

NARRATIVAS ESTUDIANTILES SOBRE LA INCIDENCIA DE LA
PRIVACIÓN INTENCIONAL DEL TELÉFONO MÓVIL EN LA ATENCIÓN Y
ANSIEDAD EN LA EJECUCIÓN DE UNA TAREA ACADÉMICA DESARROLLADA
EN EL AULA.

TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR POR TÍTULO DE PSICÓLOGAS

REBECA ALONSO RUÍZ, MARÍA JOSÉ BUENO FORERO & CATALINA IREGUI
RUÍZ

Bajo la dirección de

FRANCISCO JAVIER PÁEZ BECERRA¹

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Bogotá D.C.

Mayo de 2014

¹ Docente de la Facultad de Psicología. Pontificia Universidad Javeriana

Resumen

La implementación de las nuevas tecnologías, se han convertido en un elemento fundamental para la socialización en las nuevas generaciones. Esto ha generado un cambio y ha tenido repercusiones tanto positivas como negativas en el sujeto. Por esto, la siguiente investigación, tiene como objetivo identificar las narrativas de dos grupos de estudiantes, a propósito de la incidencia de la privación del teléfono celular en los indicadores de atención y ansiedad en la realización de tareas académicas en el aula de clase. Este proceso investigativo es de corte mixto con predominancia cualitativa, en donde se aplicó el test de atención D2, el cuestionario de ansiedad STAI, una tarea académica y un grupo de discusión. Contó con 73 estudiantes de la facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana entre un rango de edad de 18 a 23 años, lo cuales se dividieron en dos grupos, control y experimental, para poder mantener un mayor control de las variables. La muestra total obtuvo resultados bajos de atención, un 85%. La prueba de ansiedad marcó un 82% en el grupo experimental, y en el de control 52%. Por otro lado, dentro del grupo de discusión se reportó que el celular sí es un elemento que afecta la atención de los estudiantes dentro del aula de clase, mientras que este dispositivo no se es identificado como incidente en la ansiedad de los mismos.

Palabras clave: Atención, Ansiedad, Nomofobia, Teléfono móvil.

Abstract

The implementation of the technologies for information and communication has become a fundamental element for socialization in new generations. These technologies generate several changes and repercussions in positive and negative ways. The following research's purpose is to identify the narratives of two groups of students about the impact of the deprivation of the cell phone in the indicators of attention and anxiety, while performing

academic tasks in the classroom. The research' model is a mixed investigation in which there is a qualitative predominance. The test of attention D2, the anxiety questionnaire STAI, an academic task and a discussion group were applied to 73 students of the Psychology faculty of the Pontificia Universidad Javeriana between the ages of 18 and 23. We divided the sample into two groups, a control group and an experimental group. The results of this research show low levels of attention in general, 85% and low levels of anxiety; the students in the experimental group demonstrated 82% of the sample has low anxiety while the control group showed results of 52%. On the other hand, within the discussion group students reported that the cell phone is indeed one of the elements that affects their attention during a class, but they didn't identify it as an impact in their anxiety.

Key words: Attention, Anxiety, Nomophobia, Technologies for Information and Communication.

Tabla de Contenido

Introducción	6
Fundamentación Teórica	12
Los impactos de las TIC	12
Del uso de las TIC a la adicción.....	16
Distinción entre adicción y fobia.....	20
El impacto de las TIC en el ámbito académico.....	27
La incidencia en la atención	30
Objetivos	34
Categorías de Análisis	34
Método.....	35
Participantes.....	36
Instrumentos.....	36
Procedimiento.....	38
Resultados.....	39
Interpretación y análisis de resultados.....	45
Discusión	51
Conclusiones	53
Referencias bibliográficas	55
Anexos.....	62
Anexo A	63
Anexo B	64
Anexo D	68
Anexo E	73

Índice de gráficos e ilustraciones

Tabla 1. Resultados generales del test de atención D2.....	39
Tabla 2. Resultados de atención del grupo control.....	40
Tabla 3. Resultados de atención del grupo experimental	40
Tabla 4. Resultados del STAI del grupo control	41
Tabla 5. Resultados STAI del grupo experimental.....	42
Ilustración 1. Árbol de sentido del grupo control.....	43
Ilustración 2. Árbol de sentido del grupo experimental	44

Introducción

Este trabajo de grado es el resultado de un proceso investigativo de corte mixto, que versa sobre la relación que existe entre la nomofobia y la atención dividida en 73 estudiantes de la facultad de psicología de la Pontificia Universidad Javeriana, llevado a cabo a través del método de observación de conductas, dos instrumentos (el test de atención D2 y el State-Trait Anxiety Inventory STAI), una tarea académica y un grupo de discusión. Se procedió por medio de un muestreo no probabilístico de casos reputados, que permitirá un análisis de contenido desde la teoría fundamentada. El proceso investigativo se realizó a través de la detección de conductas de los estudiantes en el momento de enfocar su atención en una actividad predeterminada, examinando cómo se desempeñan cuando no pueden acceder al uso del teléfono celular.

En la presente investigación, el tema principal a tratar es la nomofobia, un término aún poco estudiado, que se traduce como “*no mobile phone phobia*”, es decir, miedo a no tener teléfono móvil. Actualmente, la sociedad se ve inmersa en el mundo de las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC), así el teléfono móvil juega una parte importante en estas, puesto que es la herramienta principal para comunicarse tanto con allegados, como con personas en cualquier parte del mundo, a través de las distintas redes sociales que se pueden encontrar hoy en día. La población generacional que más inmersa está en este mundo de las nuevas tecnologías y comunicaciones son los jóvenes, entendiendo este grupo etario a aquellos que comprenden entre los 13 y 25 años de edad, viéndose el uso de estos aparatos electrónicos como algo fundamental para lograr un buen desempeño en su vida cotidiana.

Este tema de investigación, surgió principalmente a raíz de la observación del modo en que las TIC pueden generar conductas lesivas en los jóvenes, a manera de matoneo cibernético, guiándonos a la examinación más profunda sobre la dependencia a los aparatos electrónicos, como son el teléfono celular, la *tablet*, el computador portátil, etc. Este fenómeno de uso excesivo, ha despertado nuestro interés, ya que pertenecemos al mismo ámbito generacional, pudiendo observar tanto la evolución de las tecnologías como la dependencia hacia estas. Ubicando dicho fenómeno en un contexto educativo específico, en

la Pontificia Universidad Javeriana, podemos decir, que esta investigación pretende dar respuesta a los motivos de angustia, ansiedad, rabia, entre otras, que implica la privación del uso del teléfono celular en estudiantes y la manifestación en el desarrollo de las tareas sobre la atención.

Como interés académico, es relevante destacar que el uso del teléfono celular en las aulas no es visto como un problema dentro de la comunidad estudiantil, cuando la atención sí puede ser afectada y los mismos docentes son conscientes de esta problemática.

Es principal el uso de tecnologías por ocio y diversión por parte de los jóvenes, ya que lo usan como medio de socialización, sintiéndose a su vez acompañados. Se llega a un punto en el que se tiene que hablar de la construcción del propio yo que transita por el medio virtual, debido a que se necesita de la existencia del otro en la construcción identitaria. Como lo señala Buxarraís, Burguet, Duprat, Noguera, & Tey (2011, p 59) “Se precisa del no-yo, con las nuevas tecnologías se consigue esa compañía, mediante diálogos a través de redes sociales, es así como se dice que nacen nuevas formas de ser y estar en el mundo”.

Teniendo en cuenta que la interacción con las tecnologías está aportando a la formación de la persona, Triana (2011) hace referencia a Foucault sobre la constitución del sujeto. Este autor entiende que una actitud con respecto a sí mismo, a los otros y al mundo, determina el comportamiento realizado, complementando la subjetividad del individuo y su personalidad.

Desde el auge de las nuevas tecnologías como una herramienta para interactuar, tanto la socialización y las habilidades sociales, se han visto afectadas por el uso flexible de las tecnologías de las comunicaciones, sobre todo por la facilidad de acceso a las distintas fuentes de información. De igual forma, las tecnologías pueden afectar negativamente dimensiones humanas por el aislamiento que rompe con la interacción directa entre los sujetos. “Esto permite que cada vez más las personas lleguen a experimentar virtualmente muchas de sus fantasías, construyan otro tipo de identidades, y de esta forma puedan huir del mundo real” (Triana, 2011, p 62).

Internet ofrece una plataforma de interacción social que ha sido impactante para muchos jóvenes, ya que les ha proporcionado cantidad de beneficios, como el fenómeno de la inmediatez, el acceso a fuentes de información de alta calidad, entre otros. Sin embargo, para algunos individuos este medio se ha vuelto una obsesión, que puede ser perjudicial, puesto que llegan a ser incapaces de controlar su uso e incluso llegar a extremos como poner en peligro su trabajo o relaciones (Echeburúa & Corral 2010). Variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y el apoyo familiar y social, se afectan por el vínculo que existe entre el uso y abuso de Internet (Echeburúa & Corral 2010). Se evidencian estas en adolescentes que presentan reacciones obsesivas de agresividad, inestabilidad y dificultades en la concentración. Se presentan conductas observadas en adultos que usan excesivamente teléfono móvil hasta repercutir en sus ciclos de sueño, puesto que el 25% de estos sujetos llevan consigo el celular a dormir (Tetz, 2013).

Cabe resaltar, que lo que podría ser una afición se convierta en una adicción para los jóvenes. En una investigación realizada por los doctores L.T. Lam y Ziwen Peng del departamento de psiquiatría del Kaohsiung Medical University Hospital de Taiwan, se debate sobre si la adicción a nuevas tecnologías y medios de comunicación se puede catalogar como una patología psiquiátrica, puesto que, decretaron que los adolescentes de edades comprendidas entre los trece a dieciocho años de edad con “déficit atencional por TDAH, depresión, fobia social y hostilidad, tienen más posibilidades de desarrollar adicción a internet en la adolescencia” (Las Heras, 2012. p 4). Para no llegar a este límite, existen programas estratégicos de prevención desarrollados en entornos educativos y familiares, con el fin de controlar y evitar el mal manejo de las tecnologías (Echeburúa & Corral 2010).

A partir de lo ya mencionado, se observa cómo esta temática incide en la disciplina psicológica abarcando procesos internos del individuo y la relación con su mundo exterior. De igual forma, se esclarece cómo la atención dividida es un tema de estudio que se sigue desarrollando en la actualidad y en los procesos cognitivos de los jóvenes, lo cual puede dar a recopilar nuevas bases teóricas para futuras investigaciones.

La globalización del modelo económico capitalista anima el consumismo del sujeto. El presente trabajo de investigación tiene una pertinencia tanto política como económica frente al uso perseverante de las tecnologías, por lo que:

“Los cambios tecnológicos, ampliamente generalizados, y la globalización de las fuerzas económicas, están creando unas interdependencias transnacionales que imponen un incremento de las primas necesarias para el ejercicio de los organismos colectivos, y de este modo detentan, en alguna medida, el control de las personas sobre el curso de sus propias vidas” (Bauman 2013. p 91).

La necesidad del individuo de desarrollar, aprender y practicar culturas externas se evidencia en la eliminación de las fronteras con el resto del mundo en donde no hay territorialidad ni límites, engendrando mayor conectividad y similitud entre las sociedades. La obtención del saber se considera un factor clave en las sociedades. La predominancia del capital cognitivo, genera comunidades de conocimiento que se conforman por la agrupación de distintos actores sociales, en que generan intercambios de ideas que pueden conllevar a distintas transformaciones. Se hace hincapié en que estas comunidades pueden establecerse de forma presencial y/o virtual (Martinez, Prieto, Rincón & Carbonell, 2007). Como lo señala Bauman (2013. p 123) “existe una conexión entre las epidemias actuales y la vida de las sociedades postindustriales que está fundada en el narcisismo y en el mito del consumo”.

El sistema económico capitalista junto con la implementación de las nuevas tecnologías, ha llevado a un consumo interminable dentro de las sociedades, involucrándose en un mundo lleno de modas y actualidades. Dentro de las nuevas tecnologías, los jóvenes se ven volcados a estar a la última moda con sus aparatos electrónicos, por lo que se puede convertir en una obsesión enfermiza el adquirir la última novedad tecnológica, dado que el acceso y uso de las TIC se convierten en el instrumento prioritario de placer (Echeburúa & Corral 2010).

La moda que se ha impuesto sobre este modelo económico, implica inmediatez, y esto puede ayudar a entender la adicción a las tecnologías como medio de obtención inminente

al alcance de la mano, pudiendo adquirir cualquier cosa a cualquier precio, ya que el fin del sujeto es la búsqueda de placer y la satisfacción próxima conduciéndole a lo inimaginable, posicionando de esta manera a las nuevas tecnologías como una reveladora potencia de ingresos económicos.

Para los jóvenes, las nuevas tecnologías son útiles para relacionarse con los demás, como ocurre con los mensajes de texto (SMS), donde la comunicación es fácil e instantánea. Este tipo de relaciones sociales, es lo que les diferencia de la generación adulta, de un lenguaje culto, ya que éste es utilizado con una morfosintaxis y un léxico alto. Tener un dispositivo móvil, es estar conectado las 24 horas del día, aparte de obtener la última generación de esta tecnología y sentirse así más importantes y valorados dentro de su círculo social. En definitiva, se trata de un juguete social, que facilita la capacidad de socialización concediéndoles sentido a su vida (Armayones, et al. 2009).

En la actualidad, las nuevas tecnologías y medios de comunicación respaldan el nivel de vida en las sociedades modernas, son el cimiento de la flexibilización profesional, del sentimiento de libertad y plenitud tanto personal como social, gracias a sus métodos innovadores de comunicación y transmisión del saber (Serrano, 2011).

“La dimensión social de la revolución de la tecnología de la información parece obligada a seguir la ley sobre la relación entre tecnología y sociedad propuesta por Melvin Kranzberg: la tecnología no es buena ni mala, ni tampoco neutral. Es en efecto, una fuerza, probablemente más que nunca bajo el paradigma tecnológico actual, que penetra el núcleo de la vida y la mente” (Castells, 2000. p 109).

Con la entrada de la globalización y la inserción de las TIC en la sociedad, los individuos se han ido aislando socialmente evitando el contacto físico, puesto que prefieren entablar relaciones a través de los distintos medios de comunicación y redes electrónicas. Se revaloriza la máquina por encima de la persona, lo cual propicia el mismo aislamiento del sujeto frente a la sociedad (Aznar, 2005). Así, el sujeto encuentra un mecanismo de escape de las normas sociales y se sumerge en un mundo privado que abre puertas a la autonomía, al control de sí mismo y facilita cambiar las cosas con las que no está conforme,

impulsándolo a expresarse de manera más libre, teniendo en cuenta que el rechazo en estas redes sociales es más específico y probablemente regulado.

