



ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

LA ADICCIÓN A FACEBOOK Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES
EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL CANTÓN AMBATO

Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica

Línea de Investigación:

DESARROLLO HUMANO Y SALUD MENTAL

Autora:

KATHERINE CAROLINA ORTIZ NIETO

Director:

PSC. MG. SANDRA ELIZABETH SANTAMARÍA GUISAMANA

Ambato – Ecuador

Noviembre 2019

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

LA ADICCIÓN A FACEBOOK Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES
EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL CANTÓN AMBATO

Línea de Investigación:

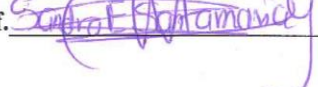
Desarrollo Humano y Salud Mental

Autora:

KATHERINE CAROLINA ORTIZ NIETO

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Psc. Mg.

CALIFICADORA

f. 

Norma Marlene Macías Herrera, Psc. Lcda. Mg.

CALIFICADORA

f. 

Víctor Manuel Cuadrado Rodríguez, Psc. Mg.

CALIFICADOR

f. 

María Isabel Ramos Noboa, Psc. Mg.

DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f. 

Hugo Rogelio Altamirano Villaroel, Dr.

SECRETARIO GENERAL PUCESA

f. 
Pontificia Universidad Católica del Ecuador

SECRETARÍA GENERAL
PROCURADURÍA

Ambato – Ecuador

Noviembre 2019



BIBLIOTECA

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **KATHERINE CAROLINA ORTIZ NIETO**, con CC. 1805431333, autora del trabajo de graduación intitulado: “LA ADICCIÓN A FACEBOOK Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL CANTÓN AMBATO”, previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.



KATHERINE CAROLINA ORTIZ NIETO

CC. 1805431333



BIBLIOTECA

RESUMEN

El objetivo de esta investigación es determinar la correlación entre adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador–Ambato en los cuales se observan conductas adictivas con respecto a Facebook con repercusiones negativas en el ámbito social. Es un estudio descriptivo, correlacional con muestra no probabilística y corte transversal. Con respecto a la muestra, se registraron 150 casos distribuidos en las carreras: Contabilidad/Auditora, Administración de empresas, Diseño de productos, Jurisprudencia, Psicología, Tecnologías y Sistemas de la información. Los participantes fueron evaluados por medio de la Escala de Adicción a Facebook de Bergen (BFAS) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Con relación al primer reactivo, no se encontraron diferencias en relación al sexo de los participantes, sin embargo, se evidencia desigualdad entre carreras, siendo contabilidad y auditoría la que posee adicción a Facebook, mientras que las demás se encuentran en el rango de posible adicción, además, se evidenció que en la carrera de jurisprudencia a mayor edad será menor la probabilidad de poseer adicción a Facebook, mientras que en los estudiantes de psicología la edad aumenta con las conductas adictivas. En el segundo reactivo se halló que, aunque no poseen correlación estadísticamente significativa, la carrera de contabilidad y auditoría puntuó bajo en todas las áreas de las habilidades sociales. Por último, se pudo evidenciar limitaciones en el presente estudio debido a la reducida cantidad de estudiantes en determinadas carreras, lo cual debería ser considerado en futuras investigaciones.

Palabras Clave: *adicción a Facebook, habilidades sociales y factores de riesgo.*

ABSTRACT

The aim of this study is to determine how Facebook addiction and social skills are related in university students at the Pontifical Catholic University of Ecuador in Ambato where addictive behaviors to Facebook are observed with negative repercussions in the social field. It is a descriptive, correlational and cross-sectional study with a non-probabilistic sample. The sample included 150 cases from the faculties of Accounting/Auditing, Business Administration, Product Design, Jurisprudence, Psychology, Technology and Information Systems. The participants were evaluated through the Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) and the Goldstein Social Skills Checklist. In the questionnaire, no differences were found between the sex of the participants, however, there is evidence of inequality between faculties, with Accounting and Auditing with Facebook addiction, while the others are in the range of possible addiction. It was also noted that in the Faculty of Law, the probability of being addicted to Facebook is lower at an older age, while in psychology students, age increases with addictive behaviors. In the checklist, it was found that, although they do not have significant statistical correlation, Accounting and Auditing scored quite low in all areas of social skills. Finally, it was possible to show limitations in this study due to the small number of students in certain programs, which should be considered in future research.

Key words: Facebook addiction, social skills and risk factors.

ÍNDICE

CONTENIDOS

RESUMEN	iv
ÍNDICE.....	vi
INTRODUCCIÓN.....	1
METODOLOGÍA.....	4
JUSTIFICACIÓN.....	5
CAPITULO I: ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA.....	7
1.1. Adicción.....	7
1.1.1. Alternativas de Prevención para la Adicción a Redes Sociales - Facebook.....	13
1.2. Habilidades Sociales.....	16
1.2.1. Abordaje Psicológico según el enfoque cognitivo conductual en casos de falta de Habilidades Sociales.....	20
1.3. Adicción a Facebook y Habilidades Sociales.....	21
CAPITULO II: DISEÑO METODOLÓGICO.....	24
2.1. Paradigma, modalidad y alcance	24
2.2. Técnicas y herramientas	26
2.3. Población, muestra y muestreo y características sociodemográficas	31
2.4. Procedimiento metodológico.....	38
CAPITULO III: ANALISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	42
3.1. Escala de Adicción a Facebook de Bergen.....	42
3.2. Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein.....	43
3.3. Análisis de la correlación de las variables adicción a Facebook y habilidades sociales	44
CONCLUSIONES.....	58
RECOMENDACIONES	59
BIBLIOGRAFÍA	61
ANEXOS	71
ANEXO 1: Oficio entregado a la Secretaría General de la PUCE-A.....	71
ANEXO 2: Oficio recibido de la Secretaría General de la PUCE-Ambato	72
ANEXO 3: Consentimiento Informado para Participantes de Investigación	73

ANEXO 4: Ficha Sociodemográfica	74
ANEXO 5: Escala de Adicción a Facebook (BFAS)	75
ANEXO 6: Lista de Chequeo de Evaluación de Habilidades Sociales	76

INTRODUCCIÓN

La adicción se caracteriza por generar dependencia en el individuo que la posee provocando sensación de bienestar temporal, por consiguiente, a pesar de que la adicción a Facebook no se encuentre codificada en el manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales (DSM), cumple con los criterios de las conductas adictivas, tales como, uso excesivo de esta red social, deseo intenso de estar conectado, sentimientos de culpa y pérdida de tiempo por encontrarse navegando. Además, estos factores conllevan a una pérdida progresiva de las habilidades sociales, lo que afecta los distintos ámbitos de la vida cotidiana del individuo y degenera progresivamente su interacción con estos medios.

Antecedentes teóricos y prácticos

En la actualidad, los avances tecnológicos han tomado gran notoriedad en la vida cotidiana y con ello se han implementado herramientas que le sirven al ser humano para realizar distintas actividades tales como jugar, entretenerse y comunicarse. Es por este motivo que la mayoría de personas que se encuentran inmersas en internet sienten una gran atracción por poseer una red social, como podemos nombrar Facebook, con la misma que interaccionan con gente de su alrededor. Según Herrera, citado por Gómez y Marín (2017), esto da como resultado que la mayoría de personas que usan este servicio de manera excesiva prefieran esta forma de contacto interpersonal sobre el tradicional, situación por la cual se evidencia una disminución en las habilidades sociales de los individuos (p.20). Es por este motivo que existen trabajos enfocados en el estudio de la adicción a Facebook y su relación con las habilidades sociales, que demuestran la relevancia, actualidad e innovación de la presente investigación. Las investigaciones que se describen a continuación tienen como característica que fueron desarrolladas en el ámbito nacional e internacional.

El estudio realizado en 135 estudiantes de entre 14 y 16 años de 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa pública de Lima Metropolitana, Perú por los autores Huaytalla, Soncco

& Vega (2016) evidencia que a mayor inseguridad, aislamiento y poco dominio de conductas será mayor el riesgo de adicción a las redes sociales.

Complementariamente, en 1405 estudiantes de la Universidad Pública y Particular de Lima Metropolitana, Perú, los investigadores Álvarez et al. (2016) estudiaron la relación entre las HHSS y el uso de redes sociales mediante un muestreo no probabilístico. Los resultados muestran que existe una correlación negativa y significativa entre la alta puntuación de la Escala de habilidades sociales y el Cuestionario de adicción a redes sociales.

Los estudios expuestos anteriormente son citados con el objetivo de mostrar la vital importancia que representa explorar la relación de la adicción a Facebook y las habilidades sociales. Estas investigaciones dan sustento teórico y bibliográfico a este estudio, esto es, sirven como un respaldo y muestran la importancia del tema con el cual se va a trabajar.

Situación Problemática

Se logra observar en un grupo de estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador del cantón Ambato, una serie de reacciones relacionadas con la timidez en la interacción con desconocidos, sentimientos de inadecuación, falta de competencia social, temor a la evaluación negativa y estilo de comunicación eminentemente pasivo. La causa aparente de este cuadro de síntomas se relaciona con dificultades en las habilidades sociales (HH SS). Las HH SS son definidas por Roca (2003), como: “Una serie de conductas observables, pero también de pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias” (p. 10). Es decir, son consideradas como conductas que facilitan a las personas una interacción interpersonal placentera. También, en este mismo grupo de estudiantes, se observan otros indicadores tales como: Uso excesivo de Facebook, intenso deseo de estar conectado, pérdida de tiempo por encontrarse navegando y aplazamiento de tareas. Estos indicadores son señales aparentes de una posible adicción.

La adicción a Facebook (AF) es la dependencia que se genera en un individuo al hacer uso desmesurado de esta red social, es definida por Gavilanes (2015), como: “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” (p. 34). Es decir, la adicción a esta red social

es considerada como un indicador que afecta la calidad de vida y se basa en la constante necesidad de interacción con el medio social a través de internet. De acuerdo a Herrera, Pacheco, Palomar & Zavala (2010), “este dato los llevó a destacar la importancia que ha asumido la forma de socialización actual por Internet, sin dejar de lado el hecho que los estudiantes se sientan más cómodos con estos métodos que con el cara a cara” (p. 8). Se asume que la adicción a Facebook repercute en las habilidades sociales de las personas causando falencias en las mismas.

Es por este motivo que estas dos variables deberían ser estudiadas para conocer si existe una correlación entre ellas, por este motivo se requiere la elaboración un estudio de carácter descriptivo correlacional de corte transversal entre estas variables en un grupo de estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador del cantón Ambato para verificar la hipótesis. En caso de que se llegará a comprobar la propuesta enunciada, los resultados de la investigación permitirán aclarar cómo interviene la adicción a Facebook con las habilidades sociales y en qué medida esto afecta a la población ecuatoriana.

Hipótesis

Se observan conductas que pueden indicar la presencia de comportamiento adictivo en redes sociales, como Facebook, en los y las estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato debido a que dedican mucho tiempo en esta red social y presentan una mayor necesidad de mantener una comunicación interpersonal virtual, lo que se considera, repercute en los sentimientos de inadecuación y falta de competencia social. Es así que se requiere determinar si la adicción a Facebook se relaciona con las habilidades sociales en estudiantes universitarios de la PUCE-A.

Objetivos

Objetivo General

- Determinar la relación existente entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales en las y los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato.

Objetivos Específicos

- Fundamentar los aspectos teóricos relacionados con la Adicción a Facebook y las Habilidades Sociales, en estudiantes universitarios del cantón Ambato.
- Diagnosticar la presencia de Adicción a Facebook y las Habilidades Sociales en una muestra de estudiantes universitarios.
- Realizar un análisis estadístico correlacional entre la Adicción a Facebook y su relación con las Habilidades Sociales.
- Elaborar un informe de resultados de la relación entre la Adicción a Facebook y las Habilidades Sociales.

METODOLOGÍA

En la presente investigación se utiliza un estudio de carácter descriptivo y correlacional de tipo cuantitativo de población universitaria perteneciente a la PUCE Ambato con muestra no probabilística y de corte transversal. Con un método específico de estudio correlacional, y método clínico aplicado a las ciencias sociales y de la salud. La población estimada de estudiantes matriculados en pregrado en el período académico Septiembre 2018 – Enero 2019, según la secretaría general de la PUCE-A (anexo 2), fue de novecientos cuarenta y siete. Al realizar el cálculo correspondiente al tamaño de la muestra con un nivel de confianza del 95% y un margen de error de 5% se obtuvo que la muestra corresponde a 274 casos respectivamente.

Sin embargo, se ha escogido una muestra de 150 casos con el fin de reducir el margen de error. De acuerdo a García, Reding y López (2013) las estrategias para minimizar el número necesario de participantes “se basan en conseguir una población homogénea (desde los criterios de selección), disminuir la variabilidad de las medidas (aleatorizando, formando bloques) y aumentar la frecuencia de aparición del fenómeno de interés, por lo que deben aplicarse siempre que sea posible” (p.223). Es decir que, para la realización de la presente investigación se requiere de una muestra representativa de casos en los cuales, como criterios de inclusión, se determina que deben poseer una cuenta en la red social denominada como Facebook y ciertos rasgos del fenómeno de adicción a la misma, sean matriculados en pregrado en el semestre correspondiente

a los meses de Septiembre-Enero 2019 en la PUCE-A y que la muestra de cada carrera posea un número uniforme de casos. Mientras que la exclusión de los participantes de la investigación se basa en que no cumplan los requisitos antes mencionados.

Es así que, con este estudio se procederá a corroborar si existe una correlación entre las variables adicción a Facebook y habilidades sociales en los estudiantes de la PUCE Ambato, mediante la elaboración de un informe de resultados. Esto ayudará a la comunidad científica a reconocer la sintomatología perteneciente a la adicción a Facebook a través de la aplicación de la escala de adicción a Facebook de Bergen (anexo 5) y su confiabilidad en población Ecuatoriana.

JUSTIFICACIÓN

La justificación de la investigación actual surge por el reciente auge de las redes sociales y su utilización como medio de comunicación preferente ante los métodos tradicionales, lo que se ve reflejado en el desarrollo de las habilidades sociales. Es así que se observa en los estudiantes universitarios matriculados en pregrado de la PUCE Ambato problemas relacionados con el uso excesivo de la red social Facebook, tales como: intenso deseo de estar conectado, acompañado por pérdida de tiempo por encontrarse navegando, además de problemas relacionados a la vida cotidiana como procrastinación académica, falta de competencia social y disminución en las habilidades sociales.

Por lo tanto, el propósito del presente estudio es determinar si existe relación entre las variables adicción a Facebook y habilidades sociales en las distintas carreras correspondientes de la PUCE-A. De comprobarse la hipótesis planteada, los resultados permitirán conocer cuáles son las habilidades sociales, según la clasificación realizada por Goldstein, más afectadas en los casos de adicción a Facebook. De ser así, es necesario conocer qué carrera universitaria es más propensa a poseer adicción a Facebook y determinar los niveles de habilidades sociales de cada una. De esta forma las autoridades correspondientes de la PUCE-A podrán elaborar y realizar, de ser necesario, programas de prevención e intervención colectiva con el objetivo de concientizar a la población de estudiantes sobre el adecuado manejo de las redes sociales y las

conductas adictivas que las mismas pueden generar por su uso desmesurado. Esto ayudaría a la promoción de la salud mental y prevención de trastornos relacionados con la adicción a redes sociales. Además, a nivel nacional no se han establecido resultados sobre la relación entre adicción a Facebook y habilidades sociales, por lo que con la presente investigación se pretende aportar al estado del arte con respecto a la identificación de la adicción a Facebook como trastorno mental y su influencia en las habilidades sociales.

CAPITULO I: ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Adicción

La palabra adicción proviene del latín *addictio* que hace alusión a la acción de un sujeto de apegarse a determinada actividad, persona o pensamiento. Por consiguiente, un adicto, del vocablo *addictus*, es el individuo que se encuentra entregado totalmente al objeto de su adicción de manera tal que resulta compulsiva. La adicción es considerada como “un vicio, según la cual se concibe como un comportamiento rechazado socialmente y, recientemente, como enfermedad” (Gutiérrez, Alvarez, González & Madrigal, 2006, p.49). En la actualidad, la adicción se define como la dependencia emocional, física y psíquica a una actividad o sustancia, esto ocurre por la sensación de bienestar que estas generan al individuo. Las consecuencias que comúnmente generan las adicciones se atribuyen al deterioro de la vida social, familiar, personal y laboral del sujeto que la presenta.

La adicción se considera tal cuando el sujeto que la posee es incapaz de continuar con su vida cotidiana sin que exista el consumo o la realización de la actividad que le genera dependencia. Según Briones, Hidalgo, Macías, García & Vázquez, refiriéndose a la adicción, “es a menudo progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos o periódicos de: descontrol sobre el uso, a pesar de consecuencias adversas y distorsiones del pensamiento, más notable la negación” (2018, p.134). Es así que, al individuo que posee adicción se le dificulta abstenerse de tal hábito por motivos de índole físico, psicológico, ambiental y genético. Esto conlleva a un deterioro en los aspectos personales, familiares, laborales, sociales y escolares en la vida del sujeto.

El comportamiento adictivo se manifiesta cuando los sujetos poseen la imperiosa necesidad de realizar el acto que les proporciona placer inmediato, y aunque comprenden que este comportamiento adictivo les provoca malestar en todos los aspectos de la vida cotidiana, aún son incapaces de evitar realizarlos, lo que se relaciona con la pérdida de control que genera la adicción. Esto conlleva a que se genere la dependencia de la persona a una actividad, objeto o sujeto específico. Para Fernández, Carballo, Villa & García (2007), “la conducta adictiva no es

una condición crónica del individuo, sino el resultado de la interacción de determinantes psicológicos, biológicos y sociales en un momento dado” (p.3). Es por este motivo que a continuación se expondrán las causas que predisponen a que un sujeto desarrolle conducta adictiva.

Las personas con conducta adictiva presentan daños o perjuicios a nivel físico. En el caso de las sustancias psicotrópicas al ser consumidas pueden alterar el funcionamiento de los órganos sensoriales, el organismo y temperamento (Ortega, Hernández, Arévalo, Díaz & Torres, 2015, p.1). El abuso de sustancias psicotrópicas causa deterioro en las células que transmiten la información obtenida del exterior hacia el cerebro. También ocasiona que las personas generen dependencia física a las sustancias que consume, y que, al tratar de dejar su consumo ocasione el síndrome de abstinencia el cual se caracteriza por síntomas tales como rinorrea, hipertensión, dolores y calambres concurrentes en los músculos, vómitos, entre otros.

