niño, Niña y Adolescente Frente a la Violencia, **Lidia CARMEN MARTINEZ**, cuenta con un **índice de similitud del 18%**, verificable en el Reporte de Originalidad del software **Turnitin**. Luego del análisis se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio; por lo expuesto, la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias, además de presentar un índice de similitud menor al 20% establecido en el Reglamento General de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Cayhuayna, 14 de setiembre de 2022.



Dr. Amancio Ricardo Rojas Cotrina
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE POSGRADO



AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X")

Pregrado		Segunda Especialidad		Posgrado:	Maestría	<input checked="" type="checkbox"/>	Doctorado	
-----------------	--	-----------------------------	--	------------------	----------	-------------------------------------	-----------	--

Pregrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	
Escuela Profesional	
Carrera Profesional	
Grado que otorga	
Título que otorga	

Segunda especialidad (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Facultad	
Nombre del programa	
Título que Otorga	

Posgrado (tal y como está registrado en **SUNEDU**)

Nombre del Programa de estudio	MAESTRÍA EN SISTEMA DE PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO, NIÑA Y ADOLESCENTE FRENTE A LA VIOLENCIA
Grado que otorga	MAESTRO EN SISTEMA DE PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO, NIÑA Y ADOLESCENTE FRENTE A LA VIOLENCIA

2. Datos del Autor(es): (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

Apellidos y Nombres:	CARMEN MARTINEZ LIDIA							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	973777478
Nro. de Documento:	44484106					Correo Electrónico:	estrella_lcm@hotmail.com	

Apellidos y Nombres:								
Tipo de Documento:	DNI	<input type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	
Nro. de Documento:						Correo Electrónico:		

Apellidos y Nombres:								
Tipo de Documento:	DNI	<input type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	
Nro. de Documento:						Correo Electrónico:		

3. Datos del Asesor: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos según DNI**, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?: (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)								SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO	
Apellidos y Nombres:	CAMPOS CORNEJO LILIA LUCY						ORCID ID:	0000-0003-0423-4704			
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de documento:	22401702			

4. Datos del Jurado calificador: (Ingrese solamente los **Apellidos y Nombres completos según DNI**, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	PRADO JUSCAMAITA JUSTINA ISABEL
Secretario:	CARRASCO MUÑOZ MIGUEL ALFREDO
Vocal:	MARTINEZ MORALES CECILIA VILMA
Vocal:	
Vocal:	
Accesitario	


5. Declaración Jurada: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)
ABUSO DE LAS REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 4° GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA G.U.E. LEONCIO PRADO, HUÁNUCO 2019.
b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de: (tal y como está registrado en SUNEDU)
MAESTRO EN SISTEMA DE PROTECCIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO, NIÑA Y ADOLESCENTE FRENTE A LA VIOLENCIA
c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.
d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.
e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.
f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.
g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.
h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

6. Datos del Documento Digital a Publicar: (Ingrese todos los **datos** requeridos **completos**)



Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)			2022			
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: (Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)	Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis Formato Artículo	<input type="checkbox"/>	Tesis Formato Patente de Invención	<input type="checkbox"/>
	Trabajo de Investigación	<input type="checkbox"/>	Trabajo de Suficiencia Profesional	<input type="checkbox"/>	Tesis Formato Libro, revisado por Pares Externos	<input type="checkbox"/>
	Trabajo Académico	<input type="checkbox"/>	Otros (especifique modalidad)	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
Palabras Clave: (solo se requieren 3 palabras)	ABUSO DE LAS REDES SOCIALES	BIENESTAR PSICOLÓGICO	ESTUDIANTES DE SECUNDARIA			
Tipo de Acceso: (Marque con X según corresponda)	Acceso Abierto	<input checked="" type="checkbox"/>	Condición Cerrada (*)	<input type="checkbox"/>		
	Con Periodo de Embargo (*)	<input type="checkbox"/>	Fecha de Fin de Embargo:			
¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? (ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):			SI	<input type="checkbox"/>	NO	<input checked="" type="checkbox"/>
Información de la Agencia Patrocinadora:						

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.



7. Autorización de Publicación Digital:

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

Firma: 		
Apellidos y Nombres:	CARMEN MARTINEZ LIDIA	Huella Digital
DNI:	44484106	
Firma:		
Apellidos y Nombres:		Huella Digital
DNI:		
Firma:		
Apellidos y Nombres:		Huella Digital
DNI:		
Fecha: 23/12/2022		

Nota:

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.