Cabe señalar que, aunque el uso excesivo de estas tecnologías puede causar aislamiento del sujeto; también se ha encontrado que el uso de este se da como un mecanismo de compensación en donde la conectividad genera que el sujeto abandone sus actividades cotidianas y se vea inmerso en un espacio que este percibe como seguro, debido a que se busca evadir la realidad que lo rodea. En algunos casos, el uso de las nuevas tecnologías se ha convertido en un mecanismo de defensa, ya que el sujeto no se encuentra en condición de vulnerabilidad (física, mental y emocional) que como lo estaría si se relacionara directamente (Del Pozo y González, 2011).

De igual forma, la tecnología proporciona prestigio y poder ante la sociedad, puesto que, retomando el fenómeno de la inmediatez, el tipo de dispositivo electrónico entra en juego como un agente social, el cual, si no se obtiene, genera rechazo ante los demás. Las tecnologías implican un sentido de pertenencia y de aceptación, es por esto que las nuevas redes sociales como Facebook, Instagram o Twitter propician que el sujeto comparta constantemente aspectos de su vida privada en las “redes públicas”, ya que la aceptación social se convierte en núcleo inconsciente de la persona que busca sentirse continuamente reconocido y aprobado (Del Pozo y González, 2011).

Como se ha mencionado anteriormente, este trabajo de grado se ubica en el contexto de la Pontificia Universidad Javeriana. Por esto, es necesario hacer hincapié en la misión de la universidad, ya que el rector de la misma el Padre Jorge Humberto en su discurso de nombramiento de decanos afirmó que:

“los decanos se comprometan con la implementación de la reforma estatutaria, puesto que ésta contiene un plan de formación de profesores y directivos que complementan el área disciplinar frente al uso de la TIC y la formación pedagógica. Se busca proporcionar una formación integral de personas que tengan una calidad humana, ética, académica, profesional y responsabilidad social” (Acuerdo No. 576 del Consejo Directivo Universitario, 26 de abril de 2013).

También espera “desarrollar conciencia sobre las distintas bases para obtener una sociedad justa, sostenible, incluyente, democrática, solidaria y respetuosa de la dignidad humana” (Acuerdo No. 576 del Consejo Directivo Universitario, 26 de abril de 2013). Esta formación integral que la universidad tiene como objetivo proporcionar, se da en este ámbito como un todo, no sólo en el desarrollo de currículo de las distintas facultades, sino que ofrece otras oportunidades que son parte de esta formación. Esta investigación, para la institución, tiene como objetivo ampliar las fronteras del conocimiento de los estudiantes, las cuales implican el acercamiento a la comunidad científica respectiva, que está respaldada por la universidad. A raíz de lo siguiente, se encuentra una pertinencia singular dentro del ámbito universitario, puesto que al ser las nuevas tecnologías un fenómeno crucial que le ha dado un giro innovador a la educación, es necesario acogerlas y conocerlas para obtener los mejores frutos de estas y buscar los mecanismos adecuados que permitan mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

Fundamentación Teórica

Los impactos de las TIC

A continuación, el orden de ideas que seguirá el trabajo, será en un principio contextualizar y definir las TIC y cómo estas han repercutido tanto positiva como negativamente en la sociedad. A partir de esto, se centrará en la adicción a las TIC, enfocándose específicamente en la nomofobia. Posteriormente, se explicará cómo las TIC se introducen en el contexto educativo y la relación de estas en el aprendizaje y la atención en los jóvenes.

Las nuevas tecnologías de la información se definen como un “conjunto de procesos derivados de las nuevas herramientas (hardware y software), soportes de la información y canales de comunicación relacionados con el almacenamiento, procesamiento y transmisión digitalizados de la información” (Aljure, 2010. p 12).

Según Labrador (como se trata en Serrano, 2011. p 5), las TIC son “una variada gama de instrumentos, herramientas, canales y soportes dedicados esencialmente al uso, manejo, presentación, comunicación, almacenamiento y recuperación de información tanto analógico como digital”. Estas herramientas nacidas en y para las sociedades globalizadas, permiten a los individuos obtener, entender y trabajar con una diversidad de información digitalmente relacionada con el medio ambiente que lo rodea, con el fin de poder controlar y crear soluciones específicas a los problemas que se puedan presentar.

Se considera como tecnología de información desde el teléfono celular y las PDA (personal digital assistant), hasta las grandes redes que interconectan a las organizaciones e internet (González, 2003). Todos estos medios ofrecen ofertas y demandas que pertenecen a un mercado globalizado y flexible, en el que todas las personas obtienen información inmediata de toda clase de bienes y servicios de cualquier parte del mundo, a través de internet como medio de comunicación, correos electrónicos y otras formas, como la de las redes sociales (Bernete, 2009).

A finales de los 70s y principios de los 80s, emerge la generación NET, más conocida como nativos digitales, la cual constituye aquellos sujetos que crecen rodeados de las nuevas tecnologías, con un alto nivel educativo y una diversidad étnica (Serrano, 2011). Estos absorben todo lo que las TIC pueden ofrecer, tanto las maneras de aprendizaje y enseñanza, como de diversión y relaciones sociales, consumiendo datos de diversas fuentes, conectados permanentemente, creando sus propios contenidos (Benito, García, Portillo & Romo, S.f). Los nativos digitales prefieren los juegos antes que el trabajo serio, estos individuos son multitarea, manejan las nuevas tecnologías con una gran soltura, desafían distintos canales de comunicación simultáneamente, optan con preferencia por los formatos gráficos y digitales a los textuales, sus acciones y decisiones son inmediatas (Benito, García, Portillo & Romo, S.F.).

En la sociedad actual, los jóvenes viven inmersos en las nuevas TIC tanto en actividades escolares, familiares, como en sus diversiones y pasatiempos. En los diversos escenarios digitales los jóvenes se sienten libres de sus responsabilidades, y les da la oportunidad de conocer gente y tener relaciones tanto personales como profesionales

(Buxarrais, Burguet, Duprat, Noguera, & Tey, 2011). Las TIC tienden a normalizar e igualar su uso dentro de todo tipo de relaciones, haciendo que los nativos digitales desconozcan los contextos particulares, niveles de acceso, habilidades e intereses personales, inhabilitando las distintas relaciones de los jóvenes con el mundo globalizado (Gualteros. Et al; 2011. p 113).

Al igual que existen los nativos digitales, también se encuentran los inmigrantes digitales, que son todos aquellos sujetos que han nacido fuera de la generación en red y han visto su evolución y desarrollo, convirtiéndolos en discípulos de este fenómeno actual, aclimatándose a su entorno y ambiente de manera instructiva pero a su ritmo propio, conservando cierta conexión con el pasado, caracterizándose por su interés innovador y explorador, queriendo absorber con comprensión todo lo que abarcan las nuevas tecnologías y aprender su uso correcto. En primer lugar, se decanta por la práctica y luego por la teoría que le permite sobrevivir (Prensky, 2010).

Los inmigrantes digitales tienen la necesidad de comunicarse de modo diferente con sus propios hijos, alumnos, todos aquellos jóvenes NET, ya que se encuentran en la encrucijada de asimilar una nueva lengua, donde sus vástagos están sumergidos completamente, dominando con soltura y sin temer este nuevo lenguaje que ha pasado a ser parte de su sistema cognitivo (Prensky, 2010).

Según Castells (2009) en el momento en el que se desarrollan las nuevas tecnologías de información y comunicación, estas van a ser utilizadas como un nuevo poder dentro del sistema. Hoy en día, la información se percibe como el insumo principal para el control social, debido a que a través de ésta se pueden conocer detalles más íntimos sobre la vida de cada sujeto, y se especifica qué medios sociales está utilizando cada uno. La información es vista como un bien público bajo el derecho que tienen los individuos a conocer. A raíz de esto, la información se garantiza a través de los diferentes mecanismos y redes (Escobar, 2008).

Tras la implementación de las nuevas tecnologías, estas han traído consigo impactos positivos característicos de un fácil acceso a la información y han contribuido al

favorecimiento del aprendizaje autónomo, creativo y constructivo en el ámbito social, cultural y académico. Otorga contenidos compartidos que favorecen el trabajo colaborativo, la horizontalidad y la interactividad. Son varias las posibilidades que ofrecen las TIC, ya que conceden múltiples herramientas que facilitan la conexión y comunicación fácil e inmediata, la motivación, la alfabetización digital, el interés académico de estudiantes y de todos aquellos que quieran investigar sobre cualquier temática (González, 2003).

Los aspectos negativos reflejados por el uso excesivo de las TIC, ha generado ciertos riesgos en la sociedad actual manifestándose en los individuos como la inactividad física, ya que el uso de las nuevas tecnologías, sobre todo en el área de las relaciones sociales, hace que se limite la interacción directa con otros sujetos, originando de esta manera, que todo tipo de expresiones afectivas se restrinja a un lenguaje ambiguo, lleno de confusiones debido a la no expresión fonológica de los textos.

De igual forma, las nuevas tecnologías son partícipes del movimiento de la inmediatez, de fácil y eficaz acceso de información, creando herramientas que fomentan nuevos hábitos donde el sujeto se cierra a la experiencia real y se limita a lo intangible como principal medio de resolución de problemas; los nuevos aparatos electrónicos se pueden clasificar como medios contingentes para acosar y vulnerar los derechos de las personas sin riesgo alguno.

En síntesis, la demanda de las TIC es cada vez mayor, fomentando el consumismo en las sociedades, debido al nuevo sistema económico que se fue implementando por medio de la globalización, en donde el sujeto utiliza los medios de comunicación y las nuevas tecnologías de manera indispensable, produciendo dependencia que al no ser controlada adecuadamente puede traer consigo el origen de una adicción, que involucra a los individuos a un mundo lleno de modas y actualidades, donde los jóvenes quieren y necesitan estar a la última con sus aparatos electrónicos, convirtiéndose así en una obsesión enfermiza, como una fobia por adquirir la última novedad tecnológica y estar conectados de manera continua (Echeburúa & Corral 2010).

Del uso de las TIC a la adicción

Como se ha mencionado, el apego a las TIC principalmente se podría introducir como una adicción sin sustancia, entendiendo esta como “aquellas situaciones en las que una persona presenta pérdida de control sobre la conducta, fuerte dependencia psicológica y pérdida de interés por actividades gratificantes” (Centro de Psicoterapia Vinculado, s.f. p 3), interfiriendo gravemente en la conducta adictiva en la vida cotidiana de las personas, generalmente presentado en el uso patológico del teléfono móvil. Tener un dispositivo móvil, es estar conectado las 24 horas del día, ya que aparte de la constante obtención de la última generación de esta tecnología, genera un sentimiento de grandeza y de valoración dentro de su círculo social, es decir, se trata de un juguete social, para hacer amigos concediendo sentido a la vida (Armayones, et al. 2009).

“El teléfono móvil es un instrumento tecnológico relativamente nuevo, versátil y accesible, muy atractivo, especialmente para jóvenes, cuyo uso conlleva riesgos de abuso y comportamientos adictivos” (Pedrero, Rodríguez & Ruiz Sánchez de León, 2012. p 139). En la actualidad, el celular ha incorporado todo aquello que, hasta no hace mucho tiempo, se relacionaba con el uso excesivo del internet, por lo cual, debe considerarse como una plataforma multiadictiva que potencializa una inagotable gama de fuentes de reforzamiento, generando una gran aceptación entre los jóvenes (Pedrero, et al, 2012).

Desde hace unos años, las distintas redes sociales como Facebook, Instagram, Twitter, e internet entre otras, se han incorporado dentro de los teléfonos móviles creando la innovación de los smartphones. La privación del uso de estos aparatos ocasiona síndromes de abstinencia, como la ansiedad, depresión e irritabilidad, por su uso excesivo o por no poder acceder a éste. Se ha establecido una cierta tolerancia social a la necesidad creciente de aumentar el tiempo de conexión a internet para sentirse satisfecho.

Se ha estimado que algunos rasgos de personalidad constituyen una mayor propensión a desarrollar adicciones, puesto que estos incrementan la vulnerabilidad de un sujeto a las adicciones; ejemplos emocionales como: la impulsividad, disforia, intolerancia a los estímulos no placenteros (físicos o psíquicos) y la búsqueda exagerada de emociones

fuertes, pueden ser factores que propician estas adicciones. Por otro lado, desde la perspectiva de la personalidad, la adicción subyace en condiciones como: la timidez excesiva, baja autoestima o rechazo de la imagen corporal, entre otros. En este sentido, un sujeto que se caracteriza por tener una personalidad vulnerable, que tiene una conexión débil en su vínculo familiar y con relaciones sociales pobres, puede generar adicciones a hábitos que proveen recompensas inmediatas, como lo es el uso del celular (Echeburúa & De Corral, 2010. p 94).

Uno de los factores ampliamente estudiados por su relación con el uso excesivo del teléfono móvil ha sido la autoestima. Los sujetos que presentan baja autoestima tienden a utilizar el celular para evitar formas de relación que ellos consideran no placenteros como el contacto físico. De igual forma, estudios han mostrado que la baja autoestima es habitual en sujetos vulnerables a la adicción, como otras conductas psicopatológicas (Pedrero, et al, 2012).

Adquiere relevancia preguntarse cómo estos comportamientos adictivos surgen, puesto que el índice de adicción al uso del teléfono móvil, ha ido y seguirá aumentando. Frente a esto, puede decirse que estos comportamientos se dan debido a la falta de control social e incluso de auto-control en el sujeto. Griffiths cree que las adicciones tecnológicas son un subconjunto de las adicciones conductuales, en donde operacionalmente se define la adicción tecnológica como una adicción conductual que involucra una interacción sujeto-máquina (Bianchi & Phillips, 2005).

El término “adicción” está generalmente vinculado con el abuso de sustancias, como las drogas. Sin embargo, cualquier conducta ordinaria que le genera placer al sujeto es susceptible de convertirse en un comportamiento adictivo, en el momento en el que se empiece a hacer un uso anormal de dicha conducta. La anormalidad, se entiende a partir de la intensidad, frecuencia, cantidad de dinero invertido y en función de cómo interfiera en las relaciones familiares, sociales y laborales del sujeto (Ortiz & Fuentes, 2004).

Generalmente se hace una distinción entre adicción y obsesión. El término de adicción, es utilizado para representar un uso problemático de sustancias, mientras que el

término de obsesión, es para referirse a un problema intelectual y conductual. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, y la teoría encontrada sobre adicción, se puede esclarecer que existen personas que desarrollan cambios químicos cerebrales en respuesta a conductas como lo es el uso del celular (Ortiz & Fuentes, 2004).