Las adicciones emergen en los sujetos por la sensación de bienestar que estas les otorgan a los adictos temporalmente, es una vía de escape por la cual se despejan de problemas que presentan en su vida, estos son de índole familiar, lo que repercute en conductas agresivas hacia los miembros del sistema. Las personas también pueden volverse adictas debido a que por medio de una determinada sustancia o actividad se produce la liberación de estrés, ira o dolor. Esta conducta se da porque a través de la adicción se encuentra una alternativa de huir de los sentimientos desagradables, aunque sea de manera momentánea.

Mediante estudios se ha podido comprobar que la adicción a sustancias psicotrópicas proviene de factores genéticos y tiene predisposición a ser concurrente en miembros de una misma familia, esto quiere decir que hay relación entre la genética y la conducta adictiva. Por ende, los sujetos que tienen en su árbol genealógico parientes de primer grado los cuales se han enfrentado a algún tipo de adicción presentan un elevado nivel de riesgo a desarrollar alguna adicción.

Las causas de índole ambiental pueden conllevar a que se desarrolle una conducta adictiva. Según Pons, citado por Mendoza & Vargas (2017): “También se encuentran los factores ambientales que puedan favorecer el consumo abusivo de sustancias. Considerando las

tensiones sociales, económicas, las condiciones causantes de frustración, la falta de oportunidades para los individuos y grupo” (p.146). Un sujeto expuesto a constante estrés utiliza cualquier medio que le permita escapar de su situación cotidiana para así poder conseguir una sensación de alivio, que por lo general es momentánea.

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA) en el *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (2014), codifica varios fenómenos psíquicos en criterios estandarizados y sistematizados para un diagnóstico objetivo. Esta asociación considera que la adicción es la dependencia de un sujeto a una sustancia, es así que se la clasifica con el nombre trastornos relacionados a sustancias, y dentro de este se encuentra el abuso de sustancias, la intoxicación, el síndrome de abstinencia y la psicosis inducida por uso de drogas.

En la quinta edición de este manual se añade una nueva categoría denominada trastornos no relacionados a sustancias, en este apartado se encuentran las conductas adictivas. Aunque, APA aún no considera pertinente la inclusión a su repertorio de trastornos mentales la adicción a Internet, y por consiguiente a redes sociales, esto se debe a que en la actualidad no existen los suficientes estudios científicos que amparen o proporcionen evidencia contundente para otorgarle criterios diagnósticos a dicha dependencia. Aunque consideran pertinente haber agregado la adicción al juego, o ludopatía, aún no se abarca a la adicción desde la amplitud de conductas de índole compulsiva. En esta investigación se abordará la concepción de diversos autores referentes a la adicción a Internet y redes sociales, tales como Facebook.

Gracias al avance de las tecnologías las personas tienen acceso a información, entretenimiento y sujetos alrededor del planeta tierra a través de internet, el cual se define como “la unión de las redes distribuidas por todo el mundo” (Guillermina, Hermoso, González, Argonza, Ibarra & Gutiérrez, 2016, p.2). Sin embargo, así como tiene beneficios también presenta desventajas. El anonimato en la comunicación con otros usuarios es la característica predominante y que, a su vez, provoca en los sujetos el desenvolvimiento o desinhibición en la interacción por medio de esta vía. Esta actividad al proporcionar un alivio o escape de la vida cotidiana, y afectarla por el tiempo que requiere mantenerse en conexión, se ha convertido en la principal causa de estudio para poder ser considerada como una adicción debido a que genera conductas adictivas.

La adicción a Internet, también denominada ciberadicción, es una adicción psicológica que se caracteriza por generar en la persona que lo posee dependencia conductual. Según Young, citado por el Centro de Psicología NAHAR: “La adicción a Internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos” (2004, p.25). Esto quiere decir que las personas que realizan un uso desmedido del Internet presentan alteración en el área personal, social, laboral, escolar y familiar de su vida. Estudios indican que los sujetos que pasan la mayor parte de su tiempo revisando o participando activamente en redes online suelen presentar signos y síntomas asociados a la depresión y ansiedad.

En la actualidad, con el auge de las redes sociales, se ha producido un cambio innovador en la forma de interacción comúnmente utilizada, haciendo posible que personas de todo el mundo encuentren en el internet una vía rápida para establecer relaciones interpersonales con sujetos que tengan afines gustos e intereses. Las redes sociales más utilizadas han sido Facebook, Twitter y Youtube. “En la actualidad la red social más popular a nivel mundial es Facebook la que tiene más de 1300 millones de usuarios, usuarios que intercambian mensajes y archivos informáticos, gracias a un sin número de herramientas que brinda esta red” (Escobar, 2017, p.25). Facebook es una red social de Internet que fue creada en el año 2004 por Zuckerberg, cuenta con diversas aplicaciones que otorgan momentos de ocio y a su vez, permite las opciones de buscar y crear grupos para compartir afiliaciones, lo que permite que se contacten personas sin mantener una conversación presencial.

El conectarse a estas redes se ha convertido en una fuente de entretenimiento que satisface el aspecto social del individuo, este puede ser un motivo esencial por el cual se ha vuelto tan popular desde su inicio. Lo que conlleva a que las nuevas generaciones prefieran estar sumergidos en este mundo virtual porque les otorga facilidad de expresión, sin tomar en cuenta la dependencia que puede llegar a causar esta conducta. La población del Ecuador no se encuentra exenta de presentar conducta adictiva hacia Facebook por lo que, según Espinosa, basándose en las estadísticas de la página Owloo: “Observamos que en Ambato existen 320.000 usuarios de la red social, siendo la cuarta ciudad de ranquin. Existen 150.000 usuarias (47%) y

170.000 usuarios (53%). La edad promedio de quienes utilizan Facebook es de 18 - 24 años” (2016, p.26). Esto ha hecho que las personas prefieran este medio de comunicación para transmitir sus ideales, pensamientos y sentimientos a través de la interacción con otras personas alrededor del mundo en vez de procurar mantener la manera de comunicación tradicional, lo que puede repercutir en los ámbitos familiar, social, laboral y educativo de los individuos.

Al igual que las demás conductas adictivas, la adicción a Facebook afecta las áreas de la vida cotidiana del sujeto, la consecuencia más evidente es el deterioro en el área laboral y escolar. Kuss y Griffiths, citados por Araujo (2016), señalan que las consecuencias de un uso excesivo y prolongado de las redes sociales son: “disfunción en las actividades realizadas durante el día como resultado de la privación del sueño, disminución del rendimiento académico y deterioro de las relaciones con los familiares o con la pareja” (p.51). Esta conducta adictiva genera procrastinación académica, esto quiere decir, las personas que lo poseen postergan sus deberes u obligaciones para desperdiciar tiempo conectado en las redes. Además, adjudica factores de distracción y pérdida de tiempo por pensar constantemente en tener acceso a Internet y pasar en conexión por lo que descuidan sus tareas diarias. Se puede evidenciar que la adicción a las redes sociales ocasiona interferencia en las acciones u actividades de un sujeto en el transcurso de su día a día.

La adicción severa a las redes sociales posee una correlación positiva con la sintomatología depresiva según lo indica el estudio realizado por Padilla y Ortega (2017): “Una posible explicación podría relacionarse a la presencia de algunos indicadores depresivos con una autoestima baja caracterizada por presentar una percepción negativa de sí, escasos recursos de interacción social y el aislamiento social” (p.51). Es así que las personas que presentan estos factores pueden desarrollar o son vulnerables a presentar adicción a las redes sociales, debido a que buscan este medio como sustituto a las relaciones sociales comunes y de esta manera disminuir los síntomas depresivos porque no presentan habilidades sociales adecuadas y no se sienten capaces de lograrlo en la vida real.

En cuanto a la adicción a Facebook, se puede mencionar que:

La identidad del joven se ve impactada por el tiempo que pasa en la red debido a que su uso está implicado en la identidad ya que ésta se construye por medio de actos y por la manera de relacionarnos con el mundo externo y con los demás”. (Aspani, Sada & Shabot, 2012, p.113)

La identidad se forma a partir de la participación de los seres humanos en una comunidad o grupo social, es así que Facebook al ser una herramienta que permite la interacción de individuos de toda la esfera terrestre, siendo los adolescentes o niños más propensos a ingresar a grupos en los cuales se le otorguen tareas o roles que pueden perjudicar su bienestar tanto físico o emocional. Como ejemplo se puede mencionar el caso de la página de Facebook “*Ballena Azul*” en la cual, por medio de la excusa de juego, se les daba órdenes a los participantes para al final acabar suicidándose.

En diversos estudios realizados se puede discernir que el área social es la más afectada en personas que poseen algún tipo de adicción, es así que, en la investigación realizada por Mejía, Guerrero & Quinteros (2014) en Lima, Perú, en la que se busca determinar una relación entre la dependencia a Facebook y las habilidades sociales en estudiantes universitarios. El diseño utilizado fue de tipo descriptivo correccional desde la metodología no experimental de corte transversal, para lo cual se contó con una muestra de 300 estudiantes, hombres y mujeres, de los cuales todos pertenecen a una universidad privada. Dentro de los resultados se determinó una relación inversa altamente significativa entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales en estudiantes universitarios de Lima. Por lo que se evidencia que este tipo de consumo excesivo a la red social Facebook posee repercusiones negativas hacia las habilidades de comunicación asertiva de una persona con su entorno.

A nivel de ámbito nacional existe un estudio realizado en la Universidad Católica de Cuenca, en el que Armijos, Bernal, Guerrero, Maldonado, Rodríguez y Quizhpi (2017) en su trabajo con adolescentes mujeres de la Unidad Académica Luisa de Jesús Cordero de la ciudad de Cuenca, Ecuador, concluye que existe una marcada relación entre el elevado consumo de redes sociales, bajas conductas problemáticas y dificultades en las relaciones interpersonales. Las encuestadas manifestaron dificultad en mantener una comunicación asertiva, manifestar su opinión en

público y en relacionarse con las personas del sexo opuesto. El encontrarse conectadas a una red social impide que la comunicación directa se desarrolle, lo que repercute en la adecuada formación de su autoconcepto y autoestima.

Los estudios expuestos anteriormente son citados con el objetivo de mostrar la vital importancia que representa explorar la relación de la adicción a Facebook y las habilidades sociales en la actualidad. Estas investigaciones dan sustento teórico y bibliográfico a este estudio, esto es, sirven como un respaldo y muestran la importancia del tema con el cual se va a trabajar. Además de que proporcionan análisis estadísticos significativos sobre la influencia que tal adicción posee sobre las áreas que forman parte de las distintas habilidades sociales en los usuarios de Facebook.

1.1.1. Alternativas de Prevención para la Adicción a Redes Sociales-Facebook

La prevención ayuda a evitar que un problema anteriormente observado en la sociedad se propague a todos los miembros de su población. La adicción es una patología que se puede adquirir, como ya se expuso con anterioridad, por diversos factores, entre ellos el familiar y ambiental. Es por esto que se propone como alternativa de prevención enseñar en el área educativa que los medios tecnológicos, tanto internet como videojuegos, deben ser usados de manera y durante un tiempo razonable. Para lograr este objetivo se propone que los padres establezcan un tiempo límite de conexión a Internet, el cual deben consensuar con sus hijos, para así evitar que se genere una conducta adictiva.

Además, los educadores en el ámbito escolar deben poner en manifiesto a los jóvenes los beneficios y riesgos que las redes sociales representan para ellos, así como también asesorarles sobre cómo limitar la información que comparten por internet y la protección de sus datos personales. Echeburúa indica que: “Algunos adolescentes acceden a desvelar su intimidad por la presión del grupo, el sentimiento de pertenencia o el deseo de transgredir las normas” (2015). Así como también, si estos casos se han presentado, se debe brindar la debida información sobre

a quién acudir en caso de extorsión o problemas que vulneren su seguridad cibernética o integridad física.

Así mismo, los padres deben participar activamente con los hijos en su navegación por Internet, por medio de supervisar las páginas web a las que ingresa o conocer sobre sus experiencias en las redes. Echeburúa propone alternativas de intervención para padres y educadores:

- Limitar el uso de aparatos y pactar las horas de uso del ordenador.
- Fomentar la relación con otras personas.
- Potenciar aficiones tales como la lectura, el cine y otras actividades culturales.
- Estimular el deporte y las actividades en equipo.
- Desarrollar actividades grupales, como las vinculadas al voluntariado.
- Estimular la comunicación y el diálogo en la propia familia. (2015)

Para evitar la adicción de los jóvenes a las redes sociales se necesita proporcionar la debida información para que conozcan los riesgos que proceden de estos medios de comunicación a distintos aspectos de su vida.

Para tratar las adicciones por medio de la terapia cognitivo conductual se necesita de la predisposición del paciente para dejar de lado dicha adicción. Una técnica muy utilizada por los terapeutas cognitivo conductuales para el manejo de las conductas adictivas se basa en el condicionamiento clásico y es denominada: condicionamiento aversivo. Esta técnica consiste en “hacer menos atractiva la relación estímulo-respuesta como resultado de aparear un reflejo aversivo al consumo” (Llorente & Iraurgi, 2008, p.254). Generalmente esta técnica utiliza la sensibilización para hacer que el sujeto asocie el objeto de adicción con un estímulo desagradable, con la finalidad de provocar aversión a la actividad adictiva. Esta técnica es muy parecida a la extinción de la conducta, en donde el estímulo condicionado cambia cuando el refuerzo incondicionado desaparece. Es decir, se priva al sujeto de la adicción para evitar que se refuerce y, su vez, se repita la acción de consumo.

Otra técnica muy recomendada es el manejo de contingencias, en la que: “se refuerza la conducta de no consumir y mantener la abstinencia, a través de fichas canjeables por privilegios” (Llorente & Iraurgi, 2008, p.254). Es decir, se refuerza que el sujeto no realice la actividad adictiva, por lo que si se produce la omisión de la conducta problema se va a proceder a extinguir debido a que no se atiende. Esto se produce mediante un acuerdo escrito entre el terapeuta y la persona con una adicción, con el fin de cambiar la conducta desadaptativa. En caso que el adicto llegue a incumplir el contrato se procederá a la aplicación de un castigo, mientras que si se cumple se procede a otorgar un privilegio, mediante fichas para canjear recompensas.

El modelo de prevención de recaídas sirve para evitar que la persona recaiga en la conducta adictiva. Postula que el sujeto en su proceso de rehabilitación puede presentar la necesidad de realizar la conducta problema, lo cual presentaría un riesgo en el proceso. “En este sentido, se identifican tres tipos de situaciones que se encuentran asociadas a la mayoría de las recaídas: los estados emocionales negativos, los conflictos interpersonales y los contextos de presión social” (Tirapu, Lorea, & Landa, 2003, p.8). Es decir, si un sujeto no maneja adecuadamente las problemáticas antes expuestas puede elevar el riesgo a que recaiga y vuelva a presentar la conducta adictiva.

En cuanto a la aplicación de la terapia cognitiva en sujetos con conductas adictivas, según Llorente & Iraurgi (2008) “el tratamiento se orienta a modificar los pensamientos y creencias erróneas de la persona y a enseñarle técnicas de autocontrol” (p.254). El primer paso es identificar la situación que predispuso a que la persona sea dependiente, a continuación, se realiza la técnica de afrontamiento en la cual se le enseña al sujeto a enfrentar las situaciones que hicieron que sea adicto. Además, se trabaja con la reestructuración cognitiva para cambiar los pensamientos irracionales por unos que no le produzcan malestar en la vida del sujeto.

Esta última técnica se realiza por medio de cinco pasos: Identificar las distorsiones cognitivas, analizar si el pensamiento se fundamenta en hechos concretos, examinar la gravedad del pensamiento y por último encontrar pensamientos más adaptativos. En conclusión, la terapia cognitivo conductual es el enfoque más eficaz para trabajar con las adicciones debido a que se trata de modificar la forma de pensar y, consecuentemente, de actuar del sujeto por una que no

le genere malestar en todos los aspectos de su vida. Tiene la finalidad de modificar las conductas adictivas cambiándolas y reforzándolas por unas más adaptativas.

1.2. Habilidades Sociales

El término habilidades proviene del latín *habilitatis*, que hace referencia a la capacidad hábil que posee una persona. Mientras que la palabra social procede del latín *socialis*, que indica la pertenencia de un sujeto a un grupo de personas. Es así que las habilidades sociales “son una serie de conductas observables, pero también de pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias, y a procurar que los demás respeten nuestros derechos y no nos impidan lograr nuestros objetivos” (Roca, 2014, p.11). Son comportamientos que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales adecuadas, buscando el interés y beneficio mutuo, tomando en cuenta los sentimientos propios y de la otra persona. Esto se da través de la comunicación verbal y no verbal, en donde cada parte puede expresar su rechazo o aceptación hacia cierto tema, así como proponer alternativas de resolución de problemas.

Para Goldstein las habilidades sociales son capacidades que ayudan a una persona a establecer comunicación interpersonal y a resolver los conflictos que esto les genera, las cuales pueden ser de carácter social y emocional. “Aunque existen factores personales constituyentes (temperamento, género, atractivo físico) y psicológicos (cognitivos, afectivos, conductuales) que determinan en gran medida la conducta social de un individuo, ésta se modela y actualiza” (Pacheco, 2009, p.32). Es decir, que la habilidad que un sujeto tiene para establecer una relación interpersonal con el ámbito social son aprendidas del entorno en el que se desenvuelve y de la experiencia, en base a esto se desarrolla una comunicación social óptima. Es por ello que este autor, en base a su investigación, establece que existen en la vida del ser humano seis tipos de habilidades sociales. A continuación, se expondrán las características de cada uno de ellos.

Las primeras habilidades sociales son las que permiten la interacción de un sujeto con las personas de su entorno, las cualidades esenciales que se debe poseer para cumplir con este objetivo son: “atención que se le presta a la persona, como iniciar una conversación y mantenerla, conversar con otro, expresar agradecimientos, presentar a nuevas personas con otras

y decir lo que gusta de ellos (...)” (Morales, Benítez, & Agustín, 2013, p.101). Es decir, primero el sujeto que desea mantener una interacción interpersonal debe saber escuchar, preguntar, y tener pautas de comunicación para saber expresarse, como lo son los modales y cumplidos.

Las HH SS avanzadas tienen como prioridad la adecuada adaptación del sujeto al conglomerado de personas con las que se desenvuelve en el ámbito social, estas son: “Pedir ayuda, poder estar acompañado, dar y seguir instrucciones, discutir, convencer a los demás” (Colina, 2009, p.31).

Las cualidades antes expuestas le ayudan a desarrollarse y relacionarse de manera óptima con su entorno social de manera que participa activamente en su grupo o se integra a una nueva comunidad en caso de ser necesario, así como también seguir las reglas y respetar su rol dentro la comunidad.