La adicción se caracteriza por la pérdida de control y la dependencia, ya que las conductas adictivas se controlan por reforzadores positivos en un principio, puesto que la conducta tiene un aspecto placentero en sí, pero finalmente la conducta termina siendo controlada por reforzadores negativos como lo es el alivio de la tensión emocional. Esto quiere decir, que la persona adicta habla por el móvil o se conecta a internet buscando satisfacer malestares emocionales como el aburrimiento, la soledad, la ira o nerviosismo entre otros. Mientras que una persona normal, puede realizar estas actividades por la utilidad que estas proveen, o el placer de la conducta en sí misma (Echeburúa & De Corral, 2010).

El uso constante del móvil se ha relacionado con las motivaciones a través de seis categorías de conducta: la adictiva, compulsiva, habitual, dependiente, obligatoria (cuando la conducta es impuesta por usos sociales) y voluntaria. De esta forma, cuando la persona haga uso del celular, el sujeto podrá clasificarse en alguna de estas categorías; en el caso específico de la adicción, esta puede presentar una adicción positiva, en el momento en el que el sujeto usa el celular para reducir otras conductas nocivas como fumar, al igual que puede presentar una adicción negativa cuando el sujeto pierde el control de sus comportamientos y genera dependencia (Pedrero, et al, 2012).

Una aproximación conductual frente a las adicciones, se fundamenta en las conductas que proveen satisfacción. Si una conducta le produce placer al sujeto o esta misma ayuda a deshacerse de una conducta negativa como la tensión o el aburrimiento, dicho comportamiento se intensifica y la persona continúa emitiendo esta conducta con el objetivo de obtener placer o evitar una situación negativa. El celular colabora a estos dos factores y por ello se puede sugerir que se pueda desarrollar una adicción al uso del celular (Sahin, et al, 2013).

Las conductas adictivas tradicionalmente se entienden como un tema de voluntad y control propio, debido a que cualquier conducta que genere el desarrollo de una adicción recae sobre el sujeto mismo, de igual forma algunas adicciones pueden caer bajo el modelo moral, por lo que los adictos no se resisten a la tentación.

Los comportamientos adictivos se basan en una dependencia física y psicológica, ya que toda la atención está focalizada en un solo estímulo, permitiendo que cualquier adicción caiga sobre un modelo de enfermedad con el fin de quitar el estigma moral, centrándose así, en el concepto de control generando una dicotomía restrictiva en los posibles resultados de tratamiento. La primera, es cuando el sujeto es totalmente abstemio, es decir, el sujeto tiene un control sobre sus actos; y la segunda, hace referencia a la recaída, significando la pérdida del control (Marlatt, 1985).

Basándose en una perspectiva de aprendizaje social, los comportamientos adictivos representan una categoría de “malos hábitos”. En términos de frecuencia de ocurrencia, los comportamientos adictivos presumen estar en un uso constante, encajando en categorías de uso excesivo en donde se pierde el control. Estas conductas son vistas como hábitos sobreaprendidos, que pueden ser analizados y modificados de la misma manera que cualquier otro hábito. Lo cual no implica que la continuidad excesiva en el hábito adictivo sea libre de consecuencias negativas a nivel físico o mental, por el contrario se ha reconocido que el modelo adictivo de la conducta, crea hábitos que generalmente conllevan al desarrollo de diferentes enfermedades (Marlatt, 1985).

Tal como se ha ido presentando, “el uso y abuso de Internet está relacionado con variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y el apoyo familiar y social” (Echeburúa & Corral 2010. p 91). Hay que tener en cuenta, que lo que podría ser una afición se puede convertir en una adicción. Para no llegar a este extremo, dentro del núcleo familiar y en la escuela, se realizan programas de estrategias preventivas para que no sucedan ni aparezcan esta clase de riesgos, principalmente hay que tener en cuenta, que la persona que está continuamente conectado a estas tecnologías, debe hacer un uso controlado y supervisado.

Este uso constante del móvil, genera un problema conductual en el sujeto, puesto que este pierde control sobre sus actos. Incluso, el DSM V actualmente ha tomado interés en estos problemas debido al incremento de conductas problemáticas que se han visto a través del tiempo. Bajo el capítulo de desórdenes de conducta, conducta disruptiva y control de impulsos se encuentra un apartado de “otras conductas específicas e inespecíficas”, en donde el diagnóstico para entrar a la categoría, aplica en la presentación de conductas que son características del título del capítulo, y que causan un impacto significativo en el área clínica, social, ocupacional o en otras áreas fundamentales del funcionamiento del sujeto, que no encajan en los otros diagnósticos de este mismo (APA, 2013).

En el capítulo de adicciones del DSM V, después de hablar sobre los desórdenes a sustancias adictivas, se genera una nueva sección sobre desórdenes adictivos que no se relacionan con ninguna sustancia, el apostar y jugar en internet, ya que esta conducta obsesiva que se está viendo inmersa en el mundo de las TIC presenta los mismos síntomas conductuales que aquellos que abusan de las drogas. Ciertamente, estas adicciones, al crear dichos comportamientos en los sujetos y al alterar su percepción psicológica, también, pueden generar otras causas como lo es la ansiedad, cuando no se puede realizar la conducta, o fobias cuando se genera un miedo irracional frente a la misma (APA, 2013).

Distinción entre adicción y fobia

El DSM V define fobia como el miedo persistente a un objeto específico, actividad o situación (APA, 2013). Es un miedo fuera de proporción al actual peligro, o ideación de este, que posee el objeto o la situación a la cual se teme, resultando en un constante deseo evasivo de dicho objeto, actividad o situación. Generalmente la fobia presenta un nivel elevado de ansiedad en determinadas situaciones, lo cual conlleva a la respuesta de evitación a la situación que produce esta ansiedad, pero a través del tiempo esta evitación tiende a empeorar la fobia, ya que la vida del sujeto empieza a centrarse en las precauciones que toma para no presenciar dichas situaciones, y aun así, el sujeto no logra controlarse (Royal College of Psychiatrist, 2008). De igual forma, el DSM V define la respuesta de ansiedad como miedo aprensivo a la anticipación del futuro que viene acompañado de

sentimientos de estrés, preocupación o síntomas de tensión que pueden ser internos o externos (APA, 2013).

El término fobia se emplea para referirse a las “situaciones de intenso miedo, acompañado de evitación, frente a situaciones reales o anticipadas que objetivamente no justifican tales respuestas. La fobia siempre está asociada a estímulos más o menos específicos como situaciones, actividades, objetos, personas, sensaciones, etc.” (Cornejo, 2002. p 111). Estas son frecuentes en la población en general, sin implicar importancia clínica, debido a que los individuos no mantienen contingencia de aproximación hacia los estímulos temidos (Cornejo, 2002). Frente a esto, se ha encontrado que existen distintas fobias: la agorafobia, que es el miedo a los espacios abiertos; la fobia social, el miedo a las distintas interacciones sociales y la fobia específica, que es el miedo puntual a algún estímulo.

Ahora bien, teniendo en cuenta el abuso que se le está dando a las distintas tecnologías de la información y comunicación, al igual que la ansiedad que estas le están produciendo a los sujetos, se está dando una creciente dependencia al celular generando a su vez una “comorbilidad psiquiátrica” es decir, la aparición de varios trastornos como la ansiedad, *ringxiety* (entendido como el fenómeno del *ringtone*, es decir, sentir o imaginarse el sonido del celular), depresión, insomnio, dolor de cabeza, mareos, nomofobia y disminución de la calidad de vida. También causa secuelas físicas como sordera, fatiga visual, tensión del pulgar, dermatitis y problemas conductuales como la adicción al internet, juego patológico, creación de diferentes identidades, proyecciones y disociación sin consecuencias en la vida real (Singh, 2008).

A partir de lo mencionado, se está creando un fenómeno reconocido mediante el nombre de nomofobia, el cual es un comportamiento adictivo hacia los teléfonos móviles, se manifiesta como un síntoma psicológico y de dependencia física. Nomofobia es tener miedo a estar fuera del contacto con el celular, (en inglés) “*no mobile-phone phobia*”.

Esta adicción ha cambiado la forma de trabajar, de socializar y de vivir. Una de las repercusiones que genera esta gran dependencia, es porque salir a la calle sin móvil puede

crear inestabilidad, agresividad y dificultades en la concentración, lo cual está afectando al 53% de los usuarios (Practicopedia, 2011).

La conducta adictiva al teléfono móvil es un trastorno común y reciente que merece su inclusión en los nuevos sistemas de clasificación de CIE XI y DSM V, ya que cumple con los componentes de diagnóstico sobre pérdida del sentido del tiempo, sentimientos de ira, tensión y/o depresión cuando el dispositivo móvil está fuera de nuestro alcance, ya sea debido a la red, batería u olvido del mismo. Las repercusiones negativas del uso del celular serían: bajo rendimiento, aislamiento social, mentiras y fatiga. La dependencia de espacio, tiempo, relaciones sociales se sustituye por la sumisión al celular (Singh, 2008).

El uso problemático del celular puede ser considerado como un comportamiento de adicción. Krajewska-Kulak et al, (2012) hacen referencia al estudio de Takao et al. (2009) en donde examinan la correlación que hay entre el uso del celular y rasgos de personalidad, donde encontraron que el manejo del teléfono móvil se correlaciona con el género, autocontrol, y aprobación. Teniendo en cuenta el criterio de Brown (1993) sobre el comportamiento, las características del adicto al celular son: silencio cognitivo, ya que la actividad domina los pensamientos y las conductas de la persona, conflicto con otras personas o actividades, pérdida de control sobre el comportamiento y síntomas de abstinencia al experimentar sensaciones no placenteras cuando no puede usar el celular (Pedrero, et al, 2012).

Esta creciente conducta ha llevado a concientización del problema que abarca el uso excesivo del celular. Bianchi & Phillips (2005) fueron los pioneros en la investigación científica sobre este comportamiento y crearon el *Mobile Phone Problematic Use Scale* (MPPUS), la cual es una escala para población adulta que busca medir el fenómeno de dicha adicción, basándose en la recopilación de literatura, al igual que añade preguntas de aspecto social que se relacionan con el uso de los teléfonos celulares. Ésta busca correlacionar la frecuencia del uso del móvil y el gasto económico que se le otorga, con la adicción que se puede generar determinando ciertos rasgos de personalidad. La escala detectó que los más jóvenes, extrovertidos y con menor autoestima, presentaban un patrón de uso más desadaptado. Con el transcurso del tiempo, Leung (2008) adaptó el MPPUS con

el fin de abreviarlo y aplicarlo a una población adolescente creando, el *Mobile Phone Addiction Scale* (MPAS) el cual vislumbró que las altas puntuaciones en “adicción al móvil” se asociaban con baja autoestima, alta búsqueda de sensaciones y evitación del aburrimiento (López-Fernández et al, 2012).

Esta comparación del MPPUS y el MPAS, acuerdan que los sujetos que presentan problemas de autoestima, entre otros factores, fomentan el uso desadaptado (en adultos) y adictivos (en jóvenes), la diferencia nominal de las escalas, dando a entender que los jóvenes son los que desarrollan una verdadera adicción al celular, debido a que no se ha establecido completamente el autocontrol. Por otro lado, otra razón por la cual se distinguen las escalas y los términos de conducta, es porque se ha encontrado que las personas mayores suelen distanciarse y no se interesan por las nuevas tecnologías, debido a su estatus como inmigrantes digitales. Por esto, la gente adulta no gasta tanto tiempo navegando e inmersos en su teléfono celular como sí lo hacen los jóvenes (Bianchi & Phillips, 2005).

Debido a que la nomofobia es un fenómeno no estudiado a profundidad, la fundamentación teórica frente a ésta suele ser escasa. De igual forma, existen varios estudios e investigaciones científicas que ayudan a entrever los efectos que ésta está produciendo en jóvenes, especialmente en población universitaria.

En el Reino Unido, se realizó una investigación en una oficina de correos a través de YouGo (líneas prepago de celulares), observando las angustias sufridas por usuarios que no pueden utilizar el celular. Este estudio encontró que el 53% de usuarios con celular muestran ansiedad cuando su dispositivo móvil se pierde, se queda sin batería, sin saldo o cobertura. Alrededor del 58% de los hombres y el 48% de las mujeres sufren de esta fobia, de los cuales el 9% se sienten estresados cuando sus celulares están apagados (Bivin, J. Et al, 2013). El estudio muestreó 2163 personas, de los cuales el 55% de los encuestados citó mantenerse en contacto con amigos o familiares como la principal razón de tener ansiedad cuando no podían utilizar su dispositivo móvil. El 10% de los encuestados expresó que tenían que estar localizables todo el tiempo debido a su trabajo (Bivin, J. Et al, 2013).

A raíz del estudio en el Reino Unido, se llevó a cabo una investigación adoptando un diseño descriptivo transversal en el escenario de la India para determinar el riesgo de nomofobia, teniendo en cuenta el enorme aumento del número de usuarios de telefonía móvil en la última década. La investigación se realizó con estudiantes de posgrado masculinos de la facultad Ciencias de la Salud, ya que es la generación más joven la que está a la última en consumir estos dispositivos móviles. El patrón era el uso del dispositivo celular y el nivel de dependencia psicológica de estos (Bivin, J. Et al, 2013). Observaron que el grupo de jóvenes con 25 años de edad utilizaban con bastante frecuencia los celulares, ya que la mayoría de estos vivían en albergues. Sin embargo, también se destacaba el resto de estudiantes que asistía a la universidad solamente en el día, demostrando que el uso con sus móviles era permanente, debido a que necesitaban estar en contacto con sus familiares y amigos, encontrándose “lejos” de ellos por un periodo de tiempo transcurrido en clases y pasantías en los hospitales (Bivin, J. Et al, 2013).

La muestra de referencia que se tomó fue de 574 estudiantes de Ciencias de la Salud, entre ellos enfermería, odontología, fisioterapia y ayurveda. Los estudiantes escogidos eran tanto alberguistas (internos), como estudiantes de día (semi-internos), ambos utilizaban el móvil con frecuencia con una duración entre una y dos horas al día (Bivin, J. Et al, 2013).

Los resultados dictaminaron que, los estudiantes varones de posgrado de la facultad Ciencias de la Salud, comprendidos por 220 de enfermería, 153 de odontología, 141 de ayurveda y 33 de fisioterapia, con edad media entre 23 y 48 años, el 4.87 % usaban el celular de forma media. Mientras que el 91.04 % de los sujetos incluidos en el estudio, lo utilizaban con regularidad y el 76.78 % de ellos empleaban su dispositivo móvil con más frecuencia, alrededor de 35 veces al día. El 74.04 % utiliza el móvil para conectarse a internet, y el 14.81 % informaron que solían llevar siempre un cargador de celular entre sus cosas personales (Bivin, J. Et al, 2013).

Según este estudio y los resultados obtenidos, el 64 % de los sujetos tiende a desarrollar nomofobia, mientras que el 23 % de ellos ya son nomofóbicos. El resultado muestra que las puntuaciones son iguales entre la población estudiada independientemente de su corriente educacional (Bivin, J. Et al, 2013).

Alrededor del 55 % de los encuestados, citó que necesitaba tener celular para mantener contacto con los amigos o la familia como la principal razón de llegar a estar ansiosos por no poder hacerlo. Incluso, un estudio que se realizó por Análisis de Mercado y de la Organización de Investigación del Consumidor (MACRO) en Mumbai para estudiar los diversos patrones y asociaciones de uso del teléfono móvil, reportó que el 58 % de los encuestados no podría prescindir de un teléfono móvil, incluso por un día (Bivin, J. Et al, 2013).

A raíz de este fenómeno de la nomofobia que se ha incrementado mundialmente durante la última década (especialmente en adolescentes), se ha encontrado un estudio comparativo realizado en Polonia y Bielorrusia, en donde se buscaba examinar el rol del teléfono móvil en la vida de estudiantes universitarios, observando las señas de adicción y diferencias entre ellos (Krajewska-Kułak et al, 2012). Este estudio comprendió un total de 387 universitarios, 160 bielorrusos y 227 estudiantes polacos, entre los 18 y 30 años de edad. La investigación tuvo un corte cualitativo donde se usó un cuestionario basado en tres partes: la primera comprendida por los datos sociodemográficos y seis preguntas básicas para el tema de investigación; la segunda parte del cuestionario hacía referencia a lo económico, pensamientos sobre la adicción, qué usos obtienen del celular y qué entienden por nomofobia; finalmente la última parte se centraba sobre todo hacia la conducta adictiva de un celular, profundizando ante preguntas como el impacto que ha tenido en sus amigos, la cantidad de mensajes de texto escritos, entre otras (Krajewska-Kułak et al, 2012).

Los resultados obtenidos fueron estadísticamente significativos, puesto que 35.2 % de los estudiantes polacos y 68.8 % de los estudiantes de Bielorrusia estaban convencidos de que sí existe un daño, y que el uso constante del celular puede generar daño en los jóvenes. La mayoría de los participantes declararon que en los posibles lugares donde podrían apagar el móvil, es en el teatro o en la iglesia; de igual forma, otra mayoría (83.7 % polacos y 71.9% bielorrusos) afirmaron que nunca, desde su obtención, han apagado sus teléfonos móviles. Se mostró de acuerdo a este cuestionario que el 22.9 % de los estudiantes polacos y 10.4 % de los estudiantes bielorrusos mostraban síntomas de adicción al celular, aún

cuando sólo 46 % de los polacos y 28.8 % de los estudiantes conocían la definición de nomofobia (Krajewska-Kuľak et al, 2012).

Ahora, dicho uso problemático del celular ha afectado varios ámbitos del sujeto como el sueño. En Turquía, se realizó un estudio sobre la adicción al teléfono celular y la calidad del sueño. Este se llevó a cabo en la Universidad de Sakarya, obtuvieron una muestra de 576 participantes. El objetivo principal de este, era determinar el nivel de adicción en una población universitaria para así examinar varios factores asociados y evaluar la relación entre el nivel de adicción y la calidad del sueño (Sahin et al, 2013).

La investigación se basó en un estudio transversal, donde se utilizó la escala del uso problemático del celular para medir el nivel de adicción y el Pittsburgh Sleep Quality Index para examinar la calidad del sueño. De los 576 participantes, 296 (51.4 %) eran mujeres y 208 (48.6 %) hombres; con una media de edad de entre 20.83, siendo el mínimo 17 años y el máximo 28 años. El nivel de adicción más alto se vio en los estudiantes de segundo año de universidad. Por otro lado, están los que presentan una calidad de sueño muy deteriorada, integrando aquellos que presentan un bajo ingreso económico familiar, los clasificados con personalidad tipo A, haciendo referencia a la “conducta caracterizada por un sentimiento de urgencia y un esfuerzo constante de competencia” (Flores, 2001. P 20), aquellos que obtuvieron su primer celular sobre los 13 años de edad o menos, y por último los que usan el móvil entre 5 horas o más diariamente; teniendo en cuenta que los que presentan una adicción al celular también tiene una calidad de sueño más deteriorada (Sahin et al, 2013).

El estudio llegó a la conclusión, de que la calidad del sueño empeora con el aumento de la adicción al teléfono celular. Los estudiantes que obtuvieron un nivel alto de adicción fueron referidos a centros médicos avanzados debido a su diagnóstico adictivo temprano, previniendo a los estudiantes a través de cursos y charlas de un uso más controlado del teléfono móvil (Sahin et al, 2013).

El impacto de las TIC en el ámbito académico

Dentro del ámbito académico, las nuevas tecnologías han empezado a ser consideradas esenciales en la sociedad actual, ya que permiten fácil y rápido acceso para adquirir nuevos conocimientos y fortalezas en las competencias individuales, sociales y en la capacidad de aprendizaje (Lepicnik & Sams, 2013).

Bauman (2013), muestra cómo las instituciones escolares incluso se han vuelto en fomentadores de consumismo para los jóvenes, ya que se genera inconscientemente la idea de reemplazar las escuelas secundarias por academias dirigidas debido al mercado de consumo, y en “los parámetros que están destinados a determinar el volumen completo de conocimientos y aptitudes que debe disponer la nación al igual que su distribución entre los segmentos de la población” (p. 65).

Debido a que estas TIC están siendo utilizadas para diferentes procesos educativos, las instituciones y organizaciones educacionales están capacitando a docentes, para que al mismo tiempo éstos les enseñen a los estudiantes el dominio de las TIC para generar capacidades que le serán útiles en un futuro. Estos nuevos ámbitos tecnológicos en donde los medios de comunicación e información se ajustan al modelo pedagógico, hacen que se establezca una sociedad cognitiva de aprendizaje y tecnología. Frente a estas nuevas implementaciones y cambios en las áreas educativas, cabe preguntarse ¿cómo se está dando este nuevo proceso de aprendizaje? El constructivismo se ha ido usando frecuentemente para investigar estos fenómenos en el aprendizaje y la enseñanza (Sánchez, 2004).

El constructivismo es una epistemología que busca comprender el cómo del aprendizaje, teniendo en cuenta que las herramientas disponibles a conocer son los sentidos y los procesamientos cognitivos sobre dichos estímulos. Puesto que el sujeto construye mentalmente y de manera subjetiva su entendimiento frente al mundo, dándole sentido a su aprendizaje a través de lo expresado y de su experiencia previa. Por esto, las TIC pueden constituirse como buenas herramientas para generar significados, ya que el aprendizaje se da a través de un modelo colaborativo, en donde las experiencias que estas herramientas ofrecen en interacción con las personas que nos rodean y que generan un efecto en el sujeto

mismo, ayudan a que el individuo construya una gran variedad de significados. Este aprendizaje colaborativo toma importancia pedagógicamente, puesto que la comparación de experiencias y significados hacen que se constriña el pensamiento de la persona (Sánchez, 2004).

Frente a esta interpretación de las TIC como herramienta pedagógica, Marciales et al. (2010) exploraron tres tipos de perfiles que hablan de la competencia informacional de estudiantes universitarios. Desde una perspectiva socio-cultural, entendieron que el perfil es “una práctica habitual que es situada y variada” (p. 187). Los perfiles que encontraron en la investigación fueron: el recolector, verificador y reflexivo definidos como:

El perfil recolector cuyos sujetos se caracterizan por la falta de experiencias familiares o escolares dirigidas a la orientación de las prácticas de uso de las fuentes de información, por lo que todo su aprendizaje se debe a las acciones centradas en el ensayo y error. Están habituados a excelentes resultados académicos, donde el éxito es solamente la nota asignada por el docente (Marciales, et al. 2010).

Los individuos clasificados en este perfil se destacan por la creencia de que la verdad se encuentra en internet, ya que este medio concede todo tipo de información de manera fácil y rápida. Estos sujetos tienden a recolectar abundante información. Las motivaciones nacen básicamente del deber, es decir, de lo que espera una figura de poder, de autoridad, en términos de desempeño individual (Marciales, et al. 2010).

Las más frecuentadas en cuanto a las prácticas de acceso, evaluación y desempeño de las fuentes de información por los llamados “recolectores”, son Google y Wikipedia usadas como principal herramienta de búsqueda mediante la utilización de una palabra clave en la tarea asignada. Normalmente se suele copiar dicha información textualmente de las fuentes encontradas en el mundo virtual (Marciales, et al. 2010).

En segundo lugar el Perfil Verificador, hace referencia a la singularidad de esta centrándose en las experiencias recolectadas en el ámbito familiar o escolar enfocadas a las prácticas de uso de las fuentes de información, por lo que el aprendizaje se destaca en el

acompañamiento recibido. Estas experiencias tienden a comenzar con la finalización de la básica secundaria (Marciales, et al. 2010).

“El conocimiento y la forma de llegar a conocer se entienden como relativos y relacionados con el punto de vista en el cual se sustenta” (Marciales, et al. 2010. p 205). Por tal justificación, se valora el conocimiento sobre distintas perspectivas ante un problema, asegurándose que la información provenga de páginas seguras, validadas tanto por criterios académicos o científicos, como son las revistas científicas, páginas de internet de instrucciones especializadas en el tema de investigación o incluso resultados de investigación (Marciales, et al. 2010).

Estos sujetos utilizan los medios virtuales para crear un mapa del territorio que van a indagar; por lo general el explorador más frecuentado es Google, es su principal herramienta, mientras que los libros son una fuente provechosa cuando se posee cierta información general del tema. El aliciente de estos individuos es el crecimiento cultural y educativo, es decir, la realización de sus tareas y búsquedas están orientadas fundamentalmente para su aprendizaje con valor a lograr sus metas formativas (Marciales, et al. 2010).

Una característica a destacar es la comparación que hacen estos sujetos con diferentes fuentes de información; producen distintos puntos de vista sobre el mismo tema, verificando el análisis en la relación de los diferentes textos confiables encontrados, ya sea de internet o de la base de datos de una biblioteca, en cualquier formato (Marciales, et al. 2010).

Por último está el perfil reflexivo, se destaca por la “existencia de experiencias familiares o escolares orientadoras de las prácticas de uso de las fuentes de información, de manera que los aprendizajes en el hogar se continúan y fortalecen en las experiencias académicas” (Marciales, et al. 2010. p 205).

Los sujetos con este perfil optan por recopilar información a través de páginas con reconocimiento académico, libros y fuentes de información que amplían la comprensión. El uso o no del internet para conseguir información depende de los límites de tiempo de la

tarea. Sobre la principal causa motivadora para realizar una actividad académica, se tiene en cuenta, “los factores relacionados con las demandas académicas, tanto en termino de resultados esperados como de aporte a la formación” (Marciales, et al. 2010. p 205), enfocando el aporte que puede representar una tarea de esta índole teniendo en cuenta el propio proyecto de vida, así como el enriquecimiento adquirido por todo el conocimiento nuevo (Marciales, et al. 2010).

El inicio de la indagación de información para estos individuos, es la formulación de preguntas propias y la planificación de la búsqueda en función de éstas, después de realizar varias pesquisas de páginas reconocidas académicamente, se validan con otras fuentes y con el punto de vista propio del investigador. Por lo tanto, el análisis y la valoración de la información se dan en función de las preguntas propias del estudiante, formuladas al comienzo de la búsqueda (Marciales, et al. 2010).

La incidencia en la atención

Con la implementación de la tecnología en el mundo actual, estos perfiles de competencia informacional se facilitan a través del teléfono móvil. Por esto, dentro de un área educacional las tecnologías pueden ser beneficiosas para ciertas temáticas y metodologías, aunque no obstante interfieren de igual manera sobre la atención de los estudiantes, distrayéndolos del objetivo principal de la clase.

Según el DSM V la atención es clasificada como la habilidad de focalizar sostenidamente un estímulo o una actividad en particular, un disturbio en la atención se manifiesta por una fácil distracción o dificultad para concentrarse o finalizar una tarea (APA, 2013). Se aparta del entorno para manejar eficazmente tareas específicas. Existen dos tipos de limitaciones de atención, el primero es un proceso serial que únicamente puede hacer una actividad a la vez, por lo que el otro proceso que es paralelo permite hacer cierto número de actividades de manera simultánea, sujeto a cierto límite máximo al número total de operaciones que se pueda realizar en un momento en concreto (Norman, 1969).

Según Norman (1969. p 20), William James (el padre de la atención) define este término como:

“la toma de posesión por la mente, en forma clara y vívida, de un solo objeto de entre los en apariencia números objetos cursos de pensamientos simultáneamente posibles. A su esencia pertenece la localización y la concentración de la conciencia. Implica retirarse de algunas cosas para manejar eficazmente otras”.

El sujeto está siempre en un rastreo activo de búsqueda de estímulos, de los cuales este no sabe cuándo se van a manifestar; en el momento que salen a relucir los estímulos la atención se focaliza en uno en concreto, existiendo la posibilidad de múltiples distractores que hacen que el sujeto sólo se focalice ante el estímulo no deseado generando una falsa alarma (Sternberg, 2011).

Las alteraciones en la atención pueden implicar una falla en el funcionamiento ejecutivo, por esto es necesario resaltar los diferentes procesos que se encuentran implicados en la actividad atencional. En primera instancia, la atención selectiva se entiende como la capacidad para enfocarse en uno o dos estímulos importantes mientras se omiten conscientemente los otros estímulos. Por otro lado, la atención dividida hace alusión a la actividad en donde se activan los diferentes mecanismos del organismo para responder a las variadas demandas del ambiente. Finalmente, la atención sostenida se define como la actividad en donde el organismo mantiene el foco atencional, y permanece alerta a la presencia de uno o determinados estímulos, en largos periodos de tiempo (Díaz et al. 2012).