En tercer lugar se encuentran las habilidades relacionadas con los sentimientos, estas son las que ayudan al individuo a hacer introspección de su mundo interno y tratar de comprender a los demás, entre estos se encuentran: “Conocer y expresar los propios sentimientos, conocer los sentimientos de los demás, afrontar el enojo de alguien, expresar afecto, manejar el miedo, recompensarse por lo realizado” (Figuroa, 2015, p.26). Aquí también interviene la asertividad de una persona al poder expresar su sentir sin afectar a terceros, además de reconocer las emociones que demuestran los sujetos con los que convive.

Las habilidades sociales alternativas a la agresión consisten en ser empáticos y proporcionar auxilio a los sujetos que lo necesiten, así también como no pensar solo en el beneficio propio sino también velar por el de los demás. Entre estas se encuentra: “Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas” (Pedraza, Socarrás, Fragozo & Vergara, 2014, p.194). Estas cualidades ponen a prueba la capacidad del sujeto para emplear la resolución de conflictos en el ámbito social, ya sea mediante acuerdos o agresiones. Gracias a esto se puede observar los mecanismos de afrontamiento que posee el sujeto cuando se le presenta alguna dificultad.

Para hacer frente al estrés, las habilidades sociales que se aplican son:

Formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo. (Pedraza et al, 2014, p.193)

Las acciones aquí presentes se basan en que las personas den a entender el mensaje que quieren transmitir, esto se logra por medio de un lenguaje claro y conciso. Así también, interviene la parte receptora del mensaje el cual debe responder de manera adecuada sin la utilización de palabras malsonantes. De esta manera la comunicación bidireccional tendrá éxito y se llegará a dar a conocer el mensaje que se quiere transmitir.

Por último, las habilidades de planificación son las formas de actuar de un sujeto ante una situación que le genera disconformidad o molestia, tales como: “tomar decisiones realistas de cómo se quiere realizar una tarea, determinar cuál de los numerosos problemas es el más importante, etc.” (Morales, Benítez, & Agustín, 2013, p.102). Es decir, permite conocer el grado de habilidades sociales que posee una persona.

Como se puede evidenciar, las distintas habilidades sociales que posee un individuo permiten una interacción amena de los mismos con las personas de su entorno. Por consiguiente, el que una persona carezca de habilidades sociales, más conocidas como HH SS, hace alusión a que presentan dificultades para comunicarse y relacionarse de manera asertiva con las personas de su entorno social. Por este motivo se relacionan estos problemas con la desadaptación en el ambiente escolar y en la interacción/rechazo por parte de compañeros. “La falta de HH SS nos llevan a experimentar con frecuencia emociones negativas, como la frustración o la ira, y a sentirnos rechazados, infravalorados o desatendidos por los demás” (Roca, 2014, p.12). Esto se produce por el constante ensayo y error al tratar de establecer una interacción con las personas en el ámbito social, sin éxito.

Mediante diversos estudios se corrobora que la persona con escasas habilidades sociales posee poca capacidad de adaptación a las situaciones y personas de su entorno.

En las adolescentes institucionalizadas se ve influida especialmente en la comunicación afectiva, expresión de sentimientos positivos y negativos, resolución de conflictos y negociación. Lo que afectará notablemente en estas adolescentes institucionalizadas en la reinserción al campo laboral por la falta de destrezas que se necesitan para la producción. (Garaigordobil & Peña, 2014, p.33)

Es decir, la falta de habilidades sociales también incide en altos niveles de ansiedad llegando a desencadenar fobia social si altera la calidad de vida de la persona por lo que evita todo contacto con el medio social.

Por otra parte, en un estudio realizado por Herrera (2015) sobre la influencia de Facebook en las habilidades sociales en 73 estudiantes universitarios de la Escuela Académico Profesional de Ciencias de la Comunicación de la Universidad Señor de Sipán con un tipo de investigación explicativa analítica, se detectó un nivel alto y medio de madurez cognitiva e influencia de Facebook en las habilidades sociales en los usuarios de la misma. Se analiza que los individuos que utilizan las redes sociales, en específico Facebook, como medio de comunicación no presentan bajos niveles de interacción interpersonal, sin embargo, vulneran su privacidad al exponer continuamente sus actividades diarias en su cuenta, lo que puede ocasionar problemas en los diversos aspectos de su vida cotidiana.

Es así que, en 1405 estudiantes universitarios de Lima, los investigadores Álvarez, Atalaya, Constantino, Cuzcano, Delgado, Ecurra y Rodríguez (2016) plantearon la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes. El informe de resultados recalca que la correlación establecida entre estas dos variables es negativa, esto hace referencia a que las personas con conductas adictivas hacia Facebook tienen dificultad en cuanto a las tareas realizadas en las primeras habilidades sociales.

Para evitar o disminuir los problemas referentes a la falta de Habilidades Sociales asertivas, se requiere la creación de un programa de prevención que se enfoque a evitar los conflictos en el aspecto social por medio de la implantación y reforzamiento de habilidades sociales positivas. En un ambiente escolar, se requiere de un trabajo lúdico con el cual, mediante dinámicas grupales, se cree un ambiente idóneo de cooperación y comunicación. Gómez (2015) creó un

plan de prevención de los conflictos que pueden ocurrir en los colegios con el objetivo de mejorar el clima escolar, entre estos se encuentra:

- Potenciar mediante dinámicas de grupo el desarrollo de las habilidades sociales, tales como la empatía y la asertividad.
- Potenciar mediante dinámicas de grupo el desarrollo de habilidades de grupo: turnos de palabra, cooperación, respeto, gestión de conflictos, toma de decisiones, creencias no compartidas.
- Favorecer habilidades de comunicación interpersonal tales como: establecer sintonía, practicar escucha activa, comunicación asertiva y tomar conciencia del uso del lenguaje, comunicación empática.
- Desarrollar habilidades para la prevención, el manejo y la gestión de los conflictos tales como: adoptar diferentes posiciones frente al conflicto, expresar los sentimientos propios de manera asertiva, reconocer las necesidades, los sentimientos, una comunicación no agresiva, habilidades para negociar y llegar a acuerdos.
- Desarrollar competencias emocionales habilidades relativas al conocimiento de uno mismo, como la responsabilidad de tomar decisiones, tomar conciencia de las emociones predominantes de uno mismo y el saber expresarlas, la autoimagen, la comunicación personal y la motivación. (p.22)

1.2.1. Abordaje Psicológico según el enfoque cognitivo conductual en casos de falta de Habilidades Sociales

Las técnicas de abordaje psicológico más utilizadas acorde al enfoque cognitivo conductual son: modelado, entrenamiento en habilidades sociales y ensayo conductual. La técnica del modelado, o también llamada aprendizaje social, afirma que: “revela cómo aprendemos, mantenemos y modificamos la conducta que podemos observar y modelar en distintos contextos de aprendizaje: familia, grupo de pares, medios de comunicación, etc.” (Alba, Aroca & Bellver, 2012, p.493). Es decir, el sujeto para poder instaurar una conducta, en este caso de asertividad social, requiere primero tener una persona de la cual pueda imitar la conducta deseada. Después se procede a la reproducción de dicha conducta esperando tener los mismos beneficios que le

otorga al otro sujeto. Por último, si esto le resulta el individuo se motiva para volver a reproducir la conducta que le genera satisfacción.

El entrenamiento en habilidades sociales es una técnica de intervención psicológica que ayuda al individuo, por medio del ensayo y error, a determinar los comportamientos apropiados en la interacción social con las personas de su entorno con el fin de interiorizar las conductas que le generen beneficios psicosociales (Díaz & Rojas, 2013, p.8). Consiste en enseñarle al paciente estrategias para una mayor competencia social y se instruye sobre cómo funciona la comunicación y el objetivo de esta, además de proporcionarle información sobre los estilos de comunicación (inhibido, asertivo y agresivo) con sus respectivas características y consecuencias en la interacción interpersonal, haciendo hincapié en que la comunicación asertiva es la idónea en las relaciones de ámbito social. Las pautas de esta técnica se basan en la descripción del problema, conocer lo que el paciente hace en la situación social, identificar sus conductas y pensamientos desadaptativos, así como también las necesidades implícitas en dicha situación, evaluar los objetivos para la respuesta del paciente, sugerir respuestas alternativas y por último el paciente debe demostrar estas pautas para consiguientemente ser aplicadas en aspectos de índole social.

Por último, en el ensayo conductual el sujeto debe practicar conductas asertivas para afrontar dificultades y así poder evaluarlas para posteriormente reforzarlas. Esta técnica “consiste en la ejecución de comportamientos apropiados y efectivos para enfrentar situaciones problemáticas, simulando, en el sitio de la intervención, una situación real. El sujeto recibe retroalimentación y refuerzo de parte del terapeuta” (Vera, Valenzuela & Octavio, 2005, p.125). Es así que, una vez aprendidas estas conductas debe aplicarlas a situaciones de la vida real.

1.3. Adicción a Facebook y Habilidades Sociales

Como consecuencia de la adicción, no sólo a las redes sociales sino también a la diversa gama de adicciones expuestas con anterioridad, se incrementa el índice de problemas familiares, arraigando problemas en este ambiente. La comunicación es: “Acto de comunicar en el que se intercambian o ponen en común informaciones, ideas, emociones o habilidades entre dos o más

personas por medio de palabras, símbolos, figuras, gráficos, etc.” (Sánchez, 2016, p.48). Es decir, es la manera en que dos o más personas comparten un mensaje, este proceso es característico del ser humano debido a que por medio del mismo interactúa con su medio y se resuelven necesidades que presentan las personas implicadas en el proceso. Por consiguiente, es esencial para la supervivencia y adaptación al ámbito social.

Estudios indican que la mayoría de adolescentes con una adicción a las redes sociales prefieren mantener una conversación por el medio virtual antes que la comunicación tradicional, además, “el abuso de las redes sociales puede provocar una pérdida de habilidades en el intercambio personal (la comunicación personal se aprende practicando), desembocar en una especie de analfabetismo relacional y facilitar la construcción de relaciones sociales ficticias” (Echeburúa, 2015). Esto quiere decir que, el uso desmesurado de las redes conlleva a que los jóvenes no adquieran la debida experiencia de su entorno para tener una interacción interpersonal asertiva. Aunque esto no solo afecta al ambiente relacional, sino también al bajo rendimiento académico.

La dependencia obsesiva a Facebook conlleva al deterioro que afecta en la calidad de vida por la práctica progresiva de la conducta adictiva. En cuanto a las habilidades sociales, en un estudio realizado por Jiménez y Pantoja (2007) se logró corroborar que:

En cuanto al Índice de Inhabilidad Social, el 50% de los sujetos adictos muestra mayor número de indicadores del índice, mostrándose superior en un 25% con respecto al grupo de no adictos, lo que sugiere que el grupo de adictos presenta mayor dificultad para manejarse con la complejidad de la vida cotidiana, junto a la dificultad en el manejo de los recursos internos pueden desencadenar problemas para dar respuestas a las demandas comunes de su entorno social, acarreando un déficit para todo lo relacional. (p.86)

Se confirma que los sujetos adictos a Internet presentan mayor incidencia a no poseer habilidades sociales lo cual les perjudicaba en el aspecto relacional y la manera de comunicación con las personas de su entorno social.

En la investigación de la adicción a Facebook relacionada con la falta de habilidades sociales de los autores Herrera, Pacheco, Palomar & Zavala, corroboran que estas conductas adictivas generan un deterioro en las habilidades sociales: “tales como la aserción, las relaciones entre

iguales, hablar en público y las relaciones familiares” (2010, p.16). Dicho estudio concluye que los factores antes mencionados eran más elevados en personas que presentan adicción a Facebook, ya sea leve o severa. Concluyendo que esta conducta adictiva repercute en la interacción de las mismas con su entorno social.

Es así, que a través de una pantalla no se puede evidenciar las habilidades sociales que posee un individuo, por lo que las personas dependientes de las redes sociales buscan este medio para lograr una relación social satisfactoria que en la vida real se les dificulta. Según Padilla y Ortega (2017) “el anonimato que ofrecen las redes sociales favorecería la construcción de una identidad ficticia para lograr compensar el estado emocional depresivo por el cual atravesaría el usuario” (p.51). En conclusión, los jóvenes recurren a las redes sociales en Internet para satisfacer los aspectos de su vida que en el mundo real no obtienen.

CAPITULO II: DISEÑO METODOLÓGICO

A continuación, se expondrán los detalles relacionados con el aspecto metodológico de la investigación, tales como el paradigma, modalidad y alcance del presente estudio científico. También se detallarán las técnicas, los instrumentos y herramientas empleadas en la recolección de información necesaria para la correlación de las variables adicción a Facebook y habilidades sociales. Se analizará a los participantes, población, muestra y muestreo que formaron parte del estudio por medio de los datos recabados en la ficha sociodemográfica (anexo 4). Por último, se determinará el tipo de procedimiento y método utilizado para esta investigación.

2.1. Paradigma, modalidad y alcance

La presente investigación científica tiene como objetivo principal conocer la relación entre los síntomas adictivos que provocan el constante uso de Facebook y su efecto sobre las habilidades sociales de los individuos. Para verificar dicho enunciado se requiere la realización de un estudio descriptivo, correlacional de corte transversal entre las variables expuestas en una muestra representativa de aproximadamente 150 estudiantes de la PUCE Ambato escogidos por medio del muestreo no probabilístico. A continuación, se expondrán detalladamente los aspectos teóricos y metodológicos que sustentan el estudio.

Referente a la investigación, es necesario determinar el significado de paradigma para determinar el modelo a seguir en la misma. Según Kuhn, mencionado por Ramos, “el paradigma sirve como una guía base para los profesionales dentro de su disciplina, ya que indica las diferentes problemáticas que se deben tratar y busca un marco referencial en el cual se aclaren las interrogantes mediante una epistemología adecuada” (2015, p.10). Es así que el paradigma permite a los miembros de la comunidad científica un modelo de investigación en el cual puedan basar su investigación referente a una determinada problemática de índole social.

Dicha investigación se va a basar en el método clínico aplicado a las ciencias sociales y de la salud. Referente al método utilizado, las autoras Deiana, Granados & Sardella (2018),

mencionan “se aplica, ante todo, observando y registrando fenómenos naturales que son evidentes” (p. 3). Es así, que este método consiste en observar en la población un fenómeno el cual será expuesto a análisis mediante técnicas como encuestas o tests con el fin de conocer y analizar sus causas y consecuencias.

El paradigma de investigación a usarse corresponde a un estudio no experimental, o también denominado descriptivo, el cual “busca caracterizar, exponer, describir, presentar o identificar aspectos propios de una determinada variable” (Arguedas, 2009, p.90). Es decir, mide el porcentaje de la muestra en la cual se presenta la sintomatología o características de interés de la investigación, determinando las diferencias y semejanzas de dicha población, además de conocer con qué frecuencia se presentan estos aspectos. Este modelo tiene como principal objetivo la descripción de características que poseen un determinado conjunto de individuos. En este caso, la población de interés corresponde a personas que presentan síntomas de adicción a la red social Facebook.

La metodología a utilizarse es de tipo cuantitativo, la cual es comúnmente utilizada, según Del Canto y Silva (2013), en la “indagación a través de elementos cognitivos y en datos numéricos extraídos de la realidad, procesados estadísticamente para probar teorías” (p.26). Es así que a través de la técnica de la encuesta se va a determinar si la muestra, personas adictas a Facebook, poseen o presentan deficiencia en las habilidades sociales. Mientras que el corte utilizado en la presente investigación es transversal, esto quiere decir que se dedica a medir a dicha población en un tiempo específico.

Por último, el alcance de la investigación se basa en la correlación, esta se define como: “Investigación sistémica de la naturaleza de relaciones o asociaciones entre las variables, en vez de las relaciones directas de causa y efecto” (Sousa, Driessnack & Costa, 2007, p.3). En esta investigación se deberá hallar la relación existente entre las variables adicción a Facebook y habilidades sociales. Se analizará mediante la aplicación de tests, para posteriormente analizar los datos estadísticos y comprobar o descartar la hipótesis planteada de la relación entre las variables antes expuestas.

2.2. Técnicas y herramientas

En la presente investigación se utilizó como herramienta primordial a los test utilizados para medir la adicción a Facebook y las habilidades sociales, esto se debe a que es la técnica por excelencia de recogida de datos exactos de manera práctica. Los autores Casas, Repullo y Donado (2003) señalan que esta es empleada generalmente por los estudios de diseño no experimental descriptiva, además, al ofrecer datos cuantificables de toda la población es común su uso en el método cuantitativo. Es ideal su aplicación para un estudio en donde la muestra poblacional consta de un número significativo de individuos sin que los datos recolectados varíen y afecten al fenómeno de investigación.

Entre los tipos de encuestas la utilizada es de tipo descriptiva la cual, según Kuznik, Hurtado y Espinal, trata de “describir con precisión –normalmente con porcentajes y promedios- las características del fenómeno observado; como consecuencia de dicha descripción, identificar y cuantificar con precisión la relevancia de cada uno de los aspectos estudiados en la etapa exploratoria” (2010, p.317). Es así que se puede obtener una información fiable sobre el fenómeno de estudio para así cuantificar los resultados de los test aplicados. A continuación, se procederá a exponer las características de las herramientas utilizadas para recabar los datos necesarios en la presente investigación por medio de los instrumentos utilizados para la evaluación de la adicción a Facebook y habilidades sociales en la población estudiantil de la PUCE-A.

Herramientas

La escala de adicción a Facebook de Bergen (BFAS) fue desarrollado por Cecilie Andreassen en el año 2012, esta se encarga de evaluar los criterios de conducta adictiva hacia Facebook en relación a las habilidades de interacción y porcentaje de uso en la vida cotidiana. Se desarrolló con el objetivo de medir la prevalencia de uso de la red social Facebook en estudiantes universitarios. Este instrumento consta de 18 ítems, por lo que es de corta duración, establecidos en una escala de Likert de cinco puntos, en donde 1 da un puntaje de “muy raramente” y 5 corresponde a “muy seguido”. Evalúa las características del comportamiento adictivo tales

como “relevancia, modificación del estado de ánimo, tolerancia, abstinencia, conflicto y recaída” (Restrepo, 2014, p.5). El tiempo promedio de aplicación de esta herramienta es de 15 a 20 minutos.

En cuanto a la escala BFAS realizada en esta investigación, con una población de 150 estudiantes universitarios matriculados legalmente en las carreras de pregrado que ofrece la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato, se necesita establecer el Alfa de Cronbach, lo que los autores Oviedo & Campo definen como: “Es un índice usado para medir la confiabilidad del tipo consistencia interna de una escala, es decir, para evaluar la magnitud en que los ítems de un instrumento están correlacionados” (2005, p.575). En conclusión, el alfa de Cronbach permite conocer si las preguntas o ítems utilizados en una herramienta de evaluación tienen correlación entre sí y establecen un diagnóstico fiable mediante la interpretación del mismo. A continuación, en la tabla 2.1., se expone el alfa de Cronbach de cada ítem perteneciente a la escala de adicción a Facebook de Bergen (BFAS).