Frente a estos tipos de atención se encuentran varias teorías de filtro que colaboran a obtener una mejor comprensión sobre el funcionamiento específico de la atención selectiva. Uno de ellas es la “teoría multimodal” proponiendo que la atención es un proceso flexible, “la selección de un mensaje sobre el otro puede hacerse en cualquiera de varios puntos diferentes en el curso del procesamiento de la información” (Sternberg, 2011. p 156), de acuerdo a esta, el procesamiento de la atención se realiza en tres etapas, de las cuales las dos primeras el sujeto no es del todo consciente. En la primera etapa, el individuo construye representaciones sensoriales de los estímulos, en la segunda, este construye

representaciones semánticas, y por último, estas representaciones se vuelven conscientes (Sternberg, 2011)

La atención es influida tanto por la ansiedad basada en un rasgo (personalidad) como por la ansiedad que se relaciona con la situación. Ambos tipos de ansiedad afectan y disminuyen la atención. Existen tres factores que influyen en la restricción de ésta, los cuales son: la activación general, el aumento de la excitación y la naturaleza de la tarea. En primer lugar, la activación general hace referencia a procesos biológicos como el estado de sueño. Por otro lado, el aumento de la excitación es cuando se da un interés específico en cuanto a una actividad, bloqueando los distractores. Finalmente, la naturaleza de la tarea teniendo en cuenta que ésta puede ser de carácter complejo, influye en la atención incidiendo de manera particular al sujeto durante la realización de la tarea (Sternberg, 2011).

Es relevante señalar, que la teoría de los recursos atencionales, da a conocer cómo se puede realizar a la vez más de una tarea que demande atención; sin embargo, se ha podido evidenciar que los sujetos tienden a dividir mejor su atención cuando las tareas en competencia son de modalidades diferentes; teniendo en cuenta que existe una mayor probabilidad de presentar interferencia entre dos tareas visuales, en contraste con una tarea auditiva y una visual. Cabe aclarar que, a medida que se automatizan las distintas acciones, la atención que el sujeto le presta a éstas se disminuye focalizando su atención en otras actividades. De igual forma las tareas no se automatizan por completo, puesto que continúan siendo premeditadas y concientizadas por el sujeto, implicando igualmente altos niveles de procesamiento cognitivo (Sternberg, 2011).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, como en la actualidad se ha infundido e incluso naturalizado el uso excesivo del celular, se tiene la falsa concepción de que ésta conducta puede ser automatizada por el sujeto, pudiendo realizar varias tareas mientras hace uso del móvil. Sternberg (2011) considera y alude el estudio de Warner (2004) sobre la investigación de las causas de los accidentes automovilísticos, debido a que durante la conducción se automatiza una variedad de conductas. Entre los resultados encontrados, se evidencia que el 5% de los accidentes son debidos al uso del celular. “Estos hallazgos,

combinados con los efectos de la atención dividida, ayudan a explicar por qué se observa un incremento en los percances cuando están involucrados los teléfonos celulares” (Sternberg, 2011. p 163).

Internet es un medio tecnológico que ha sido impactante para muchos jóvenes, ya que le ha proporcionado cantidad de beneficios, sin embargo, para algunos individuos este medio se ha vuelto una obsesión, que puede ser perjudicial, puesto que llegan a ser incapaces de controlar su uso e incluso llegar a extremos como poner en peligro su trabajo o relaciones (Echeburúa & Corral 2010).

Para Mejía (2008, p. 74) “la sobrecarga de información a la que se está sometida hoy cualquier persona a través de los medios y la multimedia”, hacen necesario posicionar como fundamental las competencias informacionales en los debates académicos, en las convocatorias investigativas y en los diálogos de universidad-empresa.

Las competencias informacionales son comprendidas como un proceso integrado por las creencias, las motivaciones y aptitudes que construye el sujeto a lo largo de su biografía, el cual se constituirá en una matriz de sentido que determinará la forma de cómo los jóvenes apropian la información a partir del acceso, la evaluación y el uso que hacen de esta (Marciales-Vivas, et al; 2008). Igualmente se destaca su valor como recurso para que los jóvenes tengan cada vez una mayor capacidad de ajuste y afrontamiento frente a las demandas de la época (Gualteros, Marciales, Cabra & Mancipe, 2011. p 111).

Teniendo en cuenta que los jóvenes universitarios se podrían encontrar expuestos a conductas dependientes ante las TIC y que éstas podrían afectar sus capacidades atencionales, es preciso abarcar este tema desde la universidad, buscando la creación de programas de prevención abarcando la discusión desde las distintas áreas del conocimiento, con el fin de obtener un mejor manejo y una mayor concientización de los factores negativos que se pueden producir por causa de un mal uso.

Es frecuente encontrar docentes que regulan e incluso prohíben el uso del teléfono móvil con la intención de disminuir los distractores en el aula y optimizar el aprovechamiento de la clase. La teoría inferida permite hipotetizar que: la privación del uso

del celular puede generar una reacción nomofóbica y que, la privación del uso del celular puede optimizar el desempeño en la realización de tareas en el aula. Por esto, es relevante preguntar ¿qué incidencia tiene la privación del teléfono celular en los niveles de ansiedad de estudiantes que realizan una tarea académica dentro del aula?

Objetivos

Objetivo General: Identificar las narrativas de dos grupos de estudiantes a propósito de la incidencia de la privación del teléfono celular en los indicadores de atención y ansiedad en la realización de tareas académicas en el aula de clase.

Objetivos Específicos:

1. Identificar los indicadores de ansiedad entre grupos de estudiantes de psicología que tengan o no, acceso al teléfono celular durante la realización de una tarea.
2. Identificar los indicadores de atención entre grupos de estudiantes para establecer su relación con el éxito en la tarea académica.
3. Caracterizar las narrativas generadas por los participantes de la investigación cuando establecen relaciones entre la privación del acceso al celular y el éxito en la realización de una tarea académica en aula.

Categorías de Análisis

Frente a lo planteado anteriormente, el trabajo de investigación se centrará en las siguientes categorías:

Ansiedad: Miedo aprensivo a anticipación del futuro que viene acompañado de los sentimientos de estrés, preocupación o síntomas de tensión que pueden ser internos o externos (APA, 2013).

Atención: La habilidad de focalizar sostenidamente un estímulo o una actividad en particular, un disturbio en la atención se manifiesta por una fácil distracción o dificultad para concentrarse o finalizar una tarea (APA, 2013).

Dificultad de la tarea: Éxito o fracaso en la activación estratégica de competencias específicas, con el fin de llevar a cabo una serie de acciones intencionadas en un ámbito concreto con un objetivo claramente definido y un resultado específico (Ministerio de educación cultura y deporte, 2002).

Método

La siguiente investigación se fundamenta en un método mixto, debido a que la utilización de más de un método potencia la comprensión de diversos fenómenos estudiados, en donde el sujeto y su diversidad se ven involucrados (Pereira, 2011). Entre los métodos hay una relación de combinación dado que el componente cuantitativo se incorpora dentro del cualitativo para potenciar y fortalecer los resultados de la investigación, al igual que aumenta la calidad y la riqueza de los datos (Balestrini, 2005). Esta investigación tiene una dominancia cualitativa y una técnica de análisis de contenido desde la teoría fundamentada, contenido que permite explorar, descubrir y analizar información que en estudios siguientes, puede llevar a generar futuras teorías.

Se emplearon dos instrumentos, una tarea de atención y un grupo de discusión durante la investigación, con el fin de medir, tanto la atención como la ansiedad de los estudiantes en el momento de retirarles el teléfono móvil y asignarles una tarea académica diseñada para el aula que requiera de la atención de estos. Con el fin de mantener un control sobre las variables utilizadas, se optó por tener un grupo control y otro experimental, en el cual sólo al grupo experimental se le privó de usar el celular durante la actividad y parte de la aplicación del STAI.

El componente cuantitativo se basó en la aplicación del test del D2 para situar el nivel de atención de la población con la que se trabajó a través de indicadores empíricos que incorporan la realidad, y el STAI que mide el nivel de ansiedad como rasgo de personalidad

y como estado. El factor cualitativo se da en la aplicación de una tarea de atención y de un grupo de discusión, para poder explorar, descubrir y analizar los significados que surgen en los participantes.

Participantes

Respecto a la población del estudio, la investigación utilizó un muestreo no probabilístico, con un tipo de estrategia de casos reputados, puesto que los participantes fueron escogidos por recomendación de un experto o de un informante clave (Lázaro et al. 2006). Se contó con 73 estudiantes de la facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana con un promedio de edad entre 18 y 23 años de edad, de ambos sexos.

Instrumentos

El primer test utilizado fue el D2, el cual mide la atención, la concentración mental, esfuerzo o control atencional. Este test, es un constructo que alude una serie de estímulos que están enfocados de manera continua a un resultado, donde el enfoque principal está en la capacidad de atender selectivamente algunos aspectos relevantes de una actividad, ignorando los irrelevantes. Los resultados de este test hacen referencia a tres componentes de la conducta atencional: el primero, la velocidad o cantidad de trabajo que hace referencia al número de estímulos procesados en un determinado tiempo. El segundo componente es la calidad del trabajo, es decir “el grado de precisión que está inversamente relacionado con la tasa de errores” (Brickenkamp, 2009. P 9). Por último, la relación de la velocidad y la precisión de la actuación, con ello formar conclusiones tanto del “comportamiento ante el grado de la actividad, la estabilidad y la consistencia, la fatiga y la eficacia de la inhibición atencional” (Brickenkamp, 2009. P 9). El D2 fue validado a través de varios estudios que han permitido su fiabilidad, ya que han obtenido puntuaciones confiables con un índice de correlación mayor de 0,90, incluso en las muestras especiales se encontró unos índices de 0,70 y 0,80 (Brickenkamp, 2009).

El STAI, abarca distintas escalas de autoevaluación que miden conceptos independientes de la ansiedad tales como: Estado (E) entendido como una “condición

emocional transitoria del organismo humano, que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprehensión, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autónomo. Puede variar en el tiempo y fluctuar en intensidad” (Spielberg et al. 1994. P 6) y Rasgo (R) como una inclinación estable ansiosa, por la que se diferencian los sujetos en el momento de percibir las situaciones amenazadoras elevando su ansiedad. Este instrumento ha resultado efectivo para medir ambos conceptos en contextos tanto escolares, de estudios medios y superiores, como en pacientes que forman parte de grupos clínicos.

Los elementos del STAI se diferencian en variables esenciales como la edad, el sexo, y la ansiedad. Estas incluyen una consistencia interna entre 0,90 y 0,93 en el concepto de estado y entre 0,84 y 0,87 en el concepto de rasgo. La fiabilidad se obtiene de una muestra heterogénea y amplia de N=854, y da como resultado coeficientes similares a los anteriores, adquiriendo en estado 0,94 y en rasgo 0,86 (Spielberg et al. 1994).

La tarea específica mencionada consistió en una actividad didáctica que requería tanto atención como conocimientos previos de la asignatura, que se realizó con los estudiantes inscritos en un curso del núcleo fundamental de la carrera de psicología. Todos los estudiantes están matriculados en la misma asignatura pero en dos cursos distintos; uno sirvió como grupo control, al cual no se le intervino ninguna variable, y otro como grupo experimental, al que se le privó del uso del teléfono celular para observar los cambios. Primeramente, la clase se dividió en tres grupos y se llevó a cabo un juego de parques, en donde algunas casillas determinaban preguntas teóricas sobre la materia. Los estudiantes tenían que estar atentos ante los movimientos del juego, debido a que, a medida que respondían un número de preguntas acertadamente se les asignaba un punto. Los estudiantes que acumularan más puntos tendrían un reconocimiento en la nota de la asignatura.

El grupo de discusión, tiene relevancia dentro de la investigación cualitativa, ya que es una herramienta a través de la cual procesos de interacción pueden dar pista de las distintas representaciones, opiniones, actitudes, sistemas simbólicos y relaciones dentro de un grupo significativo de personas. El grupo de discusión es una situación de interacción, en

donde se desarrolla tanto una práctica social, como un discurso que ayuda a vislumbrar el sentido de situaciones particulares a través de un análisis del sentido, en donde el grupo participante genera una práctica discursiva (Arboleda, 2008). El grupo de discusión se realizó simultáneamente con todos los estudiantes presentes en la sesión de clase.

Procedimiento

En primera instancia se les pidió a los participantes interesados, tanto del grupo control como experimental, que firmaran un consentimiento informado el cual explica la pretensión del trabajo de grado, y asegura el anonimato de los participantes (Apéndice A). Se procedió con la aplicación del test D2 respondido voluntariamente por los estudiantes. Dos semanas después, se dividió la muestra en dos grupos, uno experimental y otro de control, con el fin de emplear el STAI seguido del desarrollo de la tarea académica. Ulteriormente a la realización de la tarea se hizo la segunda aplicación del STAI. Se finalizó con el grupo de discusión con los estudiantes. Posteriormente se analizaron y clasificaron los datos obtenidos. Con base en la invalidación de pruebas por inasistencia del D2 y del STAI se procesaron resultados finales con una muestra de 47 participantes.

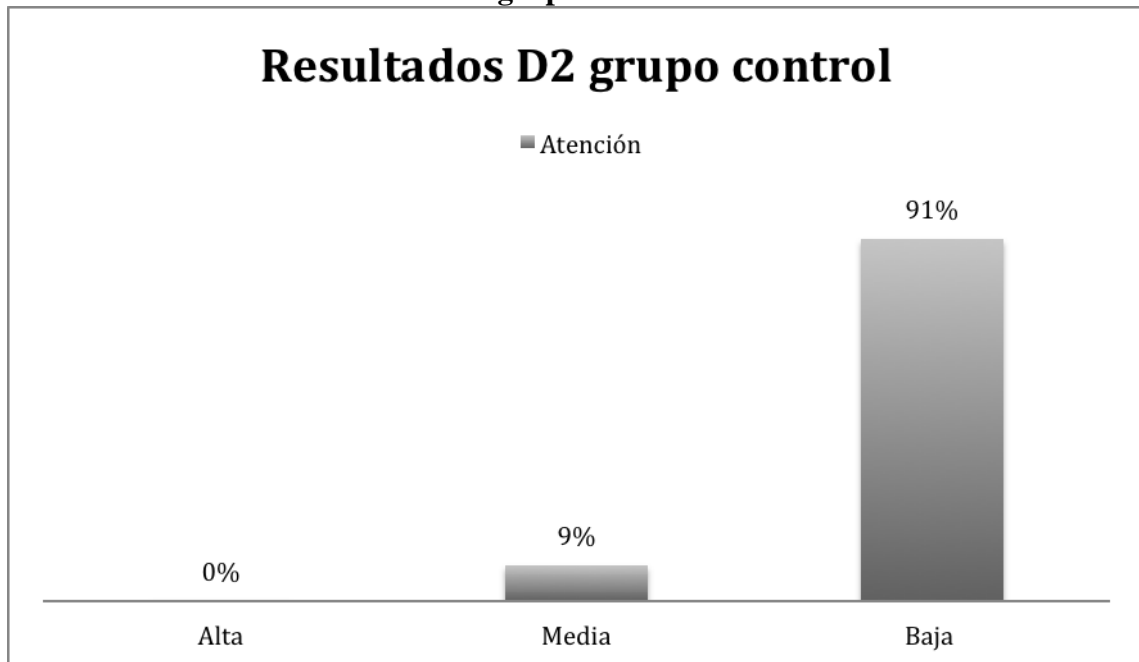
Resultados

Tabla 1. Resultados generales del test de atención D2



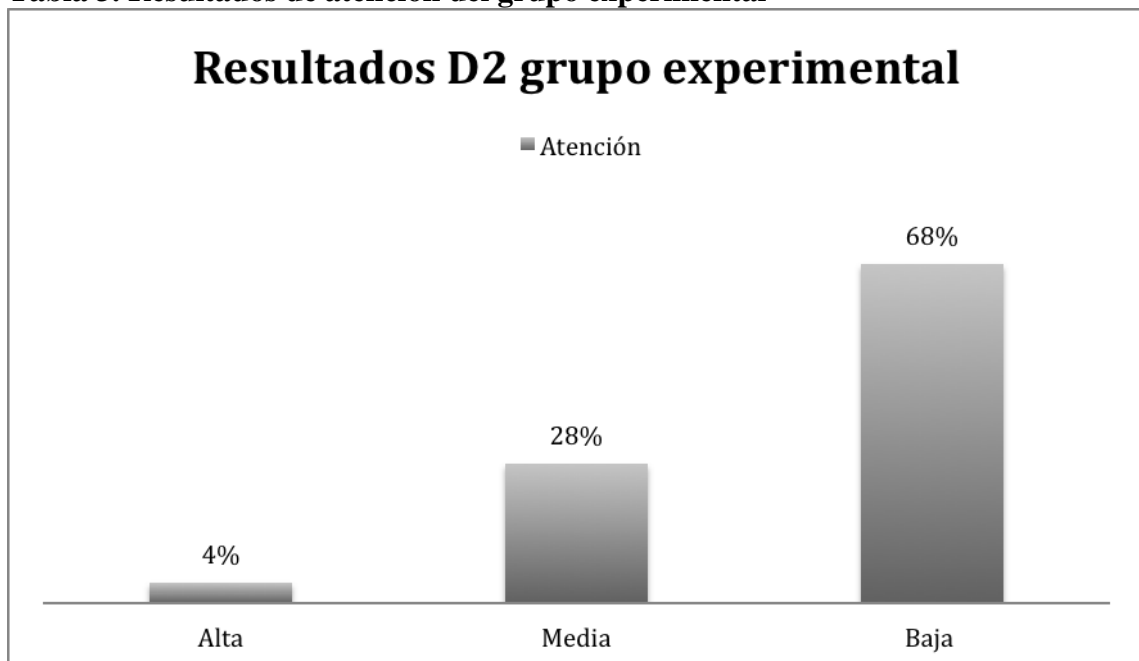
En primera instancia los resultados que se evaluaron fueron los del test D2, puesto que estos suministraron un referente sobre la atención de los estudiantes. Dentro de la puntuación del test, sólo se tuvo en cuenta la variable TOT, entendida como “el número de elementos procesados, menos el número total de errores” (Brickenkamp, 2009. p 59). Se usó esta variable, debido a que facilita una medida de “control atencional e inhibitorio y de la relación entre la velocidad y precisión de los sujetos” (Brickenkamp, 2009. p 59). Se tuvieron en cuenta 66 pruebas del test de atención D2 de las 73 aplicadas. Se encontró que el 3% de los participantes puntuó atención alta, comprendiendo esta entre el percentil 99 hasta el percentil 70. El 14% se situó en un percentil de atención media entre 65 y 40, y por último un 85% ubicado en el percentil de atención baja con un rango de 35 a 1.

Tabla 2. Resultados de atención del grupo control



El grupo control mostró una atención baja del 91%. El 9% restante de atención media, dejando la atención alta con 0%.

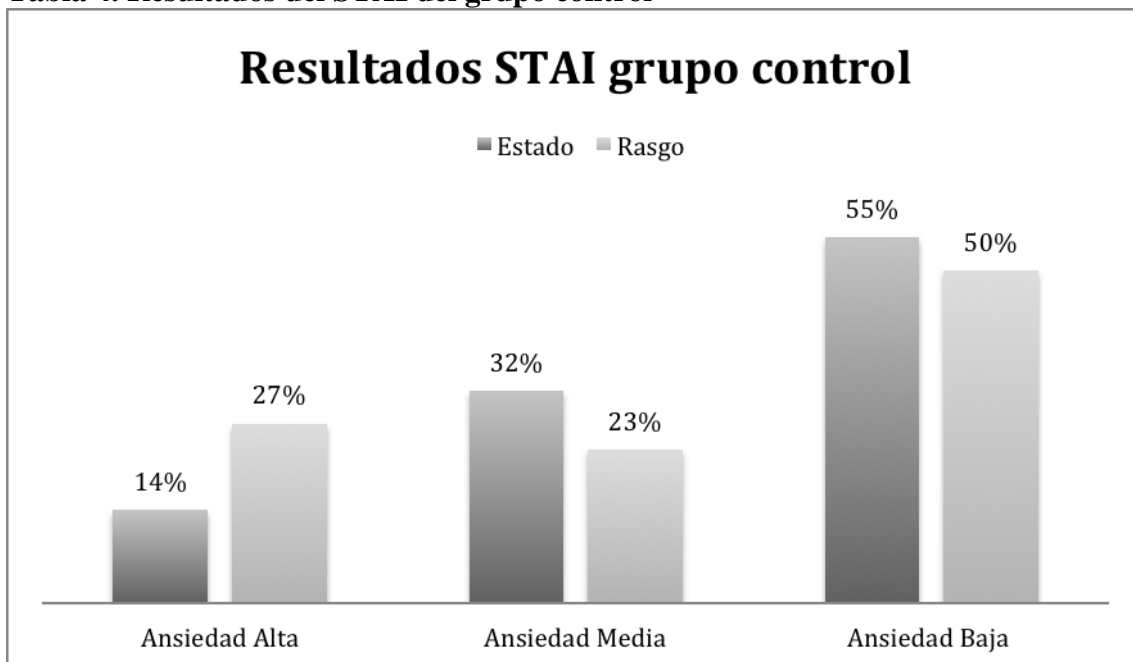
Tabla 3. Resultados de atención del grupo experimental



En el grupo experimental, el 4% obtuvo atención alta, el 28% atención media y 68% una atención baja.

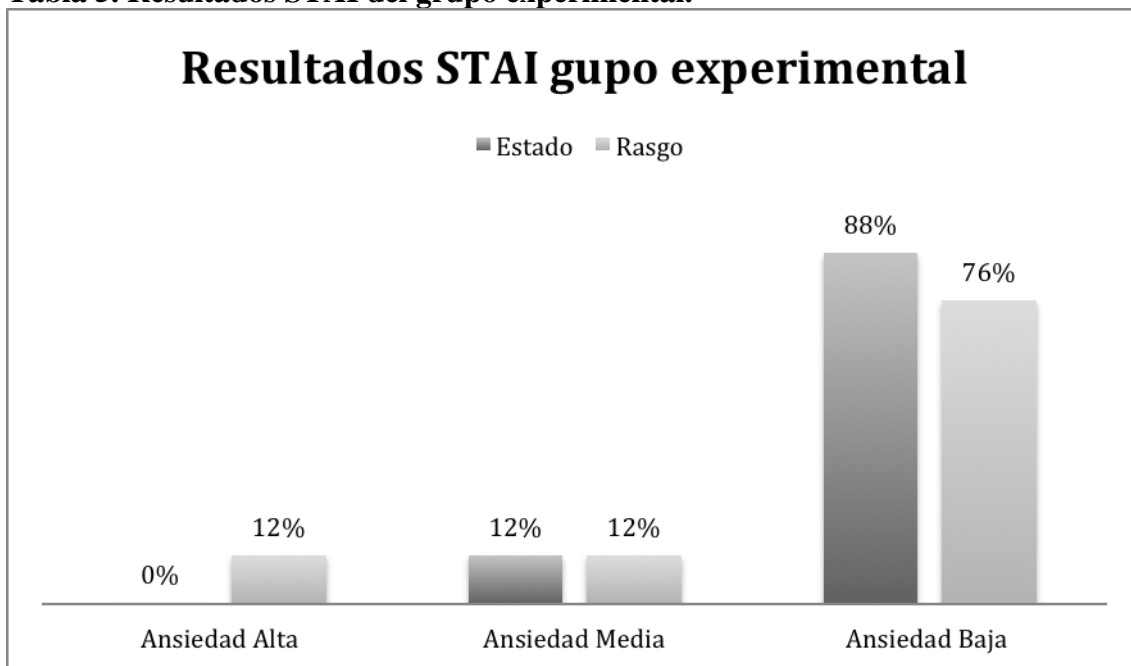
Cabe aclarar, que el cuestionario STAI se aplicó antes y después de la realización de la tarea académica. En el pretest se realizó la autoevaluación A/R, es decir la ansiedad como rasgo, significando si una persona tiene propensión ansiosa relativamente estable. En el postest se evaluó el A/E, la ansiedad como estado, la cual mide un estado emocional transitorio que se caracteriza por sentimientos subjetivos conscientemente percibidos. En el momento de la aplicación del STAI, se invalidaron ciertas pruebas realizadas anteriormente del test de atención D2, debido a que la asistencia de los estudiantes a clase en la Pontificia Universidad Javeriana no es obligatoria, por lo tanto no es una variable que se puede controlar dentro de la investigación, lo que conllevó a la aplicación de 47 pruebas del STAI.

Tabla 4. Resultados del STAI del grupo control



En el grupo control, al evaluar el pretest del STAI se obtuvo un 14% con ansiedad alta, entendiendo esta con percentil de 99 a 70. Una ansiedad media de 32%, situándola en el percentil 65 a 40 y finalmente un 55% de ansiedad baja, comprendida entre los percentiles 35 a 1. Después de realizar la tarea académica específica, se aplicó el postest del STAI, obteniendo los resultados con los mismos percentiles, el 27% de ansiedad alta, el 23% de ansiedad media y por último el 50% de ansiedad baja.

Tabla 5. Resultados STAI del grupo experimental.



Por otro lado, en la aplicación del grupo experimental del STAI se encontró que en el pretest hay un 12% con ansiedad alta y media, mientras que un 76% obtuvo ansiedad baja, teniendo como referencia los percentiles mencionados en el párrafo anterior. En el postest, donde se buscaba medir la ansiedad como estado transitorio, los resultados adquiridos fueron un 12% con ansiedad media y un 88% ansiedad baja.

Los datos cuantitativos son insumo para caracterizar los niveles atencionales y de ansiedad en los participantes. Estos datos están al servicio de la identificación de las narrativas que dan cuenta de los objetivos de la investigación.

Sabiendo que la investigación es de corte mixto, se le da más peso a los resultados cualitativos, los cuales serán presentados posteriormente en un árbol de sentido. En este se tendrá en cuenta las siguientes categorías de análisis: atención, ansiedad y dificultad de la tarea académica, presentadas en fragmentos más pertinentes generados por el grupo de discusión.