Tabla 2.1.
Estadísticas de fiabilidad de los ítems en la escala BFAS

Alfa de Cronbach	N de elemento
.958	1
.956	2
.957	3
.958	4
.954	5
.954	6
.955	7
.954	8
.956	9
.955	10
.956	11
.955	12
.954	13
.955	14
.955	15
.955	16
.955	17
.954	18

Nota: 150 observaciones.

Fuente: *Elaboración propia.*

Los ítems expuestos de la escala BFAS presentan correlación entre sí, siendo óptimos para medir la adicción a Facebook de los individuos evaluados. Mientras que, en la tabla 2.2., se expone el nivel de fiabilidad de la escala de adicción a Facebook de Bergen medido en una muestra de 150 participantes.

Tabla 2.2.
Estadísticas de fiabilidad total en la escala BFAS

Alfa de Cronbach	N de elementos
.958	18

Nota: 150 observaciones.

Fuente: *Elaboración propia.*

Esto indica, según los datos estadísticos obtenidos a través del análisis de resultados, que el nivel de confiabilidad del test utilizado es 0.958, lo que refiere ser una herramienta con alto y satisfactorio nivel de fiabilidad. En el estudio realizada por Capa, Copez & Vallejos, el nivel de confianza de la escala BFAS es de 95%, con una consistencia interna de 0.847, correlación entre los ítems de 0.47 y error estándar de 1.68 (2018, p.181). Lo anterior expuesto señala que la escala utilizada es idónea para medir la adicción a Facebook en la presente investigación. Además, asegura que los 18 ítems utilizados son idóneos para conocer si un individuo posee o no adicción a Facebook. Con los resultados mencionados, se puede destacar que su aplicación puede ser utilizada en el contexto de la población ecuatoriana.

Tabla 2.3.
Estadísticas de la escala BFAS

Media	Varianza	Desviación estándar	N de elementos
35.34	231.300	15.209	18

Nota: 150 observaciones.

Fuente: *Elaboración propia.*

En la tabla 2.3., se puede observar que, en el presente estudio realizado con una muestra poblacional de 150 estudiantes universitarios, la media en el que los ítems en la herramienta han sido suprimidos para su debida correlación con el principal objetivo de la escala de adicción a Facebook de Bergen se encuentra entre el 35.34%, con una varianza de 231.300 y una desviación

estándar de 15.209. Estos datos estadísticos obtenidos se corroboran con la investigación realizada por Capa et. al., en donde refieren: “La mayoría de los ítems evidenciaron valores aceptables de asimetría y curtosis. Así mismo los índices de discriminación obtenidos en la escala BFAS fueron aceptables” (2018, p.179). Estos datos corroboran lo mencionado en el análisis de la confiabilidad de la herramienta y verifican que las 18 preguntas utilizadas cumplen el objetivo de diagnosticar dicha patología.

El método utilizado en esta escala facilita la calificación e interpretación de los resultados obtenidos siendo agrupadas las respuestas en rangos de tres grupos de usuarios: Normal (0-30), posible adicción (31-42) y adicción (mayor a 43). Para la validación del test, Andreassen realizó la aplicación del mismo en un total de 423 estudiantes de la Universidad de Bergen, Colegio Bergen y la Real Academia Naval Noruega durante el año 2011. Para establecer su confiabilidad, se realizó una prueba piloto, test y re-test en la cual se estableció un coeficiente de alpha de 0.83 (Andreassen, 2012, p.504). Estos datos expuestos demuestran que es instrumento es confiable y cumple con los requisitos necesarios para determinar los rangos de adicción en un individuo.

El siguiente instrumento utilizado en el proyecto de investigación científica fue la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (anexo 6) realizado en el año de 1989, consta de 50 ítems distribuidos en ocho áreas tales como las habilidades sociales básicas, avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, para hacer frente al estrés y de planificación. Su respectivo tiempo de aplicación es de 20 minutos y puede realizarse de manera individual o colectiva. Su principal objetivo es registrar las deficiencias de los individuos evaluados en los grupos antes mencionados.

Las respuestas del instrumento son medidas a través de la escala Likert en donde 1 equivale a que nunca utiliza bien la habilidad determinada y 5 refiere que siempre la usa de manera correcta. Según Bravo, Gonzales, Pérez, Portocarrero & Ticlla, en cuanto a la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein: “El coeficiente alfa de Crombach presenta un valor de 0.887 (LC 95%) y Spearman Brown 0.883 (I.C 95%), los cuales confirman con los otros coeficientes” (2015, p.66). Es decir, los resultados obtenidos indican que los ítems utilizados

para medir las distintas áreas de las habilidades sociales son correlacionales, lo que señala que la herramienta en cuestión es útil para medir dicha variable.

La lista de chequeo de habilidades sociales del autor Goldstein obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0.887, lo que indica que es un instrumento de alta confiabilidad (1989). A continuación, en la tabla 2.4., se procede a comparar estos datos con los resultados obtenidos al medir el alfa de Cronbach en una población de 150 estudiantes universitarios del cantón Ambato.

Tabla 2.4.

Estadísticas de fiabilidad de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein

Alfa de Cronbach	N de elementos
.965	50

Nota: 150 Observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto al nivel de confiabilidad obtenido, el resultado del análisis de las propiedades psicométricas de dicho test comprueba que su fiabilidad es altamente significativa con un 0.965, esta cifra obtenida coincide con la autora Daza referente a su investigación sobre la adaptación de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein en Ecuador, donde señala que el análisis de confiabilidad del estudio dio como resultado un valor correspondiente a 0.95 de alfa de Cronbach (2017, p.65). Lo anteriormente mencionado indica que los ítems de la herramienta utilizada tienen una alta correlación entre ellos y permite establecer en que área específica de las habilidades sociales un individuo presenta falencias.

Tabla 2.5.

Estadísticas de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein

Media	Varianza	Desviación estándar	N de elementos
181.65	802.980	28.337	50

Nota: 150 Observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

Mientras que, en la tabla 2.5., la media de los ítems en la herramienta utilizada para medir las habilidades sociales que poseen los 150 encuestados de la PUCE-A es de 181.65, siendo la varianza de 802.980 y la desviación estándar de 28.337. Los datos obtenidos en este estudio se

asemejan a los resultados de la autora García en el cual se determinaron distintos puntajes según la universidad de procedencia de los encuestados, siendo la media de entre 195.68 a 190.11, con una desviación de 20.039 a 19.890 (2005, p.65). Esto indica que, aunque existen datos ligeramente superiores entre distintas muestras, la estadística confirma que las preguntas utilizadas en este cuestionario son las necesarias para conocer en qué área un individuo se desenvuelve mejor y cual debería fortalecer.

2.3. Población, muestra y muestreo y características sociodemográficas

El procedimiento que se utilizó en la investigación para la recolección de datos es el consentimiento informado (anexo 3), el cual tiene el objetivo de proporcionar información a los participantes del estudio sobre los objetivos, alcance, herramientas y tiempo de aplicación de los test en la investigación (Cañete, Guilhem & Brito, 2012, p.122). Se encarga de indicar los derechos del evaluado, tales como la confidencialidad de lo manifestado y el recibir información de las preguntas administradas cuando lo considere necesario. Se manifiesta de manera escrita a las personas implicadas en el proyecto que los datos proporcionados no comprometen su integridad y permiten el análisis de las variables en la investigación con el objetivo de responder la hipótesis planteada.

Además, se utilizó la ficha sociodemográfica, la misma que se encarga de recolectar los datos personales de los participantes de manera individual, entre estos la edad, sexo, ciudad, sector domiciliario, estado civil y soporte económico. Este procedimiento se utiliza para “responder al conjunto de rasgos particulares y del contexto familiar y económico que caracteriza al grupo social que pertenecen los/as estudiantes” (Moreira, 2007, p.150). En cuanto a los datos recopilados sobre el ámbito académico intervienen la carrera y semestre en el que se encontraban cursando los estudiantes universitarios de la PUCE-A en el momento de la aplicación de los instrumentos psicológicos, reprobación de materia y rendimiento académico.

En la ficha sociodemográfica se recoge información sobre la situación familiar, social y de pareja, como, por ejemplo, socio economía y estructura familiar, límites de los padres en el hogar, conexiones cercanas con personas del entorno, reuniones sociales y su frecuencia de

participación, pertenencia a un grupo social y nivel de satisfacción en la relación sentimental. Gracias a este documento se puede realizar el análisis sociodemográfico de las características de la población encuestada.

La población está conformada por una amplia variedad de cosas, individuos o animales que pueden ser sujetos a análisis, estos pueden ser registros, videos, nacimientos o chimpancés en condiciones de cautiverio. Según López, la población hace referencia a: “El conjunto de personas u objetos de los que se desea conocer algo en una investigación” (2004, p.69). La población que conforma la presente investigación son los estudiantes universitarios, tanto mujeres como hombres que se encuentran actualmente cursando los niveles de pregrado de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador - Ambato. Los participantes encuestados no van a ser diferenciados por su sexo, edad, estado civil, sector de domicilio, nivel socioeconómico, carrera y semestre en el que se encuentra cursando actualmente, simplemente se requiere como condición que la persona en cuestión posea una cuenta en la red social Facebook, posea conductas adictivas a la misma y esté matriculado legalmente en pregrado del periodo académico Septiembre 2018 - Enero 2019. El número total de estudiantes, según la secretaría general de la PUCE-A (anexo 2), que cumple con los requisitos antes mencionados bordean los 947 casos.

Los parámetros para escoger el tamaño de la muestra se desarrollan considerando un margen de error del 5% con un nivel de confianza del 95%. Es así que, la Contraloría General de la República de Chile (2012) indica: “se establece que, a mayor valor del tamaño de intervalo, mayor es el tamaño de la muestra, tanto para distribuciones Poisson como Normal” (p.8). Es decir, para la realización de la presente investigación se requiere de una muestra representativa de casos en los cuales se presume que poseen ciertos rasgos del fenómeno de adicción a Facebook, del que se obtiene un tamaño de la muestra de 274 estudiantes. Sin embargo, dadas las condiciones de factibilidad del estudio, el esfuerzo requerido con el tamaño muestral antes mencionado agotaría los recursos que con los que se disponen, por lo que se requiere trabajar con un número de casos más reducido, es así que se ha escogido una muestra de 150 casos.

La selección de participantes de la investigación se la realizará mediante el tipo de muestreo no probabilístico, según el cual Manterola & Otzen (2017), expresa que en este tipo de estudio “la selección de los sujetos a estudio dependerá de ciertas características, criterios, etc. que él (los) investigador (es) considere (n) en ese momento...” (p. 228). Es decir que, se elegirá a la muestra a analizar con los requisitos que radican en que los participantes del estudio deben ser estudiantes de la PUCE Ambato y deben presentar sintomatología relacionada a los fenómenos de investigación, adicción a Facebook y habilidades sociales. Además, toda la población de estudio no tiene la misma posibilidad de ser encuestada.

Características de la muestra

A continuación, en tabla 2.6., se expondrán los resultados obtenidos en el análisis de las preguntas realizadas en la ficha sociodemográfica relacionadas a las variables de estudio que se encargan de describir las características relevantes y de interés en la investigación sobre las personas encuestadas. Se identifica la distribución de las personas encuestadas en cuestión del ámbito personal, tales como: edad, sexo, ciudad de origen, sector de residencia y dependencia económica.

Tabla 2.6.
Identificación de las Características de la Población

Variab les	Frec.	%
Edad		
17	2	1,3%
18	11	7,3%
19	29	19,3%
20	21	14%
21	29	19,3%
22	23	15,3%
23	17	11,3%
24	9	6%
25	4	2,7%
26	1	0,7%
27	1	0,7%
28	3	2%
Sexo		
Masculino	66	44%

Femenino	84	56%
Ciudad de origen		
Ambato	130	86,7%
San Cristóbal de Patate	1	0,7%
Santiago de Pillaro	5	3,3%
Pujilí	1	0,7%
Baños de Agua Santa	2	0,7%
San Miguel de Salcedo	1	0,7%
Latacunga	2	1,3%
Riobamba	2	1,3%
San Miguel de Tisaleo	1	0,7%
San Vicente	5	3,3%
Sector de residencia		
Rural	28	18,7%
Urbano	122	81,3%
Estado civil		
Soltero	137	91,3%
Casado	9	6,0%
Conviviente	3	2,0%
Divorciado	1	0,7%
Económicamente		
Independiente	20	13,3%
Dependiente	130	86,7%

Nota: 150 observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la variable edad, se establece una mayor prevalencia en las edades de 19 y 21 años, teniendo un porcentaje correspondiente de 19,3%. En el estudio realizado por Reascos y Vásquez sobre la adicción a Facebook en estudiantes de medicina de la PUCE las estadísticas recopiladas en relación al género de los encuestados concluyen que: “De 271 estudiantes el 54.9% fueron mujeres y el 45.1% fueron hombres. El rango de edad estuvo entre 17 y 30 años, con una media de 20.64 años” (2014, p.9). Esto se debe a que la edad promedio de las personas que se encuentran cursando los primeros años de carrera en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador se establece entre los 20 años.

En relación al sexo, se establece una mayor cantidad de participantes del género femenino, con 84 números de casos y un porcentaje de 56%, mientras que los hombres tienen un número de encuestado total de 66, siendo 44% de la muestra poblacional. El estado civil del 91,3% de los participantes son solteros. Este resultado se asemeja a la investigación de Herrera, Pacheco,

Palomar y Zavala en estudiantes de Licenciatura de la Universidad Iberoamericana campus Santa Fe: “En el momento de aplicárseles los instrumentos, 98.4% de ellos eran solteros; 38.1% no tenía pareja, mientras que el resto sí la tenía... En cuanto al sexo, 60.3% pertenecía al género femenino y 39.7% al masculino” (2010, p.12). Entre las ciudades de origen, la que más destaca entre el conglomerado expuesto es Ambato, con 130 habitantes de un total de 150 encuestados. En cuanto al sector de residencia, 122 personas residen en un ambiente urbano con un porcentaje de 81,3%. Por último, la población inmiscuida en la presente investigación tiene predominancia en la dependencia económica, con un porcentaje de 86,7% (Ver gráfico 2.6.).

En cuanto a la tabla 2.7., al ámbito académico, se encuentran variables relacionadas con la carrera, semestre, reprobación de materias y rendimiento académico correspondientes a los participantes del estudio.

Tabla 1.7.
Identificación de las características de la población

Variables	Frec.	%
Carrera		
Contabilidad y Auditoría	22	14,7%
Administración de empresas	22	14,7%
Diseño de productos	22	14,7%
Jurisprudencia	22	14,7%
Psicología	29	14,7%
Tecnologías de la Información	19	12,7%
Sistemas	21	14%
Semestre		
Primer semestre	28	18,7%
Segundo semestre	3	2%
Tercer semestre	36	34%
Cuarto semestre	8	5,3%
Quinto semestre	24	16%
Sexto semestre	26	17,3%
Séptimo semestre	4	2,7%
Octavo semestre	21	14,0%
Reprobación de materias		
Sí	51	34,7%
No	98	65,3%
Rendimiento académico		
Sobresaliente	12	8%
Muy bueno	46	30,7%

Bueno	77	51,3%
Regular	13	8,7%
Deficiente	2	1,3%

Nota: 150 observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a las personas encuestadas en las carreras pertenecientes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato, tecnologías de la información y sistemas posee un número de participantes reducido, esto se debe a que estas carreras no cuentan con el total de personas requeridas para la investigación. Sin embargo, con el objetivo de cumplir con el número de población determinada en la planificación del proyecto de investigación, se recogieron datos de participantes pertenecientes a carreras con mayor número de estudiantes inscritos en pregrado.

En el ámbito familiar expuesto en la tabla 2.8., se diferencian variables tales como situación socioeconómica, estructura familiar y límites impuestos en el hogar.

Tabla 2.8.
Identificación de las características de la población

Variables	Frec.	%
Nivel socioeconómico familiar		
Regular	44	49,3%
Bueno	93	62%
Muy bueno	13	8,7%
Estructura familiar		
Nuclear	99	66%
Monoparental	6	4%
De padres separados	29	19,3%
Compuesta	8	5,3%
Homoparental	1	0,07%
Extensa	7	4,7%
Límites en el hogar		
Límites rígidos	39	26%
Límites flexibles	98	65,3%
Límites difusos	13	8,7%

Nota: 150 participantes.

Fuente: Elaboración propia.

Se recolectaron los datos antes expuestos con el objetivo de conocer la relación de tales factores con la adicción a Facebook, debido a que, como lo menciona Reascos y Vásconez:

Asimismo, se han podido identificar cuáles son los factores psicosociales de riesgo que llevan al uso anormal de la red, logrando destacar entre ellos la vulnerabilidad psicológica (depresión o estrés) rasgos interpersonales como impulsividad, bajo autocontrol, baja autoestima, contexto sociodemográfico alterado, donde destaca una pobre estructura o dominio familiar y habilidades sociales, como capacidad de comunicación y el rendimiento escolar mermados (2014, p.19)

Como se puede evidenciar, en cuanto a la situación socioeconómica de los estudiantes de la PUCE-A, un 62% posee un nivel monetario bueno, mientras que un 49,3% de la población se encuentra en un rango regular. En cuanto a la estructura familiar, la que más prevalece es la nuclear, con un porcentaje del 66%, sin embargo, las personas que poseen padres separados reúnen un total de 19,3%. Para un 65,3%, los límites establecidos en el ambiente familiar suelen ser flexibles, lo que representa la educación permisiva por parte de los representantes.

Por último, en el ámbito social referenciado en la tabla 2.9., se observan aspectos referentes a las conexiones cercanas, reuniones sociales y frecuencia de las mismas, participación en un grupo y relación sentimental de los encuestados.

Tabla 2.9.
Identificación de las características de la población

Variables	Frec.	%
Conexiones cercanas		
Sí	140	93,3%
No	10	6,7%
Reuniones sociales		
1 vez por semana	107	71,3%
2 veces por semana	18	12%
3 veces por semana	15	10%
4 veces por semana	4	2,7%
5 veces por semana	5	2,0%
6 veces por semana	1	0,7%
7 veces por semana	2	1,3%
Participación en un grupo social		
Sí	54	36%
No	96	64%
Pareja		
Sí	66	44%
No	84	56%

Tipo de relación en la pareja		
No posee relación sentimental	86	57,3%
Muy buena	27	18%
Buena	33	22%
Regular	4	2,7%

Nota: 150 observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

Se analizan los datos expuestos debido a que, según Echeberúa y Corral, citados por Araujo:

...un sujeto con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil y con unas relaciones sociales pobres corre un gran riesgo de hacerse adicto si cuenta con un hábito de recompensas inmediatas, tiene el objeto de la adicción a mano, se siente presionado por el grupo y está sometido a circunstancias de estrés... o de vacío existencial. (2016, p.50).