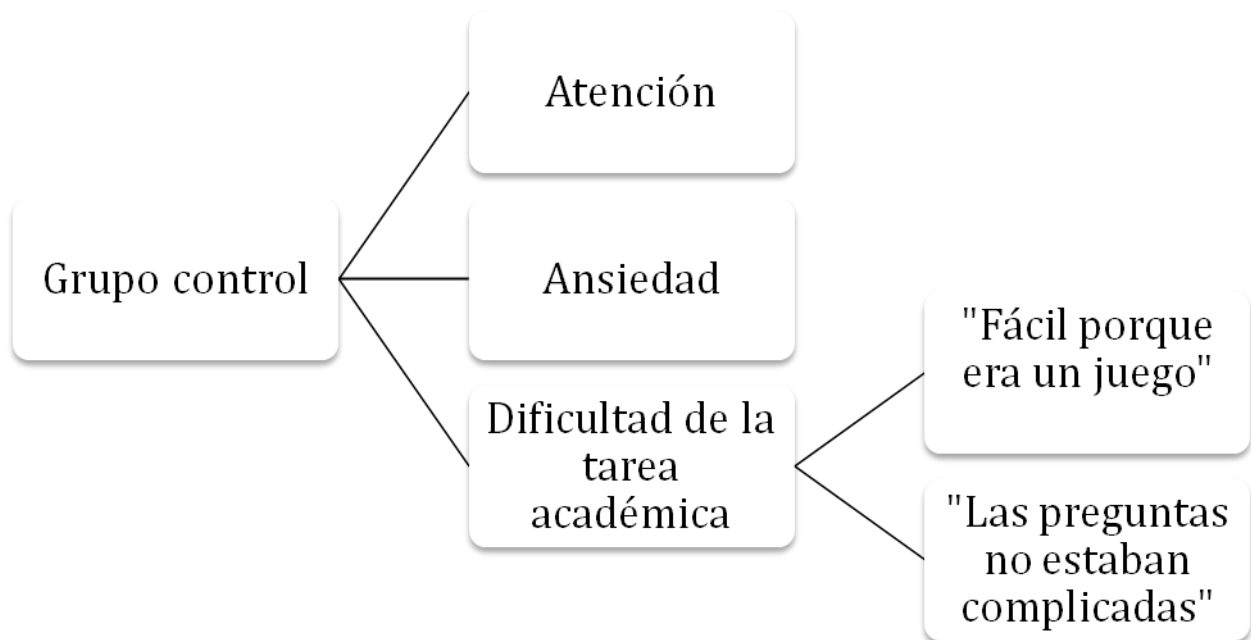


Ilustración 1. Árbol de sentido del grupo control

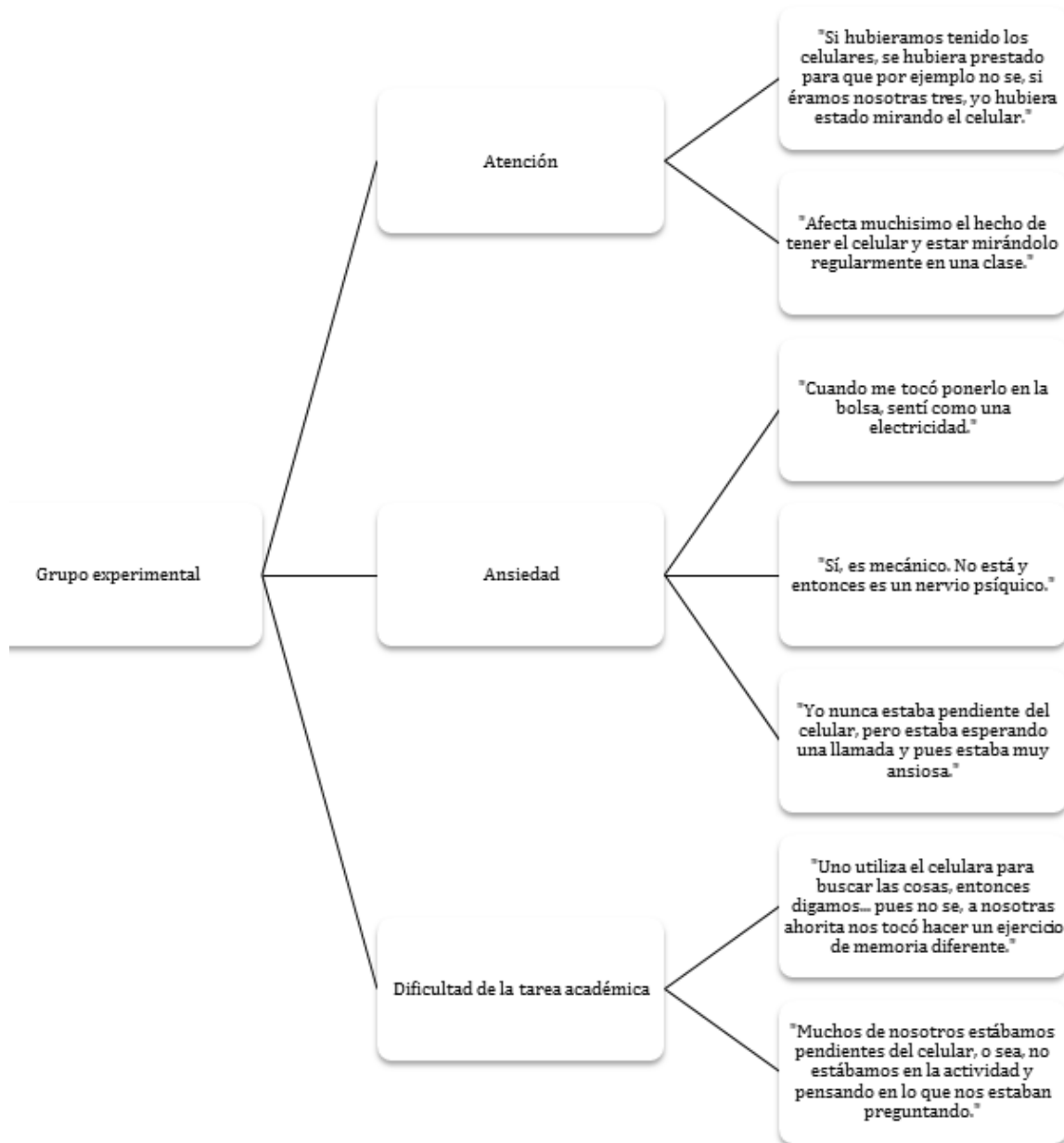


Ilustración 2. Árbol de sentido del grupo experimental

Interpretación y análisis de resultados

A partir de lo anterior, se puede afirmar que la atención en los estudiantes de la cátedra de Desarrollo y Personalidad del primer periodo de 2014 de la facultad de psicología, presentan unos niveles atencionales bajos, reflejados en que la gran mayoría (un 85%) puntuaron debajo del percentil 35, a la luz del test de atención D2 que maneja una puntuación directa, es decir entre menor percentil menor atención.

Vale la pena resaltar, que las pruebas que se invalidaron durante este primer proceso fueron por falta de concentración por parte de los estudiantes, puesto que no siguieron las instrucciones presentadas por los investigadores.

Se pudo evidenciar durante la corrección del test D2 que hubo pruebas que no se realizaron con rigor debido a los resultados que arrojaban algunas de estas. Se debe tener en cuenta, que en el momento que se aplicó el test de atención al grupo control, estos posteriormente tenían que presentar el parcial de la cátedra, lo cual pudo haber influido en el desempeño de esta, generando que no contestaran la prueba de manera adecuada, o a conciencia afectando su desempeño y resultados en la atención. Adicionalmente, en el grupo experimental se observó que los participantes se mostraban ávidos por la obtención de la calificación de un trabajo próximo a entregar, lo cual también pudo haber afectado el desempeño de estos. Los casos anteriores, pueden ser un indicador sobre cómo los estudiantes focalizan su atención en momentos de presión, como lo es presentar un parcial o recibir una calificación importante, enfocando su atención solo en esto y descartando el resto de estímulos como poco relevantes.

Sobre los resultados del STAI, la mitad de la muestra del grupo control tiene como rasgo una ansiedad baja. En el momento de aplicar el test de ansiedad como estado, esta aumentó en la muestra a un 5% más, dejándola en un 55%. De igual forma, los sujetos que puntuaron ansiedad media como rasgo, también mostraron que en el momento de evaluar el post test, es decir ansiedad como estado, ésta creció un 9%. Por el contrario, la muestra que evalúa ansiedad alta como rasgo, en el momento de calcular la ansiedad como estado esta disminuyó registrando un total del 14%. Los bajos indicios de ansiedad que se dan en el

postest en el grupo control, se le atañe a que a ésta muestra no se les cambió ninguna variable, es decir no se les priva del uso del teléfono celular, sin tener ningún estímulo directo que les pudiera causar una ansiedad elevada.

En el grupo experimental, los resultados del STAI mostraron que la ansiedad como estado descendió, aunque se les privará del uso del teléfono celular durante la tarea académica y la aplicación del postest del STAI. Adicionalmente la ansiedad de las muestra como rasgo igualmente es baja, es decir no sufren de ansiedad generalmente.

En el grupo control no se permite dar un análisis exhaustivo de la discusión generada, puesto que estos participantes no se les privaron del uso del teléfono celular al momento de realizar la tarea académica, por lo cual los estudiantes no notaron ninguna afectación en la ansiedad, atención o la dificultad de la tarea. En contraste, en el grupo experimental sí se identificaron cambios significativos en las categorías de análisis. Dentro de los resultados que se obtuvieron del grupo de discusión, se puede evidenciar, que el grupo control no tuvo ningún aporte frente a las categorías de análisis, debido a que no vieron ninguna afección en su atención, ansiedad o en la dificultad de la tarea, respondiendo frases como “Fácil porque era un juego” o “Las preguntas no estaban complicadas”. De igual forma, se observó que los estudiantes en el momento de realizar el grupo de discusión se encontraban dispersos, pendientes de su celular, hablando con sus compañeros, pocos interesados en participar e incluso una estudiante se salió del aula a responder su móvil.

En el momento de realizar la discusión con la muestra experimental, se da una mayor comprensión sobre las categorías de análisis que se plantean dentro del trabajo, ya que al privarlos del uso del teléfono móvil, éstos en la entrevista afirmaron que la atención se ve altamente comprometida como así lo señala uno de los participantes: *“Yo creo que afecta muchísimo el hecho de tener el celular y estar mirándolo regularmente en una clase, o sea yo creo que es como uno de los puntos más importantes, primero, para que no haya atención en la clase y segundo, para que no se retenga la información que se está recibiendo; porque siempre se está pendiente de si vibra o si no vibra, entonces ya es la paranoia de creo que vibró pero no es mi pierna (risas), y mucha gente lo hace, y es maluco y también es maluco las personas que estamos como alrededor, siempre la gente*

mirando el celular y mirando el celular, me entienden, es maluco y yo creo que sí afecta el sistema de una clase” (Estudiante 35, párrafo 34).

Igualmente otro participante afirmó: *“Yo también creo que afecta mucho la atención que se puede ver en las clases, porque por más de que uno diga cómo voy a mirar un segundito la hora, la hora se vuelve espichable, cada cinco segundos miro a ver qué hora es, o a abrir para nada, o sea abrir cualquier cosa para mirar un segundito y ya, entonces como que tú te desconectas mil veces durante la clase y no sigues como el hilo que hay; entonces aunque sea un segundito solamente, que mires el celular, después cuando tú vuelves ya te perdiste de algo que de pronto es muy importante; entonces me parece que sí afecta un montón”*(Estudiante 36, párrafo 35). De acuerdo a lo anterior, se puede inferir que el hecho de utilizar el teléfono móvil por un tiempo relativamente corto, sí puede desconcentrar a un individuo, ya que dentro del ámbito académico se pierden fragmentos de la clase, y el aprendizaje que se busca transmitir incluso puede llegar a ser distorsionado. Por otro lado, se evidencia como el uso y la interacción con el celular se justifica a través de acciones triviales como ver la hora.

Es necesario resaltar que algunos estudiantes ya han identificado que el uso del celular, en contextos académicos, es perjudicial para lograr una buena concentración: *“Yo también pienso que uno se puede distraer con otras cosas, pero pienso que si uno decide concentrarse en una tarea, uno sabe que tiene que dejar al lado el celular, o sea pues yo por lo menos uno de los requisitos para concentrarme es dejar a un lado el celular, entonces así puedo desconcentrarme con cualquier cosa, pues el celular es uno de los que sé que no me voy a concentrar y que tengo que dejarlo a un lado”* (Estudiante 39, párrafo 38). En este caso, el estudiante eleva la restricción del uso del celular al nivel de normativa implícita. Igualmente reconoce que, entre las posibles situaciones en clase, el teléfono es un factor de distracción por lo cual, prefieren dejarlo a un lado mientras realizan las actividades mostrando un ejercicio de autocontrol, y de poca dependencia hacia el celular.

Aunque no sólo el uso constante del teléfono móvil en el ámbito académico afecta directamente la atención, sino que simplemente tener el estímulo cerca puede afectar la atención del sujeto como lo especifica: *“Digamos yo entiendo el punto de mis compañeros,*

pero yo sí considero que el celular es diferente, porque cuando tú lo revisas estás teniendo un input que puede que probablemente después otra vez te desconcentres, si me entiendes, te da información nueva que tú puedes volver a entrar en tu línea de atención, pero como ya sabes que te entró esa información, vuelves a pensar en ella, vuelves a pensar en la otra y también está rompiendo el hilo que mi compañera decía, sin necesariamente estar abriendo el celular, si no con la información que te llegó” (Estudiante 40, párrafo 39). La afirmación anterior, da muestra de cómo al ser estudiantes de la carrera de psicología, los participantes son más conscientes frente a los estímulos que reciben y como estos pueden seguir afectando los procesos atencionales del sujeto. Más allá de eso, se reporta como el estímulo del teléfono puede estar por un tiempo prolongado en el proceso cognitivo del sujeto tal como lo explica la teoría multimodal de Sternberg (2011).

Por otra parte, existen algunos estudiantes que no identifican el uso del celular como un problema en la atención, puesto que no consideran a este dispositivo como un estímulo disuasorio, si no que se le atribuye la desatención a un rasgo de la persona: *“Yo creo que es indiferente porque, las personas que quisieron poner atención, ponen atención tuvieran el celular o no, generalmente las personas que no quieren poner atención se pueden distraer no sólo con el celular, si no tocándose el pelo o pensando en otra cosa”* (Estudiante 24, párrafo 22). Igualmente señala: *“El distraído se distrae con o sin teléfono, y el concentrado está concentrado con o sin teléfono”* (Estudiante 26, párrafo 25). A partir de las afirmaciones de los estudiantes, el uso del celular se lleva a un plano de voluntad retomando la cuestión de la autorregulación del estudiante.

Frente a lo anterior, en el aula de clase, se llevan a cabo otros mecanismos de distracción a parte de los teléfonos celulares, ya que aquellos sujetos que no tienen acceso a este, prefieren desviar su atención a través de actividades de ocio, tal y como lo señala el siguiente participante: *“Yo iba a decir, estoy un poco de acuerdo con mi compañero, que me parece que el celular puede o no, es decir, afecta en la medida mejor dicho, uno se distrae con cualquier cosa, puede ser con el celular y si no tengo celular porque se me acabó la pila voy a pintar, y si no, voy a charlar con mi amiga, y si no, me voy a jalar el pelo, o sea creo que uno se distrae con lo que quiera; y todos, porque de hecho en clase*

pues como que pues tenemos unos rangos de concentración y hay momentos en que uno está como pues que ya abrumado, necesito un momento de distracción para volver a poner atención; entonces no creo que sea solamente el celular el que influya aquí, si no que necesita distraerse porque quiere distraerse y no sólo con el celular sino con otro medio” (Estudiante 37, párrafo 36). De igual forma, la afirmación anterior justifica tanto el uso del celular como la distraibilidad dentro del aula de clase como “rangos de concentración” lo cual lleva al estudiante que desvíe su atención no solo al celular sino a cualquier tipo de actividad.

Ahora bien, se encontró un estudiante que a partir de la actividad realizada en clase, se cuestionó sobre las prácticas y el uso excesivo del celular trayendo a colación el tema de autocontrol y autorregulación: *“A mí me queda como la cuestión muy fuerte, como de la capacidad de encontrar de que se regulen las personas en una situación como la clase, y de cómo manejan pues su comportamiento para estar o no estar atentos; y me preocupa un poco el tema de la libertad en cierto modo, porque entonces el profesor tiene que estar regulando el uso todo el tiempo, entonces hay profesores que llegan a clase y es como regla de clase no saquen celulares, entonces digamos que me preocupa un poco o sea como la incapacidad que tiene la persona de lograr establecer, como acciones coherentes dependiendo de una situación en particular, en este caso una clase donde no dejen usar el celular”* (Estudiante 38, párrafo 37). Esta afirmación, da a entender como dicho uso del celular se ésta empezando a cuestionar dentro de la población adolescente, cuando antes no se veía como problemático, llevando a cuestionarse también sobre la libertad que se da dentro del aula.

Frente a la categoría de ansiedad, el grupo de discusión evidenció que en el momento de entregar el celular sus niveles de ansiedad subieron, pero a través del tiempo se iban acostumbrando y la ansiedad disminuía concurriendo con los resultados del STAI que mostraron la ansiedad baja. Algunos estudiantes afirmaron: *“Yo generalmente guardo mi celular para prestar atención en clase, solamente lo saco cuando estoy aburrida, pero sentí unos nervios cuando me quitaron el celular, pero después se me pasó* (Estudiante 5, párrafo 8). Así mismo señalaron: *“Yo lo uso mucho para mirar la hora, o solamente*

prenderlo y mirarlo. Entonces lo buscaba para mirarlo y me acordaba que no lo tenía que estaba en una bolsa ahí en la mesa” (Estudiante 6, párrafo 9).