Es así que, las personas que no poseen un ambiente social y familiar gratificante tienen más probabilidad de ser adicto a las redes sociales. En la información recopilada, se puede concluir que un 93,3% de participantes poseen conexiones cercanas en su ambiente social con las cuales comparte relaciones de amistad y compañerismo. Mientras que un 6,7% refiere no poseer personas en su entorno con las cuales mantenga una relación próxima. En cuanto a la frecuencia de las reuniones sociales, un 71,3% refiere que se establecen una vez por semana, a su vez, un 12% y 10% se reúne con amistades de 2 a 3 veces semanales. Un 64% refiere que su participación en un grupo social no es activa. En el área sentimental, un 56% manifiesta que no posee pareja, aunque este dato posee un porcentaje mayor, no dista del 44% de personas que poseen una relación amorosa. Es así que el 18% y 22% de individuos involucrados en la relación de pareja adjudican que la misma es muy buena o buena. Lo que difiere del 2,7% que refiere la relación como regular.

2.4. Procedimiento metodológico

La presente investigación corresponde a un estudio de carácter descriptivo y correlacional de tipo cuantitativo de poblaciones con muestra no probabilística y de corte transversal. El principal objetivo del estudio es conocer la posible relación de la adicción a Facebook y habilidades sociales mediante la aplicación de reactivos en una muestra de 150 estudiantes pertenecientes a

la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato. Esta investigación utiliza el método general el cual es un método científico aplicado a las ciencias sociales y de la salud.

El método científico utilizado en la presente investigación fue el clínico aplicado a las ciencias sociales y la salud, según las autoras Deiana, Granados & Sardella (2018), mencionan “el método científico se aplica, ante todo, observando y registrando fenómenos naturales que son evidentes” (p. 3). Este método consiste en observar en la población un fenómeno el cual será expuesto a análisis mediante técnicas tales como experimentos o tests. Mientras que el método específico hace referencia a la metodología correlacional de ciencias sociales, psicología y de la salud. Tiene como objetivo conocer la relación entre la variable A, adicción a Facebook; con la variable B, habilidades sociales. Se analizará mediante la aplicación de tests, para posteriormente analizar los datos estadísticos sustentándose en la comprobación o refutación de la hipótesis. Para esta investigación se utilizará el siguiente procedimiento metodológico, explicado a través de once pasos los cuales serán detallados a continuación.

La fundamentación teórica de las variables de estudio se sustentó en varias fuentes de información académica y de carácter científico sobre el tema de la investigación referente a adicción a Facebook y habilidades sociales. Los principales recursos utilizados constan de libros, artículos de revistas y páginas web de autores y origen académico. Para sustentar adecuadamente cada variable, se recurre a su definición etimológica y teórica. En la variable de adicción a Facebook, se determinan las causas físicas, psicológicas, genéticas y ambientales de la conducta adictiva, las cuales de acuerdo a Gavilanes:

Un individuo con una personalidad vulnerable y con una débil cohesión familiar (desapego, conflicto, etc.) presenta un alto riesgo de convertirse en adicto si, además, está habituado a las recompensas inmediatas, existe disponibilidad del objeto de su adicción, se encuentra presionado por el grupo, está expuesto a estresores (fracaso escolar, frustraciones afectivas, etc.) o muestra vacío existencial (inactividad, aislamiento social falta de objetivos, etc.). (2015, p.15)

En este punto se evidencia que las conductas adictivas funcionan como vía de escape a la realidad que le presenta dificultades, siendo las presiones del ambiente lo que suscita que un individuo genere este comportamiento.

Así mismo, se especifican los criterios diagnósticos de esta patología, además de una breve descripción de la adicción a Internet y a Facebook con el objetivo de conocer las consecuencias de este comportamiento adictivo en las personas que lo poseen, siendo la característica relevante la disminución de las habilidades en la interacción social. Se ofrecen alternativas de prevención para la adicción a Facebook y las redes sociales en general y, por último, se indaga en técnicas para un correcto abordaje psicológico de conductas adictivas basadas en técnicas cognitivo conductuales.

En cuanto a la variable de habilidades sociales, se utiliza la clasificación del autor Goldstein las cuales constan de: primeras habilidades sociales, HH SS avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. Evidenciando que cada una posee características diferentes las cuales sirven para poder contrastarlas con los resultados de las herramientas psicológicas aplicadas a los participantes del estudio. Se analiza la consecuencia de la falta de estas habilidades interpersonales con el fin de correlacionarlas con la sintomatología presente en la adicción a Facebook. Así mismo, se ofrecen alternativas de prevención en caso de escases en las habilidades sociales asertivas con énfasis en el abordaje psicológico con enfoque cognitivo conductual. Por último, se identifican las características correlacionales de las dos variables con una breve explicación de sus consecuencias.

La formulación de la hipótesis se realiza a partir de la observación directa de determinadas características en individuos que dedican mucho tiempo en la red social Facebook; además aparece representado por la necesidad de los mismo de mantener una interacción con las personas de su entorno social únicamente a través Facebook, lo que repercute en los sentimientos de inadecuación y falta de competencia social. Por lo cual, la pregunta de estudio hace referencia a: La Adicción a Facebook se relaciona con las habilidades sociales en estudiantes universitarios del cantón Ambato.

La identificación de la población y selección de la muestra de participantes en el proyecto de investigación se realiza por medio del análisis y observación sobre la sintomatología presente

en personas que poseen adicción a Facebook en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato. Una vez realizada la gestión de los permisos para realizar las encuestas en dicha institución, se procedió a recabar información estadística sobre el número de estudiantes inscritos a nivel de pregrado, los cuales resulta ser una población que bordea los 1172 casos. Se obtiene un tamaño de muestra de 150 estudiantes con los cuales es factible realizar dicha investigación.

Se procede a la socialización del proyecto, la realización de la ficha sociodemográfica y la consiguiente revisión de los test a utilizar para la correlación de las variables antes expuestas. Se obtiene la autorización de las autoridades pertinentes para realizar las evaluaciones correspondientes en determinadas aulas de cada carrera que posee la PUCE-A. Por último, Se presenta el consentimiento informado, la ficha sociodemográfica, la escala de adicción a Facebook y la lista de chequeo de evaluación de habilidades sociales a los participantes del estudio.

Para la depuración de la información y tabulación de datos se utiliza el programa SPSS para la codificación de los datos otorgados por los participantes en la ficha sociodemográfica y las herramientas utilizadas. Una vez realizado este procedimiento, se procede al análisis de la información recabada otorgando de esta manera los resultados de la investigación. Además, se correlacionan los datos obtenidos de cada variable de estudio y se determina si existe una correlación entre las variables adicción a Facebook y habilidades sociales, al mismo tiempo que se empata lo analizado con la teoría. Con los resultados obtenidos se formulan las conclusiones, limitaciones y recomendaciones del presente estudio. Por último, se procede a la elaboración de informe final con los datos obtenidos.

CAPITULO III: ANALISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Ese capítulo del proyecto de investigación pertenece al análisis de las variables de estudio para conocer si están presentando la relación entre sí. Se va a proceder a presentar las evaluaciones psicológicas aplicadas por medio del análisis descriptivo de las mismas, las cuales poseen alto nivel de confiabilidad. Este estudio posee el fin de determinar si los participantes poseen adicción a Facebook y su incidencia en las distintas áreas de las habilidades sociales clasificadas según Goldstein. A continuación, se va a realizar el análisis descriptivo de los resultados obtenidos en la aplicación de los reactivos psicológicos que fueron utilizados con el objetivo de determinar la existencia de la adicción a Facebook. La escala de adicción a Facebook de Bergen permite evaluar, mediante la escala de Likert, la sintomatología y conducta adictiva que presentan los individuos que poseen esta patología.

Análisis descriptivo de las herramientas psicológicas

3.1. Escala de Adicción a Facebook de Bergen

En la tabla 3.1., se procede al análisis de los participantes encuestados a través de la media poblacional en relación a los puntajes obtenidos en los test aplicados, el cual se va a realizar por medio de la prueba T de student para identificar la existencia de relación estadísticamente significativa entre el sexo tanto masculino como femenino de los encuestados.

Tabla 3.1.
Análisis descriptivo del BFAS acorde al sexo de los encuestados

Variable	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Adicción a Facebook	Masculino	66	38.23	15.971	1.966
	Femenino	84	33.07	14.270	1.557

Nota: 150 Observaciones.

Fuente: Elaboración propia.

Referente al análisis sobre la variable adicción a Facebook evaluado a través de la escala de adicción a Facebook de Bergen (BFAS), en relación al género masculino se puede evidenciar que fueron encuestados en una menor cantidad, con 66 participantes, sin embargo, presentan

una media de adicción igual a las féminas, correspondiente a 38.23 lo que refiere una posible adicción a esta red social. Mientras que el género femenino cuenta con 84 encuestadas de las cuales se produce una media de 33.07, que significa una posible adicción a Facebook. Este dato es significativo, debido a que los autores Reascos y Vásconez recalcan en su proyecto de investigación que el total de participantes con adicción a Facebook de su estudio era de 5,3%, siendo el 6,2% de mujeres adictas, mientras que el total de hombres recaía en un 4.2% (2014, p. 97). Es así que, aunque varía el número de participantes mujeres u hombres incluidos en la muestra, el promedio de adicción a Facebook es similar, sin embargo, el total de mujeres que poseen esta adicción es mayor, es así que ambos poseen características y sintomatología que refiere una posible adicción. De igual modo, la desviación estándar no presenta una variación significativa, siendo la del género masculino 15.971 y la del femenino 14.270. Por último, la media de error estándar de 1.966 en los hombres y 1.557 en las mujeres.

3.2. Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

En relación al análisis descriptivo de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein se puede constatar en la tabla 3.2., la media y desviación estándar de las habilidades sociales globales y las categorías de las mismas tanto en hombres como mujeres de la muestra en la PUCE-A.

Tabla 3.2.
Análisis descriptivo de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales

Variable	Género	N	M	DT	ME
Habilidades sociales	Masculino	66	179.32	28.320	3.486
	Femenino	84	183.49	28.384	3.097
Primeras HH SS	Masculino	66	28.53	4.740	.583
	Femenino	84	29.49	5.290	.577
HH SS avanzadas	Masculino	66	21.09	3.921	.483
	Femenino	84	21.45	3.992	.436
HH SS relacionadas con los sentimientos	Masculino	66	24.14	4.739	.583
	Femenino	84	24.64	5.098	.556
Alternativas a la agresión	Masculino	66	33.08	5.773	.711
	Femenino	84	33.92	5.860	.639
HH SS frente al Estrés	Masculino	66	42.67	7.401	.911
	Femenino	84	43.51	7.335	.800
HH SS de planificación	Masculino	66	29.82	5.667	.698

	Femenino	84	30.48	5.304	.579
--	----------	----	-------	-------	------

Nota: 150 Observaciones; M: media aritmética, DT: desviación estándar; ME: Error de la media.

Fuente: Elaboración propia.

Se puede evidenciar que, en cuanto a las habilidades sociales, la media de la población masculina presenta 179.32, mientras que las mujeres refieren un mayor nivel de habilidades sociales en la interacción interpersonal con un valor de 183.49, aunque no sea estadísticamente significativo, se relaciona con el nivel de adicción a Facebook. En cuanto a las sub-escalas de las habilidades sociales, el resultado obtenido en esta investigación también fue destacado por la autora Llamas, donde menciona que: “No se hallaron diferencias significativas entre varones y mujeres en habilidades sociales básicas..., ni en habilidades sociales avanzadas... ni tampoco en habilidades sociales relacionadas con los sentimientos” (p.10). Aunque este estudio fue realizado en estudiantes de primaria, se puede evidenciar que entre ambos sexos no existen diferencias destacables en cuanto al manejo de las habilidades sociales. En cuanto a las áreas de la escala, se puede observar que existe correlación entre sí, por ende, se comprueba la fiabilidad del test para medir la deficiencia de las diversas habilidades sociales.

3.3. Análisis de la correlación de las variables adicción a Facebook y habilidades sociales

El test denominado BFAS fue utilizado en varias investigaciones científicas, siendo la fundamental el estudio realizado por La Torre y Vilchez (2014) las cuales tradujeron, junto a un bilingüe, la escala antes mencionada. La utilizaron en su estudio con el objetivo de identificar el nivel de adicción a Facebook y su correlación con el apego inseguro con los padres en estudiantes matriculados en centros pre-universitarios de la ciudad Arequipa en Perú que se encontraban en la etapa culmine de la adolescencia (p.37). Los resultados de la investigación concluyeron que la adicción a Facebook disminuye de acuerdo a la edad de los evaluados, no existiendo diferencia estadísticamente significativa de género en la conducta adictiva. Se determina que el apego inseguro incrementa el nivel e incidencia de adicción a Facebook en las personas cursando por la etapa final de la adolescencia. A continuación, se expondrá la relación existente entre las variables de estudio.

Tabla 3.3.**Análisis correlacional de las variables adicción a Facebook y habilidades sociales**

Factores	1	2	3	4	5	6	7	8
Adicción	1	-.034	.021	.008	.042	-.122	.015	-.128
HH SS		1	.868**	.820**	.837**	.881**	.919**	.859**
Primeras HH SS			1	.735**	.743**	.678**	.724**	.678**
HH SS avanzadas				1	.686**	.679**	.681**	.590**
HH SS relacionadas con Sentimientos					1	.639**	.733**	.587**
HH SS alternativas a la agresión						1	.769**	.776**
HH SS frente al estrés							1	.779**
HH SS de planificación								1

Nota: 150 Observaciones, $<p=0,01$

Fuente: Elaboración propia.

En referencia a la tabla expuesta, se evidencia que no existe una correlación estadísticamente significativa entre las variables adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes universitarios de la PUCE-A, siendo su valor negativo de -0.34. El dato expuesto se refuta con la investigación de Mejía, Paz y Quinteros (2018):

Se observa que existe una correlación inversa altamente significativa entre la adicción a Facebook y las siguientes dimensiones: 1. Autoexpresión en situaciones sociales. 2. Defensa de los propios derechos como consumidor. 3. Expresión de enfado o disconformidad, 4. Decir no. Además, se encontró una correlación inversa significativa entre la adicción a Facebook y la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Por otro lado, no se halló ninguna correlación entre la adicción a Facebook y la dimensión de hacer peticiones. (p.12)

En la presente investigación se analizó que la adicción a Facebook no mantiene una influencia negativa en las habilidades sociales alternativas a la agresión, de planificación, habilidades sociales primarias, avanzadas, relacionadas con los sentimientos y frente al estrés. Esto puede deberse a que se analizó una red social que se encuentra actualmente casi en desuso debido al surgimiento de otras redes que pueden ser más entretenidas para el público actual, por lo que se recomienda en futuras investigaciones el análisis de la adicción al Internet como ente global. En cuanto a la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, se evidencia que posee relación con cada una de las áreas que la componen, lo que indica que posee alta confiabilidad con respecto a lo que evalúa la herramienta.



Gráfico 3.1. *Análisis descriptivo del BFAS de acuerdo a las carreras de la PUCE-A*

Al analizar la adicción a Facebook en relación a las carreras pertenecientes a la PUCE-A, se constata que, en cuanto a la carrera de contabilidad y auditoría existe un rango mayor con respecto a las demás, con un total de 46.23 puntos, lo que indica que los estudiantes encuestados en su mayoría poseen adicción a esta red social. Mientras que, en las demás carreras este resultado se mantiene en el rango de una posible adicción, sin embargo, los estudiantes de tecnologías de la información se encuentran en el rango de normalidad con respecto al uso adecuado de Facebook. De acuerdo a la investigación realizada por Mejía, Paz y Quinteros “Se observa que los estudiantes de la Facultad de Ciencias Empresariales poseen, en su mayoría, un uso moderado de Facebook (30.6%), sin embargo, es también donde se presenta un mayor índice de jóvenes adictos a Facebook (5.4%)” (2018, p.11). Es así que, según el análisis comparativo de las carreras encuestadas ofrecidas por la PUCE-A, contabilidad y auditoría es la que posee un porcentaje mayor de individuos con adicción a Facebook. Mientras que, la carrera de administración de empresas, encasillada en las ciencias empresariales, posee un nivel moderado en su uso de la red social especificada, por lo que, se constata que las personas que se encuentran cursando dichas carreras tienen un índice mayor de poseer conductas adictivas hacia Facebook.

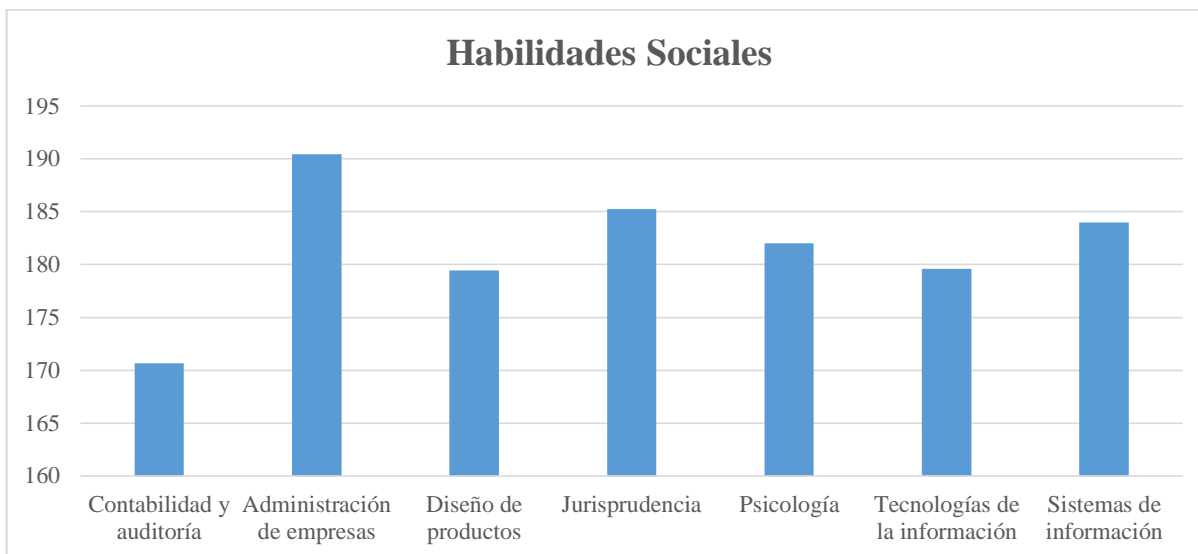


Gráfico 3.2. *Análisis descriptivo de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales en relación a las carreras de la PUCE-A*

El gráfico 3.2., expone que todas las carreras encuestadas poseen un buen nivel de habilidades sociales, siendo el valor más elevado el de la carrera de administración de empresas, mientras que el menor puntaje es de contabilidad y auditoría conjunto a diseño de productos y tecnologías de la información. Este dato se puede corroborar parcialmente por medio del estudio realizado por Mejía, Paz y Quinteros en estudiantes de las facultades de Ingeniería/arquitectura y ciencias empresariales en donde se evidencia que: “Los jóvenes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura son los que presentan un nivel más bajo de habilidades sociales (20.7%)” (2014, p.11). La carrera de diseño de productos corresponde a esta categoría, por lo que los análisis coinciden en su índice con respecto a las demás carreras expuestas. Sin embargo, se necesita analizar en estudios posteriores las facultades que albergan a las carreras expuestas en la presente investigación para conocer las diferencias estadísticas de habilidades sociales en los individuos que las cursan.

A continuación, se analiza detalladamente las diferencias entre las demás carreras que puntúan una posible adicción a Facebook y las diversas categorías pertenecientes a las habilidades sociales expuestas por Goldberg.

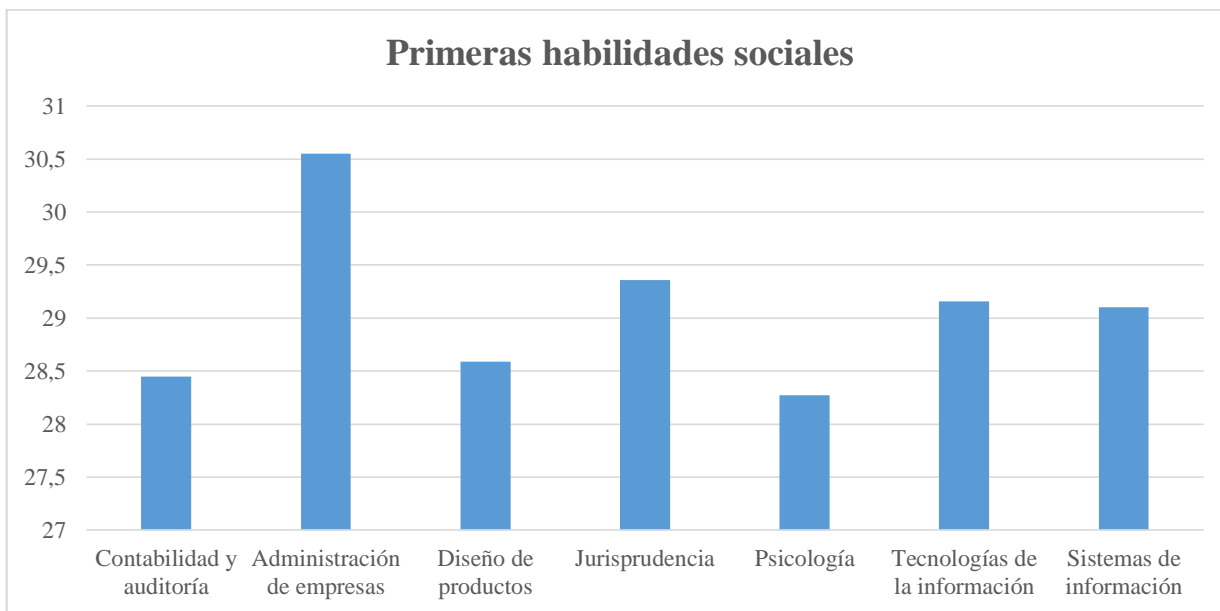


Gráfico 3.3. *Análisis descriptivo de las primeras habilidades sociales en relación a las carreras de la PUCE-A*

En el gráfico 3.3., se puede diferenciar que las carreras de contabilidad/auditoría, diseño de productos y psicología son las que puntúan bajo en relación a las demás, aunque todas se mantengan en un rango normal en el nivel de habilidades sociales. En referencia a los datos extraídos de la investigación, se puede constatar que, según Mejía et. al.

El 56.3% de los estudiantes posee un uso moderado de Facebook, este porcentaje mantiene un control apropiado sobre el uso de esta red social. El 33.3% se encuentra en riesgo de adquirir una adicción, estos jóvenes por ocasiones presentan dificultad para controlar el uso que hacen de Facebook, lo que les conlleva a experimentar algunos síntomas negativos. Finalmente se encontró que el 10.3% es adicto a Facebook, dicho grupo posee un deterioro en control del uso que realizan de esta red social, el cual se manifiesta en un conjunto de síntomas cognitivos, afectivos, conductuales y fisiológicos. (2014, p.10)

Por lo que, en ambos estudios se observa un alto porcentaje con respecto a los estudiantes que poseen mayor probabilidad de adquirir adicción a Facebook, mientras que un mínimo porcentaje ya son adictos, como en la carrera de contabilidad y auditoría. Es así que en la población que presenta conductas adictivas hacia esta red social se pueden observar efectos negativos en cuanto a las características primarias necesarias para poder establecer adecuadas relaciones

interpersonales con las personas de su entorno como la capacidad para iniciar y mantener una conversación, realizar preguntas, presentarse y escuchar.

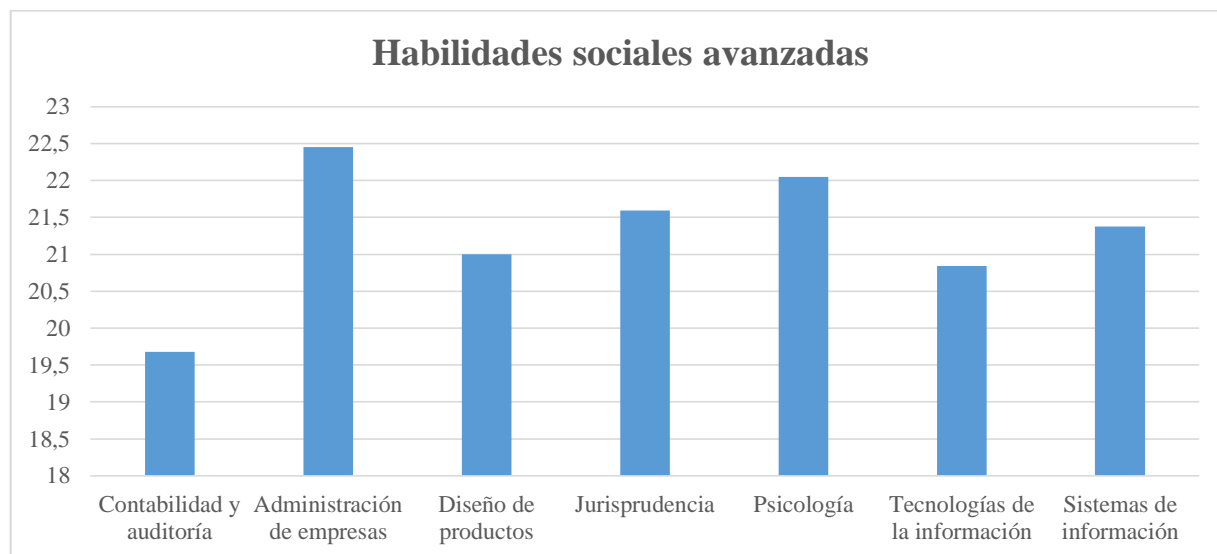


Gráfico 3.4. Análisis descriptivo de las habilidades sociales avanzadas en relación a las carreras de la PUCE-A

Con respecto a las habilidades sociales avanzadas, se puede constatar que la carrera de contabilidad y auditoría es la que posee un rango inferior al resto, con un total de 19,68, aunque sigue manteniéndose en el rango de normalidad con respecto a la interacción social al igual que las demás carreras analizadas. Lo cual se evidencia en el estudio realizado por Álvarez, Atalaya, Constantino, Cuzcano, Delgado, Escurra y Rodríguez en el cual:

Los resultados mostraron que los participantes adictos a Facebook eran más propensos a la depresión, eran menos asertivos, tenían menor calidad en sus relaciones familiares y amicales, tenían más dificultades para hablar en público que aquellos participantes que no eran adictos. Asimismo, mostraron una mayor tendencia a tener baja autoestima y presentaban una percepción más devaluada de su físico, su autoconcepto e intelecto. (2016, p.58)

Por lo que se evidencia que los estudiantes de contabilidad y auditoría, al poseer en su mayoría adicción a Facebook, se muestran como una población con habilidades sociales reducidas que afectan en su desenvolvimiento en las competencias sociales lo cual afecta en su vida cotidiana.

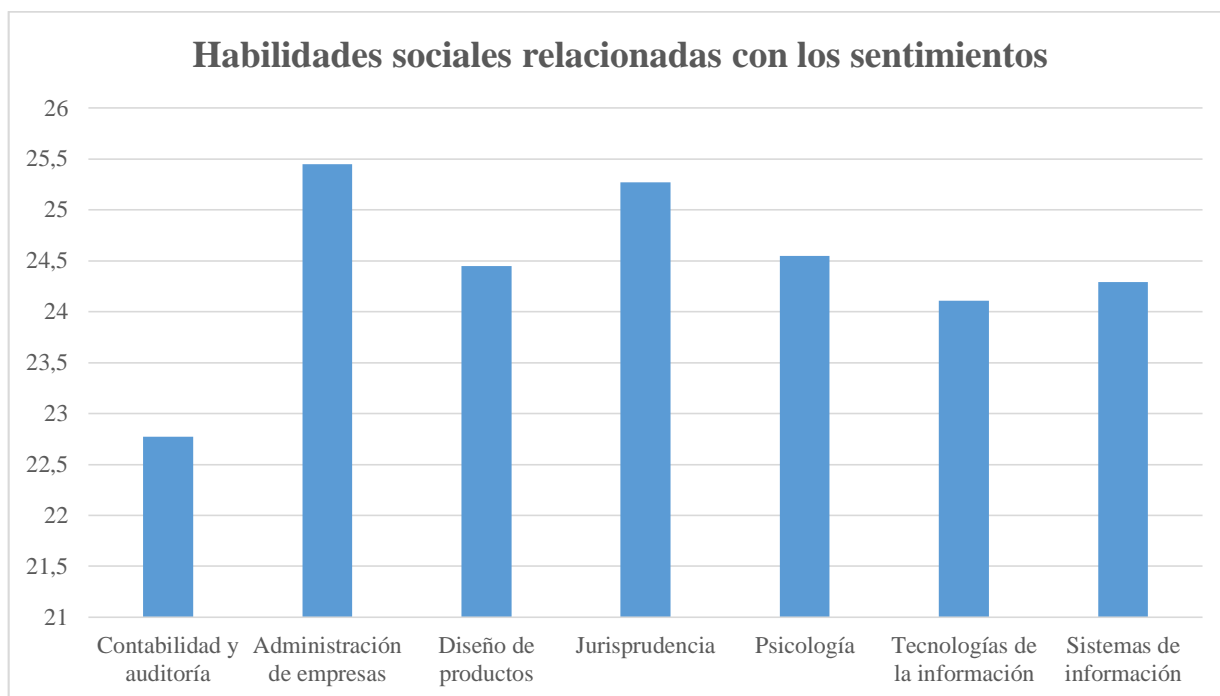


Gráfico 3.5. *Análisis descriptivo de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en las carreras de la PUCE-A*

En el gráfico 3.5., se evidencia que repetidamente la carrera con menor puntuación es la de contabilidad y auditoría, con una media de 22.77 puntos, este rango es normativo, aunque se encuentra rozando el nivel bajo en habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. Lo cual se corrobora en el análisis de Álvarez et.al., en el cual se detalla que:

La proliferación del uso de las redes sociales ha desplazado de manera progresiva y notoria el contacto personal, lo que puede afectar las relaciones interpersonales, pues a través de las redes sociales se va perdiendo la capacidad de interpretar el estado de ánimo de la otra persona, no se puede analizar el lenguaje corporal, e inclusive se puede perder la capacidad de ser asertivos al emitir opiniones. (2016)

Es así que, las personas que prefieren relacionarse socialmente con las personas de su entorno por medio de la red social Facebook pierden progresivamente la capacidad de poder expresarse emocionalmente de manera adecuada en su ambiente social, además de no conocer las pautas básicas de reconocimiento emocional en las personas de su alrededor. Esto conlleva a la incapacidad de conocer y resolver las emociones que surgen en la interacción, como por ejemplo el enfado, miedo e ira.

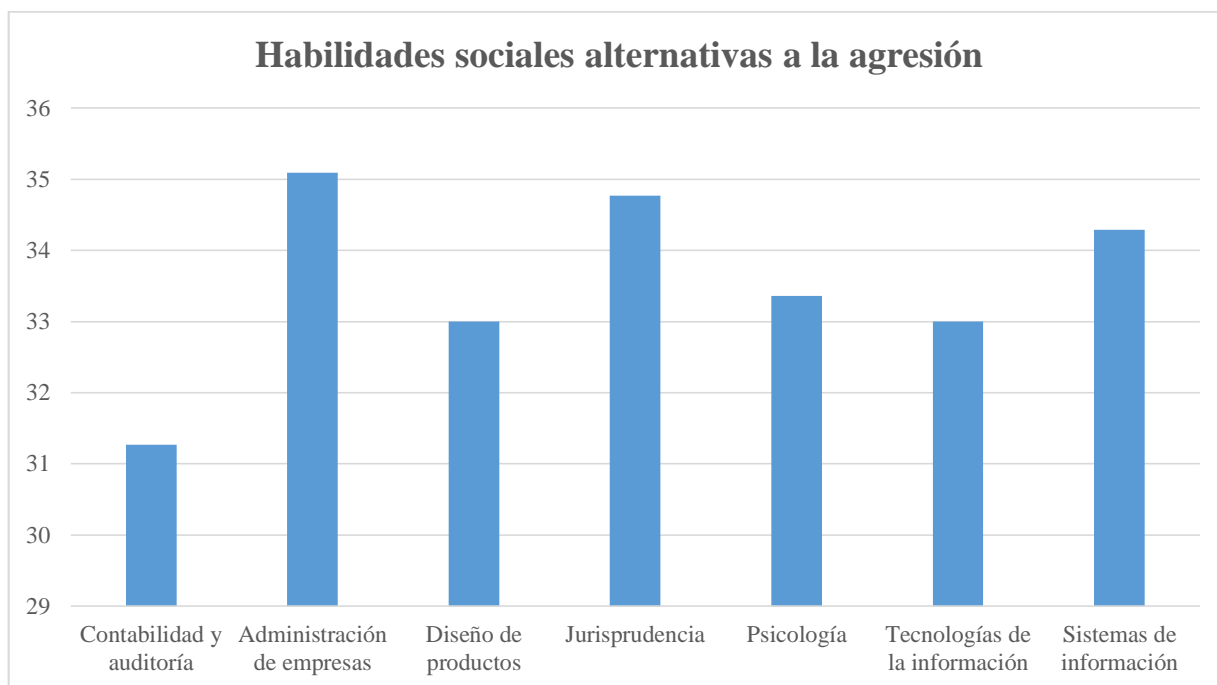


Gráfico 3.6. *Análisis descriptivo de las habilidades sociales alternativas a la agresión en relación a las carreras de la PUCE-A*

Al igual que en la estadística de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, la carrera de contabilidad y auditoría presenta riesgo de disminuir de manera progresiva sus competencias en el área social con respecto al manejo de sus emociones. Este resultado indica que mientras más elevado sea la capacidad de autocontrol, de respuesta adecuada al ser vulnerados sus derechos y de resolver adecuadamente los problemas con lo demás, existe menor índice de convertirse en un adicto a Internet y las redes sociales. Echeburrúa, citado por Domínguez e Ybañez, asegura que las personas que poseen conductas adictivas de todo tipo comúnmente se enfrentan a cambios psicológicos tales como, “alteraciones del humor, ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones o por no encontrar lo que se busca o a quien se busca, estado de conciencia alterado (total focalización atencional), irritabilidad en caso de interrupción, incapacidad para salirse de la pantalla, etc.” (2016, p.193). Este tipo de comportamiento negativo afecta su convivencia con las personas de su entorno, causando problemas y malestar significativo en el aspecto social.

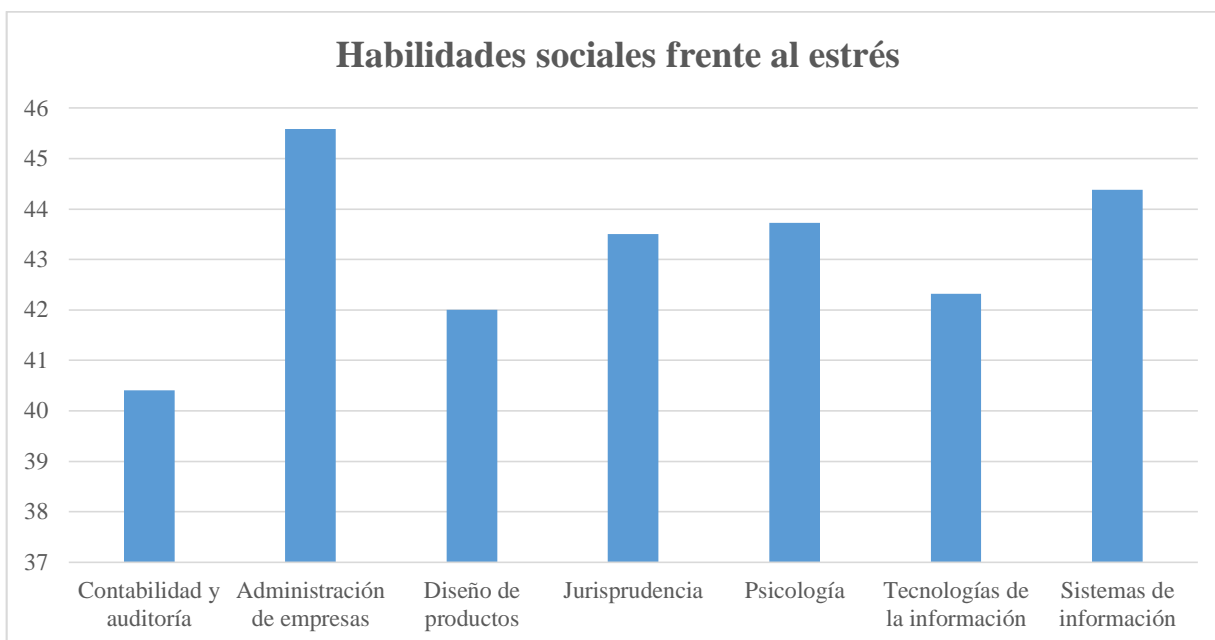


Gráfico 3.7. *Análisis descriptivo de las habilidades sociales frente al estrés en relación a las carreras de la PUCE-A*

Al igual que las tablas antes expuestas, la carrera de contabilidad posee un menor rango en cuanto a las habilidades sociales frente al estrés, las cuales se encuentran relacionadas a la incapacidad de auto controlarse en situaciones que generen malestar al individuo. Jiménez y Pantoja, citados por Domínguez e Ybañez, denotan que el individuo que posee adicción a las redes sociales “presenta inhabilidad social o menor habilidad para soportar los aumentos de su tensión psíquica. En contraste, los sujetos no adictos son más equilibrados y logran un mayor control de sí mismos cuando están frente a elementos estresantes tanto internos como externos” (2016, p.192). Los individuos que presentan un nivel de reconocimiento y expresión por debajo de la media en las interacciones sociales tienen mayor dificultad para poder actuar adecuadamente a las situaciones que presentan conflicto en la vida cotidiana como responder al fracaso, persuasión y hostilidad.

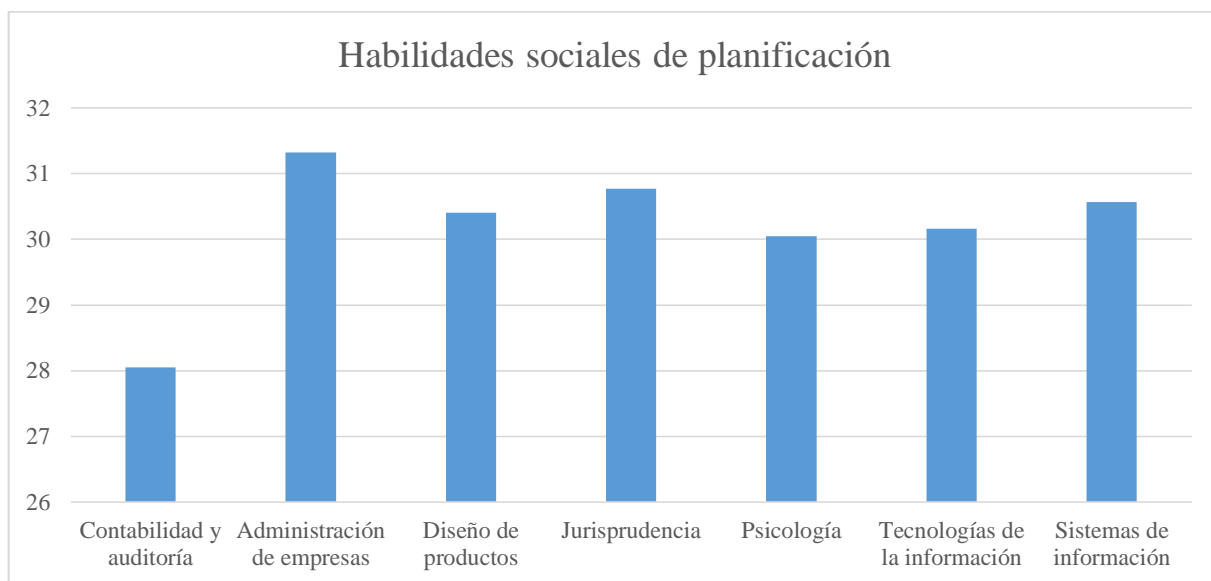


Gráfico 3.8. *Análisis descriptivo de las habilidades sociales de planificación en relación a las carreras de la PUCE-A*

El puntaje obtenido por la carrera contabilidad y auditoría se encuentra con una media de 28,05, por lo que si el uso excesivo de Facebook persistiera, esta podría disminuir y presentar un inconveniente en cuanto a las habilidades de planificación frente a la toma de decisión, resolución de problemas y concentración en una tarea. Choliz y Marco (2012), citados por Domínguez e Ybañez, mencionan que: “la pérdida de control sobre el uso del Internet genera un aumento significativo de conexiones a la red, empleando gran parte del tiempo en actividades relacionadas con las redes sociales o el Internet y dejando de realizar otras actividades” (2016, p.194). Al aumentar progresivamente las horas de conexión a Facebook para lograr el grado de satisfacción deseado, el individuo se aísla del ámbito social, descuidando así sus obligaciones.

Al realizar la comparación por carrera con respecto a las variables de estudio adicción a Facebook y habilidades sociales, se puede obtener como resultado que la carrera de contabilidad y auditoría es la única que posee adicción a Facebook, mientras que, al igual que las demás carreras, posee un nivel normal de habilidades sociales con riesgo a decaer y convertirse en un problema que altera de manera negativa la interacción social del individuo. Aunque este es el único caso que se puede evidenciar de la correlación existente entre las dos variables, se

concluye que, a mayor rango de adicción a Facebook, menor será el correcto desarrollo y uso de las habilidades sociales.

Tabla 3.4.
Análisis correlacional de la variable de adicción a Facebook con la edad de los encuestados distribuidos por carrera

Carreras	Adicción
Contabilidad y Auditoría	,194
Administración de empresas	,256
Diseño de productos	-,115
Jurisprudencia	,566**
Psicología	-,507*
Tecnologías de la información	,028
Sistemas de Información	-,193

Nota: 150 Observaciones, $>p=0,01$

Fuente: Elaboración propia.

El resultado obtenido del análisis por carreras en relación a la adicción a Facebook y la edad concluye en que, las carreras de jurisprudencia y psicología poseen una correlación estadísticamente significativa, siendo alta con ,566 y -,507* respectivamente, estos estudiantes fueron de primer y sexto semestre en psicología y tercer semestre en jurisprudencia, encontrándose en un rango de edad de 18 a 24 años. Esto indica, como lo menciona Cánovas, Martínez, R., Martínez, M., Pérez y Tuya (2009), cuando una correlación es positiva las variables se encuentran en la misma dirección, mientras que, al ser una correlación negativa una variable puede aumentar y la otra decrecer.

Este dato señala que, en la carrera de jurisprudencia a mayor edad será menor la probabilidad de poseer adicción a Facebook, mientras que los estudiantes de psicología la edad aumenta con las conductas adictivas hacia Facebook. Esta información concuerda con el análisis realizado por Echeburúa, citado por Galindo y Reyes, En el que recalca que: “los jóvenes constituyen un grupo de riesgo porque tienden a buscar sensaciones nuevas y emociones fuertes, a su vez, son los que más se conectan a Internet, ya que son quienes más familiarizados están con las nuevas tecnologías” (2015, p.62). Este enunciado comprueba que las personas que poseen menor edad se encuentran más expuesto a generar adicción a Facebook.

Discusión

El uso constante de las nuevas tecnologías utilizadas para la información y comunicación de sus usuarios ha causado nuevas vías de interacción social que benefician el intercambio de ideas u opiniones, y aunque esto sea beneficioso para el entorno social del individuo, también su uso excesivo conlleva a desarrollar conductas catalogadas como adictivas, las que se caracterizan por la falta de control en su uso, síndrome de abstinencia, tolerancia y repercusiones negativas en varios aspectos de la vida cotidiana del individuo. Es así que el objetivo de esta investigación es el conocer la existencia correlacional entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales en los estudiantes de la PUCE-A.

Los resultados hallados concluyen que no existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales, siendo esta negativa con un valor de -0.34, sin embargo, se puede observar al comparar las diversas carreras estudiadas, que únicamente la de administración y contabilidad posee adicción a Facebook, mientras que las demás se encuentran en el rango de posible adicción. Este es un dato importante debido a que, como menciona Graner, citado por Salcedo (2016), “un mal uso de estas tecnologías (TIC) puede llevar a consecuencias negativas de índole académica, familiar o relacional que merecen nuestra atención, porque modifican la vida diaria de las personas y disminuyen el sentimiento de seguridad y de pertenencia al grupo social” (p.53). Es así que las personas que se encuentran cursando esta carrera poseen un menor rango de habilidades sociales como consecuencia de sus conductas adictivas.

En la carrera de administración y contabilidad además se observa un nivel inferior con respecto a las otras en cuanto a las habilidades sociales en todas sus áreas, aunque los mismos sigan encontrándose en un rango de normalidad, cabe destacar que su porcentaje es menor al resto de encuestados de las diversas carreras analizadas. Este dato difiere de la investigación realizada por Bonilla y Hernández (2012) en la cual se analizó la existencia de una correlación entre la dependencia a las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes de la universidad de San Buenaventura, dando como resultado que el 28,3% de la población

presentaba adicción severa, mientras que en habilidades sociales el 34% poseía un nivel bajo en habilidades sociales.

En cuanto a la edad de los participantes de la presente investigación, se puede evidenciar al realizar un análisis de la correlación entre edad y adicción a Facebook que los estudiantes de psicología y jurisprudencia presentan una edad promedio de 18 a 24 años, siendo estos de primer, tercero y sexto semestre respectivamente, aquí se puede evidenciar que, a mayor edad menor es la probabilidad de adquirir una adicción a Facebook. Con respecto a las carreras de contabilidad/auditoría, administración de empresas, diseño de productos, tecnologías de la información y sistemas de información, Aspani, et.al. mencionan en sus resultados que la inexistencia de relación entre estas dos variables se establece debido a que:

La red social ha evolucionado de manera rápida y notoria formando parte del habitus de la sociedad en la que las disposiciones adquiridas son permanentes generando sentimientos en los usuarios que al verse incluidos o excluidos como parte de algún evento pueden causarles alegría o daño independientemente de su edad. (p.113)

Es así que, a pesar de que diversos estudios afirman que, a menor edad mayor probabilidad de adquirir adicción a Facebook, este dato depende del nivel de madurez emocional y autoestima del usuario.

Como se mencionó anteriormente, las personas que presentan baja autoestima y depresión poseen mayor riesgo de ser adictos a Facebook, según Jiménez y Pantoja, “asociados a conductas de aislamiento y sensaciones de frustración, depresión y vacío interno... Las relaciones interpersonales de las personas adictas en el estudio tienden a ser inestables y poco sólidas, determinadas por vínculos más bien dependientes” (2007, p.88). Es así que, el poseer una conducta adictiva realza la probabilidad de un descenso en entablar relaciones interpersonales satisfactorias y adaptarse al medio, siendo estas caracterizadas por grupos familiares desestructurados.

Con respecto a la diferencia en relación al sexo en la variable de adicción a Facebook se concluye que los hombres son más propensos a poseer conductas adictivas, tal como lo menciona Ruiz, Lucena, Pino y Herruzo (2010), los cuales afirmaron que el género masculino

poseía un mayor rango con respecto a uso de internet y juego patológico, mientras que las mujeres puntuaban más alto en adicción a compras.

Sin embargo, el resultado de adicción a Facebook en hombres y mujeres era similar, siendo una posible adicción para ambos géneros, así como también un rango normal en cuanto a las habilidades sociales, este análisis se corrobora con la investigación realizada por los autores Aspani et.al. (2012):

De acuerdo con los resultados, hombres y mujeres tienen la misma actitud hacia Facebook y las relaciones interpersonales, ya que en la actualidad esta red social se ha globalizado cada vez más facilitando la comunicación entre personas tanto cercanas como lejanas, además de ser accesible a todos los jóvenes universitarios. (p.112)

Es así que, tanto hombres como mujeres son propensos de adquirir conductas adictivas hacía Facebook, especialmente si estos forman parte de la población universitaria.

Los hallazgos expuestos en este estudio son fundamentales para conocer la importancia de las redes sociales en la actualidad y las posibles consecuencias de su mal uso, siendo la de mayor importancia la disminución de las habilidades de comunicación interpersonal. Se requiere que en posteriores investigaciones se analice la relación de la adicción a Internet con las habilidades sociales debido a que las redes sociales virtuales se encuentran en constante cambio y la preferencia a las mismas puede variar.

CONCLUSIONES

- En cuanto a los aspectos teóricos de las variables, se evidencia en varios estudios una relación negativa altamente significativa. Sin embargo, en la presente investigación se concluye que no existe correlación significativa entre la adicción a Facebook y las habilidades sociales en estudiantes universitarios matriculados en pregrado en la PUCE-Ambato. La sintomatología que presenta una persona adicta a Facebook es el intenso deseo de estar conectado con pérdida de tiempo y procrastinación académica. Mientras que, la dificultad de un individuo en el correcto manejo de las habilidades sociales se presencia a través de la timidez, sentimientos de inadecuación, falta de competencia social, temor a la evaluación negativa y estilo de comunicación pasivo en la comunicación interpersonal.
- Referente al requisito solicitado a los participantes, sobre su cuenta abierta en Facebook, se establece que todos los encuestados poseían esta condición por lo que se concluye que, tras el auge de las redes sociales, específicamente de Facebook, un requisito del entorno social era tener un perfil, aunque estos no sean considerados adictos a la misma. De 150 estudiantes universitarios encuestados, en relación al sexo se establece que 56% fueron mujeres, mientras que hubo un porcentaje de 44% hombres. Con un rango de edad de 17 a 28 años, con una prevalencia de 19 y 21 años con un porcentaje de 19,3%.
- Los niveles de habilidades sociales que presentaron las personas encuestadas en esta investigación de acuerdo a la puntuación obtenida en el test de habilidades sociales de Goldstein es de un rango normal en todas sus áreas, encontrándose todas las carreras en un rango normativo. Los resultados obtenidos evidencian que, en los estudiantes de Contabilidad y Auditoría a pesar de poseer adicción a Facebook, no se ven alteradas significativamente sus habilidades sociales, aunque sean de menor rango comparadas a las demás carreras analizadas. Mientras que las carreras de administración de empresas, diseño de productos, jurisprudencia, psicología, tecnologías de la información y sistemas de información poseen una posible adicción a Facebook. En la carrera de psicología se encontró una correlación positiva estadísticamente significativa en relación al uso

excesivo de Facebook con posible adicción y la edad de los encuestados, con lo que se concluye que, en dicha carrera, a mayor edad aumenta las conductas adictivas hacia Facebook. Mientras que, en jurisprudencia se evidencia una correlación negativa, lo que indica que a mayor edad menor va a ser el puntaje de adicción a Facebook.

- En el análisis estadístico correlacional de las variables de estudio, se evidencia que no poseen relación estadísticamente significativa entre sí, es decir, se rechaza la hipótesis de trabajo, mientras se acepta la hipótesis nula establecida que es: La adicción a Facebook no se relaciona con las habilidades sociales en estudiantes universitarios del cantón Ambato. Se concluye que las habilidades sociales en las áreas establecidas por Goldstein no se ven afectadas por una posible adicción a Facebook.

RECOMENDACIONES

- Se requieren realizar investigaciones referentes al nivel de habilidades sociales y adicción a redes sociales en población ecuatoriana, para determinar si existe una correlación entre estas variables sin excluir las demás redes sociales, y no solo enfocarse en la red social Facebook, con el objetivo de conocer si por este motivo aislado los participantes no presentaron escases en la correcta adquisición de las habilidades sociales. Además, se recomienda que en próximas investigaciones la aplicación de los test de medición tanto de adicción a Facebook como de habilidades sociales se realicen de forma online, con el objetivo de que se disminuya la probabilidad de sesgos en la recogida de información de forma presencial.
- Se recomienda realizar una aplicación de las alternativas de prevención a una posible adicción a redes sociales mediante un estudio longitudinal en población de infantes y adolescentes para conocer su eficacia. Además, que se realicen en el ámbito universitario programas de prevención con el objetivo de concientizar a la población que en cualquier etapa de la vida se presentan conductas adictivas en relación a las redes sociales. Así

mismo, campañas de concientización brindada por profesionales de la salud sobre la sintomatología y problemas asociados a esta adicción.

- Se necesita un estudio profundo de los síntomas asociados a la adicción a Internet tales como el uso excesivo, falta de control, abstinencia, tolerancia y repercusiones negativas en la vida cotidiana para sugerir su normalización como criterios diagnósticos de la adicción a Internet y su inclusión en las próximas ediciones del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Gracias al alto nivel de confiabilidad de la escala de adicción a Facebook de Bergen recogida en esta investigación, se recomienda posteriores estudios de sus propiedades psicométricas de la versión española para su validación.
- Se requiere que la aplicación de los test de adicción a Facebook y habilidades sociales sean aplicados a muestras con un rango de edad específico con el fin de conocer con mayor certeza la relación existente entre edad y adicción a Facebook.

BIBLIOGRAFÍA

- Alba, J., Aroca, C. & Bellver, C. (2012). La teoría del aprendizaje social como modelo explicativo de la violencia filio-parental. *Complutense de Educación*, 23(2), 493.
- Álvarez, D., Atalaya, M., Constantino, J., Cuzcano, A., Delgado, A., Escurra, L. & Rodríguez, R. (2016). Las Habilidades Sociales y el Uso de Redes Sociales Virtuales en Estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana. *Persona* (19). ISSN: 1560-6139.
- Andreassen, Cecilie & Torsheim, Torbjorn & Brunborg, Geir & Pallesen, Stale. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological reports*, 504.
- Araujo, E. (2016). Indicadores de Adicción a las Redes Sociales en Universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 50, 51. DOI: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Arguedas, O. (2009). La pregunta de investigación. *Acta Médica Costarricense*, 51(2), 90.
- Armijos, M., Bernal, S., Guerrero, J., Maldonado, H., Rodríguez, Y. & Quizhpi, O. (2017). Adolescentes de Básica Superior con Adicción a Internet y Redes Sociales y Relaciones Interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3).
- Asociación Americana de Psiquiatría (APA). (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (5ta ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Aspani, S., Sada., M. & Shabot, R. (2012). Facebook y Vida Cotidiana. *Alternativas en Psicología*, 27(1), 112-113.
- Bonilla, L. & Hernández, A. (2012). Impacto de la dependencia a las redes sociales virtuales sobre las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad de San Buenaventura extensión Ibagué. *Psicología científica*.

- Bravo, M., Gonzales, M., Pérez, A., Portocarrero, E. & Ticlla, E. (2015). *Propiedades psicométricas de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein*. Universidad Nacional Federico Villareal. Lima, Perú. p.66.
- Briones, L., Hidalgo, W., Macías, J., García, E. & Vázquez, A. (2018). Causas de las Adicciones en Adolescentes y Jóvenes en Ecuador. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 22(2), p.134.
- Cañete, R., Guilhem, D. & Brtio, K. (2012). Consentimiento informado: Algunas consideraciones actuales. *Acta Bioethica*, 18(1), 122.
- Capa, W., Copez, A. & Vallejos, M. (2018). ¿Hay alguien en línea?: Validez y fiabilidad de la versión en español de la Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) en universitarios. *Health and Addictions: Salud y drogas*, 18(2), 179, 181.
- Casas, J., Repullo, J. & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación: Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos. *Revista Atención Primaria*, 31(8), 527-538.
- Centro de Psicología NAHAR. (2004). Adicción a Internet. Conceptualización y Propuesta de Intervención. *Revista Profesional Española de Terapia Cognitivo-Conductual*, 2, p. 25.
- Colina, L. (2009). *Efectos de un Programa de Educación Tricerebral, en las Habilidades Sociales de Estudiantes del Instituto Universitario de Tecnología de Cabimas*. Universidad Rafael Urdaneta. Maracaibo, Colombia. p. 31,32. Disponible en <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/9218-09-02837.pdf>
- Contraloría General de la República de Chile. (2012). *Guía Práctica para la Construcción de Muestras*. Unidad Técnica de Control Externo. p.8. Disponible en: http://www.oas.org/juridico/PDFs/mesicic4_chl_const.pdf

- Daza, E. (2017). *Adaptación de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein en Ecuador*. Universidad Central del Ecuador, Quito. p.65. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/12870/1/T-UCE-0007-PPS010.pdf>
- Deiana, A., Granados, D. & Sardella, M. (2018). *Método Científico*. Universidad Nacional de San Juan. p.3. Disponible en: <http://www.fi.unsj.edu.ar/asignaturas/introing/MethodoCientifico.pdf>
- Del Canto, E. & Silva, A. (2013). Metodología cuantitativa: Abordaje desde la complementariedad en ciencias sociales. *Revista de Ciencias Sociales*. 141(1), 26.
- Díaz, M. & Rojas, C. (2013). Entrenamiento en habilidades sociales; Más allá de un diagnóstico confirmado de asperger. *Revista de Casos Clínicos en Salud Mental*. 2, 8.
- Domínguez, J. & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230.
- Echeburúa, E. (2015). *¿Cómo Prevenir la Adicción a las Redes Sociales en Jóvenes y Adolescentes?* Valencia, España: *Universidad Católica de Valencia*. Recuperado de: <https://online.ucv.es/resolucion/como-prevenir-la-adiccion-a-las-redes-sociales-en-jovenes-y-adolescentes-por-enrique-echeburua/>
- Escobar, N. (2017). El Uso del Facebook y el Deterioro de la Ortografía de los Estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro Delgado del Cantón Ambato. *Universidad Técnica de Ambato*. Ambato, Ecuador. p.25. Recuperado de: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25102/1/NANCY%20CRISTINA%20ESCOBAR%201803245487.pdf>

- Espinosa, J. (2016). La Adicción a Facebook, sus Consecuencias Psicológicas en los Estudiantes de Séptimo a Octavo Nivel de la Facultad de Medicina de la Universidad Regional Autónoma de los Andes en el Período Octubre-Diciembre del Año 2015. *Universidad Regional Autónoma de los Andes*. Ambato, Ecuador. p.26. Disponible en: <http://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/5184/1/PIUAMED0056-2016.pdf>
- Fernández, J., Carballo, J., Villa, R. & García, O. (2007). Modelos Teóricos de la Conducta Adictiva y Recuperación Natural. Análisis de la relación y consecuencias. *Papeles del Psicólogo*, 28(1), p.3.
- Figuroa, A. (2015). *Los Niveles de Ansiedad en el Desarrollo de las Habilidades Sociales de las ppl del Centro de Privación de Libertad de Personas Adultas Femenino Quito (CPLPAFQ)*. Universidad Central del Ecuador. Quito, Ecuador. p.26. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7184/1/T-UCE-0007-140c.pdf>
- Galindo, A. & Reyes, Y. (2015). *Uso de internet y habilidades sociales en un grupo de estudiantes de los programas de psicología y comunicación social y periodismo de la fundación universitaria los libertadores de Bogotá*. Fundación Universitaria Los Libertadores. p.62. Recuperado de: <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/580/GalindoRend%C3%B3nAndreaStefania.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Garaigordobil, M. & Peña, A. (2014). Intervención en las Habilidades Sociales: Efectos en la Inteligencia Emocional y la Conducta Social. *Revista de Psicología Conductual*, 22(3), p.33.

- García, C. (2005). *Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Universidad de San Martín de Porres. p.65. Recuperado de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/liberabit/v11n11/v11n11a08.pdf>
- García, J., Reding, A. & López, J. (2013). Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica. *Investigación en educación médica*, 2(8), 223.
- Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato. p.15, 34. Recuperado de: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf>
- Goldstein, A. & Sprafkin, R & Gershaw, N. & Klein, P. (1989) *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza*. Madrid: Martínez Roca.
- Gómez, K. & Marín, J. (2017). *Impacto que generan las redes sociales en la conducta del adolescente y en sus relaciones interpersonales en Iberoamérica los últimos 10 años*. Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga. p.20.
- Gómez, S. (2015). *Habilidades Sociales de los Escolares y Prevención del Conflicto*. Universidad Autónoma de Barcelona. p.22. Disponible en: https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2015/133350/TFG_sgomezerra.pdf
- Guillermina, L., Hermoso, J., González, A., Argonza, R., Ibarra, R. & Gutiérrez, J. (2016). *Conceptos de Red y Servicios de Internet*. Universidad Nacional Autónoma de México. p.2. Disponible en: http://www.cch-oriental.unam.mx/tallerportal/u1internet/audios_t_c.pdf

- Gutiérrez, B., Alvarez J., González, C., & Madrigal, E. (2006). La adicción ¿Vicio o Enfermedad? Imágenes y Uso de Servicios de Salud en Adolescentes Usuarios y sus Padres. *Salud Mental*, 29(4), 49.
- Herrera, A. (2015). Influencia de Facebook en las Habilidades Sociales de Estudiantes Universitarios de Chiclayo. *Revista Científica PAIAN*, 6(2). ISSN: 2313-3139.
- Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J., & Zavala, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), p.16.
- Huaytalla, K., Soncco, J. & Vega, S. (2016). Riesgo de Adicción a Redes Sociales, Autoestima y Autocontrol en Estudiantes de Secundaria. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 9(1). ISSN: 2306-0603.
- Jiménez, L. & Pantoja, A. V. (2007). Autoestima y Relaciones Interpersonales en Sujetos Adictos a Internet. *Psicología-Segunda Época*, 26(1), 86.
- Kuznik, A., Hurtado, A. & Espinal, A. (2010). *El uso de la encuesta de tipo social en Traductología. Características metodológicas*. Universidad Autónoma de Barcelona. 317. ISSN 1889-4178.
- La Torre, M. Vílchez, K. (2014) *Apego inseguro con los padre y adicción a Facebook en la etapa final de la adolescencia*. Universidad Católica de Santa María. Arequipa, Perú.
- Recuperado de:
<https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/4764/76.0254.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- La Torre, M. Vílchez, K. (2014) *Apego inseguro con los padre y adicción a Facebook en la etapa final de la adolescencia*. Universidad Católica de Santa María. Arequipa, Perú.

p.37. Recuperado de:
<https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/4764/76.0254.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Llamas, M. (2015). *Evaluación de las habilidades sociales en alumnado de educación primaria*. Universidad de Granada. p.10.
- Llorente, J. & Iraurgi, E. (2008). Tratamiento Cognitivo Conductual Aplicado en la Deshabitación de Cocaína. *Trastornos Adictivos*, 10(4), p.254.
- López, P. (2004). Población, Muestra y Muestreo. *Punto Cero*, 09(8), 69.
- Manterola, T. & Otzen, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 228.
- Martínez, R., Tuya, L., Martínez, M., Pérez, A., & Cánovas, A. (2009). El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 8(2).
- Mejía, G., Guerrero, J. & Quinteros, D. (2014). Adicción a Facebook y Habilidades Sociales en Estudiantes de una Universidad Privada de Lima. *Revista Científica Ciencias de la Salud*, 7(1). ISSN: 2306-0603.
- Mejía, G., Paz, J & Quinteros, D. (2018). Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 10, 12.
- Mendoza, Y. & Vargas, K. (2017). Factores Psicosociales Asociados al Consumo y Adicción a Sustancias Psicoactivas. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), p.146.

- Morales, M., Benítez, M. & Agustín, D. (2013). Habilidades para la Vida (Cognitivas y Sociales) en Adolescentes de una Zona Rural. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 15(3), p.101, 102.
- Moreira, T. (2007). Perfil sociodemográfico y académico de estudiantes en deserción del sistema educativo. *Actualidades en Psicología*, 21(1), 150.
- Ortega, Y., Hernández, A., Arévalo, A., Díaz, A. & Torres, Z. (2015). *Causas y Consecuencias del Consumo de Sustancias Psicoactivas en Adolescentes con Ambientes de Vulnerabilidad Familiar y Contextos Sociales Conflictivos*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD. p.1. Disponible en: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/3691/3/57298094.pdf>
- Oviedo & Campo. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 575.
- Pacheco, M. (2009). *Efecto de un Taller de Habilidades Sociales en el Comportamiento Asertivo de Niños y Niñas de la I Etapa de Educación Básica*. Universidad Rafael Urdaneta. Maracaibo, Colombia. p.32. Disponible en: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/9218-08-02747.pdf>
- Padilla, C. & Ortega, J. (2017). Adicción a las Redes Sociales y Sintomatología Depresiva en Universitarios. *CASUS*, 2(1), p.51.
- Pedraza, L., Socarrás, X., Fragozo, A., & Vergara, M. (2014). Caracterización de las Habilidades Sociales en Estudiante de Psicología de una Universidad Pública del Distrito de Santa Marta. *Tesis Psicológica*, 9(2), 193, 194.
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Revista de Avances en Psicología*, 23(1), 10.

- Reascos, A. & Vásconez, W. (2014). *Correlación entre la adicción a Facebook, la morbilidad psicopatológica y los resultados académicos en los estudiantes de primero a octavo nivel de la facultad de medicina de la pontificia universidad católica del ecuador en el periodo de enero a mayo de 2014*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito. p.9, 97.
- Restrepo, S. (2014). El uso y abuso de Facebook en estudiantes universitarios de Medellín. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 20(1), 5.
- Roca, E. (2014). *Cómo Mejorar tus Habilidades Sociales*. ACDE Ediciones. Valencia, España. 4ta. Edición. p.11, 12. Disponible en: <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Ruiz, R., Lucena, V., Pino, M. & Herruzo, J. (2010). Análisis de comportamientos relacionados con el uso/abuso de Internet, teléfono móvil, compras y juego en estudiantes universitarios. *Adicciones*, 22(4), 301-310.
- Salcedo, I. (2016). *Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una universidad particular de Lima*. Perú. p.53.
- Sánchez, S. (2016). *Habilidades Sociales*. Editorial Síntesis, S.A. Madrid, España. p.48. Disponible en: <https://www.sintesis.com/data/indices/9788490773208.pdf>
- Sousa, V., Driessnack, M. & Costa, I. (2007). Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería: Diseños de investigación cuantitativa. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, 3.
- Tirapu, J., & Lorea, I. & Landa, N. (2003). Conductas Adictivas: De la Neurobiología al Evolucionismo. *Revista de sociodrogalcohol*, 15(3), 8. ISSN 0214-4840.

Vera, P., Valenzuela, P. & Octavio, N. (2005). Evaluación de una intervención conductual intensa y breve para el manejo de estados emocionales: Un Estudio Piloto. *Acta Colombiana de Psicología*, 8(1), 125.

Zaldívar, D. (1994). Entrenamiento Asertivo, aprendizaje social y entrenamiento en habilidades sociales. *Revista Cubana de Psicología*, 12(2), 99.

ANEXOS

ANEXO 1: Oficio entregado a la Secretaría General de la PUCE-A

Ambato, 18 de Junio de 2019

Abg.

Hugo Altamirano Villarroel

SECRETARIO GENERAL DE LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL
ECUADOR - AMBATO

Presente.-

Yo, Katherine Carolina Ortiz Nieto, con número de matrícula PSC-575, estudiante de Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – Ambato, me dirijo a usted para solicitarle muy comedidamente la información correspondiente al número de estudiantes matriculados en el período académico comprendido entre los meses de Septiembre 2018 – Enero 2019 con el objetivo de utilizar dicha información en el proyecto de titulación denominado: “LA ADICCIÓN A FACEBOOK Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL CANTÓN AMBATO”.

Agradeciéndole por su favorable atención, me suscribo.

Atentamente,

Katherine Carolina Ortiz Nieto

PSC – 575

ANEXO 2: Oficio recibido de la Secretaría General de la PUCE-Ambato

ANEXO 3: Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

Proyecto de Investigación Titulado: La Adicción a Facebook y su relación con las Habilidades Sociales

La presente investigación es elaborada por Katherine Carolina Ortiz Nieto estudiante de la Pontificia Universidad de la Católica del Ecuador – Ambato y dirigida por Adriana Lorena León Tamayo. El objetivo del presente estudio es verificar la existencia correlacional de las dos variables anteriormente expuestas. Si usted otorga su consentimiento para participar en este proyecto, deberá completar dos encuestas denominadas “*Escala de Bergen de Adicción a Facebook*” y “*Escala de habilidades Sociales*”. Este proceso se realizará en aproximadamente 20 minutos de su tiempo. Por favor, tómese el tiempo que necesite para contestar de manera pertinente a cada interrogante.

La participación es de carácter voluntario. Por ende, la información que se obtenga en este estudio será estrictamente confidencial, está prohibido su uso para otro propósito que no sea el de investigación. Las respuestas que usted proporcione en las encuestas serán codificadas, por lo tanto, los participantes son anónimos. Si existiese alguna duda sobre el propósito o la estructuración de las encuestas de este proyecto de investigación, puede expresar sus interrogantes en el momento que lo considere necesario durante su participación en el mismo. De igual manera, puede retirarse o negarse a participar en el estudio haciéndoselo saber al investigador sin ser perjudicado de alguna manera. De antemano, se agradece su participación.

Yo _____, acepto participar de manera voluntaria en esta investigación. He recibido la debida información sobre la finalidad de este estudio. Me han explicado apropiadamente que debo responder dos cuestionarios correspondientes a la Adicción a Facebook y las Habilidades Sociales y en caso de no entender alguna pregunta, puedo hacérselo saber al investigador a cargo. Así mismo, puedo retirarme del proyecto en el momento que lo considere pertinente, sin que esta acción sea penalizada.

Firma del participante

C.I.

Fecha

ANEXO 5: Escala de Adicción a Facebook (BFAS)

Proyecto de Investigación Titulado: La Adicción a Facebook y su relación con las Habilidades Sociales

ESCALA DE ADICCIÓN A FACEBOOK

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada oración y marque con una X la respuesta que considere más acorde a su realidad según la escala del 1 al 5 considerando los siguientes criterios.

Con qué frecuencia durante el último año has....						
1	Pasado mucho tiempo pensando en Facebook o planificando usar Facebook	1	2	3	4	5
2	Pensado sobre cómo podría tener más tiempo libre para poder usar Facebook	1	2	3	4	5
3	Pensado mucho sobre lo que ha sucedido recientemente en Facebook	1	2	3	4	5
4	Pasado más tiempo en Facebook del que pretendías inicialmente.	1	2	3	4	5
5	Sentido la urgencia de usar Facebook más y más.	1	2	3	4	5
6	Sentido que debes usar más y más Facebook con el fin de obtener el mismo placer de antes.	1	2	3	4	5
7	Usado Facebook con el fin de olvidar algunos problemas personales.	1	2	3	4	5
8	Usado Facebook para reducir sentimientos de culpa, ansiedad, desesperanza o depresión	1	2	3	4	5
9	Usado Facebook con el fin de reducir tu inquietud	1	2	3	4	5
10	Experimentado que otros te digan que debes reducir el tiempo que usas Facebook, pero no los has escuchado.	1	2	3	4	5
11	Tratado de reducir tu uso de Facebook sin éxito	1	2	3	4	5
12	Decidido usar Facebook con menos frecuencia, pero no lograste hacerlo.	1	2	3	4	5
13	Sentido inquietud o molestia si fuiste prohibido de usar Facebook.	1	2	3	4	5
14	Reaccionado de forma irritable si te prohibieron usar Facebook.	1	2	3	4	5
15	Sentido malestar si tú, por alguna razón, no pudiste conectarte a Facebook por un tiempo	1	2	3	4	5
16	Usado Facebook tanto que ha tenido un impacto negativo en tu trabajo o estudios.	1	2	3	4	5
17	Dado menos importancia a tus hobbies, actividades de recreación o ejercicio por estar conectado a Facebook.	1	2	3	4	5
18	Ignorado a tu pareja, miembros de tu familia o amigos por usar Facebook.	1	2	3	4	5

Muy raramente

Raramente

A veces

Seguido

Muy seguido

ANEXO 6: Lista de Chequeo de Evaluación de Habilidades Sociales

INSTRUCCIONES: A continuación encontrarás una lista de habilidades sociales que las personas pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que sean más o menos capaces. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las oraciones que se describen a continuación que sean más acorde a tu realidad, de acuerdo a los siguientes puntajes.

Marca 1	Si nunca utilizas bien la habilidad
Marca 2	Si utilizas muy pocas veces la habilidad
Marca 3	Si utilizas alguna vez bien la habilidad
Marca 4	Si utilizas a menudo bien la habilidad
Marca 5	Si utilizas siempre bien la habilidad

Con qué frecuencia durante el último año has....		1	2	3	4	5
1	¿Presta atención a la persona que está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	1	2	3	4	5
2	¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3	¿Habla con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4	¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5	¿Permite que los demás sepan que agradece favores?	1	2	3	4	5
6	¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7	¿Ayuda a los demás que se conozcan entre sí?	1	2	3	4	5
8	¿Dice que le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
9	¿Pide que le ayuden cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10	¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11	¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12	¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13	¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14	¿Intenta persuadir a los demás que sus ideas son mejores y serán de mayor utilidad que de las de otra persona?	1	2	3	4	5
15	¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5
16	¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17	¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18	¿Intenta comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19	¿Permite que los demás sepan que se preocupa o se interesa por ellos?	1	2	3	4	5
20	¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5
21	¿Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece su recompensa?	1	2	3	4	5

Nunca

Muy pocas veces

Alguna vez

A menudo

Siempre

22	¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego le pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23	¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24	¿Ayuda a quién necesita?	1	2	3	4	5
25	¿Llega a establecer un acuerdo que satisfaga tanto a sí mismo como a quienes tienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26	¿Controla su carácter de modo que no se le escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Se mantiene al margen de las situaciones que le pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31	¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución?	1	2	3	4	5
32	¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5
33	¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiesta a los demás que han tratado injusta mente a un amigo?	1	2	3	4	5
37	¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38	¿Comprende la razón por la cual ha fracasado o en una determinada situación y qué puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprende lo que significa la acusación y por qué se la han hecho y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planifica la forma de exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga una cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
44	¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45	¿Toma de decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Es realista cuando debe explicar, cómo puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Resuelve lo que necesita saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determina de forma realista cuál de los problemas es el más importante y solucionarlo primero?	1	2	3	4	5
49	¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5