Por otra parte, según el discurso de algunos estudiantes, al no tener consigo el teléfono celular, notan respuestas fisiológicas ansiosas como: *“Cuando me tocó ponerlo en la bolsa, sentí como una electricidad (se toca el pecho)”* (Estudiante 5, párrafo 5). El mismo participante agregó: *“Sentí unos nervios cuando me quitaron el celular, pero después se me pasó.* (Estudiante 5, párrafo 8). Estas respuestas fisiológicas que comentan los estudiantes dan cuenta de cómo el celular se ha convertido en un objeto representativo para ellos, que al tener que renunciar a él o incluso al no tenerlo cerca genera sentimientos displacenteros.

Otras personas relatan movimientos automáticos, como tocarse el bolsillo o buscar en sus pertenencias su dispositivo móvil con frecuencia, acordándose en ese mismo instante que fueron privados de los celulares: *“Pues no cuando me lo quitaron ni nada, pero un par de veces se me olvidó que el celular estaba ahí (señala el escritorio del profesor) y pues lo buscaba para ver si lo había botado, como ... (se toca las bolsillos del pantalón haciendo el amago de que lo está buscando”* (Estudiante 1, párrafo 3). La afirmación anterior hace hincapié en como el adolescente de hoy en día ha naturalizado el tener el celular siempre consigo, generando respuestas automáticas de buscarlo involuntariamente.

Finalmente, frente a la categoría de análisis sobre la dificultad de la tarea, se les pidió a los estudiantes que opinaran sobre si les fue mejor o peor que al grupo control, al cual no se le retiró el celular. Frente a esto, no hubo un consenso sobre el desempeño, puesto que había estudiantes que afirmaban que al grupo experimental les había ido peor por el hecho de que su atención estaba centrada en el celular y no en la actividad, como lo afirma un estudiante: *“Yo creo que de pronto a nosotros nos fue peor, porque de pronto muchos de nosotros estábamos pendientes del celular, o sea, no estábamos en la actividad y pensando en lo que nos estaban preguntando, sino pendientes del sonido del celular y pensando si sería el mío, estaba timbrando y es mi mamá, es mi amigo o lo que sea... . Entonces yo creo que sí de pronto por ese lado sí pudo afectar”* (Estudiante 18, párrafo 16). Igualmente otro estudiante añade: *“Yo creo que a nosotros nos fue peor, porque lo que*

decía ahorita, uno utiliza el celular para buscar las cosas, entonces digamos... pues no sé, a nosotras ahorita nos tocó hacer un ejercicio de memoria diferente, porque cuando uno tiene el celular uno realmente no trabaja las cosas, entonces de pronto eso cambió nuestra manera de cómo ser precisos en las respuestas, muchas veces nos preguntaron un concepto que nosotras no sabíamos. Entonces uno lo busca en google tatatatata y ahí sale el concepto y respondes” (Estudiante 18, párrafo 17).

Por último se puede resaltar: *“Es que sabes que pasó ahí, la dinámica de cada grupo, porque si unos tenían las copias o los apuntes lo podían usar, pero en mi grupo no teníamos las copias y tampoco el celular para buscar, entonces era más complicado responder a las preguntas”* (Estudiante 23, párrafo 21). Ilustrando, como las nuevas generaciones se han acostumbrado a depender del celular como de otros recursos y relegan otros procesos mentales, como la memoria o la abstracción.

Discusión

Teniendo en cuenta que el test D2 mide la atención sostenida, se observa a partir de los resultados, que la muestra seleccionada refleja una atención disminuida, puesto que este tipo de atención no ha sido desarrollada de manera adecuada. La muestra, al pertenecer a la generación NET, pueden habituarse a responder distintos estímulos simultáneamente, como lo son los aparatos electrónicos, frente a esto se desarrolla según los conceptos de Díaz et. al (2012) la atención selectiva más no la sostenida. Respaldándose a su vez en las afirmaciones del grupo de discusión, en donde los estudiantes manifiestan que están habituados a mirar el teléfono móvil, a dibujar o incluso hablar con otros compañeros durante la clase; validándose así la teoría multimodal de Sternberg (2011), donde en cualquier etapa del procesamiento de información se puede solapar un mensaje sobre otro.

Se observa cómo los resultados se distancian de otro planteamiento de Sternberg, sobre cómo la atención puede ser influida por la ansiedad, tanto como rasgo personal o situación, puesto que se evidenció en los estudiantes una similitud entre la atención y la ansiedad mostrando que ambas fueron bajas; invalidando de esta manera el supuesto de que

hay una relación inversa entre estas. Es decir, que el teléfono móvil no jugó un papel fundamental ante la relación de estas dos categorías expuestas.

Los bajos niveles de ansiedad, más allá de atribuirlos a la privación del uso del teléfono celular, atañen al ambiente académico y a las relaciones de autoridad por la jerarquía académica y social, que se encuentran dentro del aula de clase, ya que en el grupo control, la tarea académica fue mediada por pares, manifestando el bajo interés por parte de sus compañeros, lo cual puede tener incidencia en los niveles atencionales y de ansiedad. Mientras que, en el grupo experimental el liderazgo fue atribuido al profesor y a estudiantes mayores, por lo que los estudiantes se vieron más comprometidos al seguimiento de normas; la relación docente-estudiante también entra a colación, debido a que ya existe un proceso de confianza y respeto lo que facilitó la privación de los celulares para los estudiantes. Por consiguiente, al mantener dicha relación con el docente, los niveles atencionales y de ansiedad no se vieron afectados, ya que los estudiantes no perciben la retirada del estímulo como amenazador.

Dicha generación NET, a través de herramientas pedagógicas donde las TIC se ven involucradas, han incrementado el tipo de personalidad recolectora y verificadora, de la cual Marciales et. al (2010) hace referencia. El perfil recolector, comprende a los sujetos que mediante los aparatos electrónicos recogen información fiable, soportándose de manera continua en esta, movidos por una figura de poder o autoridad, acostumbrados a obtener los mejores resultados; esto se evidencia en el grupo de discusión, donde los estudiantes expresan su dificultad académica en el momento que no tienen un aparato electrónico a su alcance, ya que no están habituados a realizar procesos de memoria. Dentro de este mismo grupo, también se hace alusión a un perfil verificador, puesto que hay estudiantes que prefieren constatar la información mediante el uso de fuentes electrónicas.

A causa de la privación del teléfono móvil en el grupo experimental, teniendo en cuenta los perfiles predominantes dentro de este, el éxito de la tarea académica específica no fue del todo notorio, es decir fue parcial; los estudiantes poseían conocimiento sobre el tema, pero al depender de los aparatos electrónicos se vieron obstaculizados, deteriorando así su desempeño en la actividad. Mientras que en el grupo control si hubo éxito en la tarea,

por lo que los estudiantes tenían acceso a sus distintos dispositivos electrónicos para verificar y recolectar la información que se les pedía, llevándolos a expresar, en la discusión final, que la tarea no mostraba ningún tipo de contrariedad, por lo que la pudieron realizarla con facilidad.

Conclusiones

A manera de cierre, se recopila que el teléfono móvil sí afecta la atención durante una tarea académica en el ámbito universitario, pero no es el único distractor dentro de este, debido al bajo rendimiento en ambos grupos, tanto control como experimental en la aplicación del test de atención. Aunque cabe resaltar que el grupo experimental, le atribuye a la privación del celular el bajo rendimiento de la tarea académica, puesto que su atención estaba enfocada en su dispositivo móvil; ratificando las hipótesis iniciales de que en efecto el celular sí tiene incidencia en la atención del estudiante. De igual forma, no se le adjudica sólo un efecto negativo a los aparatos electrónicos dentro del ámbito educativo, puesto que las TIC se han incursionado dentro de la sociedad, posicionándose como un elemento fundamental para las nuevas generaciones, llevándolas a usar los medios tecnológicos no sólo como un medio distractor, si no como una herramienta para acceder a otros tipos de conocimiento.

Por otro lado, frente a la categoría de ansiedad, se cree que todavía no se puede hablar de una fobia como tal, aunque el nombre nomofobia y su incidencia dentro de la sociedad esté incrementando, puesto que la privación del estímulo no ha generado un impacto cuantitativo en la ansiedad de la muestra seleccionada, ya que en ambos grupos ésta no aumentó. Dentro de la discusión esta no se vio reportada como un efecto significativo dentro de la realización de la tarea académica, debido a que los estudiantes se habituaron a no tener el celular cerca por lo cual no se reportó como un factor ansioso.

Finalmente, dentro de los lineamientos del trabajo se quiere proponer unas recomendaciones para futuras investigaciones sobre ésta temática. En primer lugar, se recomienda que la aplicación de la tarea académica se realice bajo el liderazgo de un

docente en ambos grupos, puesto que al intentar controlar otros tipos de variables que también afectaban la atención y la ansiedad dentro de la investigación, no se tuvo en cuenta el efecto que obtuvo esta diferencia. Al igual que se recomienda que la aplicación del STAI en cuanto al estado, se aplique en el momento que se les retira el celular, para evitar la habituación a no tener el dispositivo y que la ansiedad en efecto baje.

Referencias bibliográficas

Agresividad y Conductas autodestructivas por género (S.F.) Tomado de:

http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/trejo_v_h/capitulo_1.html#

Aljure, A. (2010) Características de los mensajes y la interacción en ambientes virtuales de aprendizaje. Pontificia universidad Javeriana.

Amaro, Á. (S.F). Prevención de la violencia de género intrajuvenil mediante el uso de las TIC y la educación no formal. *Instituto Interuniversitario de Desarrollo Social y Paz (IUDESP)*

Aparicio, J. & Hoyos, O. (2008) Enseñanza para el cambio de las representaciones sobre el aprendizaje. *Universitas Psychologica*. Vol 7, N° 3 pp. 725 – 737.

Arboleda, L. (2008) El grupo de discusión como aproximación metodológica en investigaciones cualitativas. *Salud Pública*. Vol 26, N° 1 pp. 69 - 77

Arguello, L. (1979) Incremento de conductas sociales en niños autistas utilizando aprendizaje social. Pontificia Universidad Javeriana.

Armayones, M., Azkarretazábal, M., Baena, A., Bños, R., Botella, C., Carabantes, D., Cuesta, U., Del Pozo, J., Dubois, Q., Funes, J., Gabelas, J., García, J., García, J., García, A., Jaén, M., Jiménez, J., López, M., Lupiáñez, F., Luque, N., March, J., Martín, A., Mayer, M., Menéndez, T., Orly, A., Osuna, J., Primo, E., Quero, S., Salcedo, M., Segura, M. & Serrano, B. (2009). ADICCIONES Y NUEVAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN. Perspectivas de su uso para la prevención y el tratamiento. *Jóvenes, prevención y nuevas tecnologías de la información y comunicación*. Pp17 – 93. Gobierno de la Rioja, España. Interreg III A. Francia-España.

Aznar, I. (2005) El impacto de las TICS en la sociedad del milenio. *Publicación en Línea Granada (España)*. Vol 2, N° 4.

Bauman, Z. (2013) Sobre la educación en un mundo líquido. Gripo Planeta: España.

- Benito, M., García, F., Portillo, J. & Romo, J. (S.f). Nativos digitales y modelos de aprendizaje. Universidad del País Vasco, España.
- Bernete, F. (2009). Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes. CIES PAL/CHAS QUI , Revista Latinoamericana de Comunicación. Pp 97-114.
- Buxarrais, M., Burguet, M., Duprat, F., Noguera, E. & Tey, A. (2011). La Influencia de las TIC en la vida cotidiana de las familias y los valores de los adolescentes. Universitat de Barcelona. España
- Cabra, F., Gualteros, N., Mancipe, E., & Marciales, G. (2011). Dimensiones socioculturales de la competencia informacional en estudiantes universitarios: creencias, cultura académica y Experiencias vitales. Revista Iberoamericana de Educación. Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.
- Capacho, J. (2011). Evaluación del Aprendizaje en espacios virtuales –TIC. Universidad del Norte, Grupo Editorial Ibáñez. Bogotá, Colombia.
- Carrasco, M. & González, M. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Acción psicológica. vol. 4, n.o 2, 7-38
- Castells, M. (2005) La era de la información: Economía, sociedad y cultura.
- Centro de Psicoterapia Vinculado (S.F.) Tomado de:
<http://www.vinculopsicoterapia.com/documents/Adicciones%20sin%20sustancia.pdf>
f.
- Cerezo, F. (2012).Bullying a través de las TIC. Psique. Boletín Científico Sapiens Research. Universidad de Murcia, España. Pp24-29.
- Conductas Autodestructivas e impulsividad (S.F.) Tomado de:
http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/sanchez_s_m/capitulo_1.html
#

Conductas Autodestructivas y su relación con las habilidades sociales (S.F.) Tomado de:

http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/ulloa_j_bl/

Conducta Autolesiva. (S.F.) Tomado de:

<http://www.down21materialdidactico.org/libroBienestarMental/pdf/357364%20Capitulo%2020-color.pdf>

Díazgranados, F.I (2007). Los niños y las familias frente a las tecnologías de la información y las comunicaciones (TICS). *Psicología desde el Caribe*. N°20.

Díaz, A., García, E., Hernández, S., Jiménez, J., Martín, R. & Rodríguez, C. (2012). Test de atención D2: datos normativos y desarrollo evolutivo de la atención en educación primaria. *European Journal of Education and Psychology*. Vol. 5. N°1. Pp 93-106.

Díaz, A.C, González, A.M et.al (S.f). La conducta autodestructivarelacionada con trastornos de personalidad en adolescentes Mexicanos. *Revista científica de Psicología*. ICSA-UAEH. No.5

De la Puente, M.P. y Balmori, (S.F). La adicción al teléfono móvil: Existen mecanismos neurofisiológicos implicados. *Revista Proyecto*. Pp 9

Echeburua, E. & Decorrall, P. 2010. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*. Vol. 22, n° 2. Pp. 91-96.

Escobar, J. (2008) Los jóvenes y el aprendizaje del control social, una mirada desde tres experiencias. Pontificia Universidad Javeriana.

Estévez, L. (2005). *Violencia, victimización y rechazo escolar en la adolescencia*. Universitat de Valencia. Valencia. España.

Etxeberria, F. (2001). *Videojuegos y educación*. Universidad de Salamanca. Vol 2

Flores, G. (2001). *Personalidad*. Tomado de: <http://ocw.uni.edu.pe/ocw/facultad-de-ingenieria-industrial-y-sistemas/desarrollo-organizacional/Semana13.pdf> el día 12 de marzo del 2014

Garitaonandia, C. et al. (1998) Las relaciones de los niños y de los jóvenes con las viejas y las nuevas tecnologías de la información. *Revista de estudios de comunicación* No. 4 pp. 131- 159.

Gómez, C. (1989) La educación y las nuevas tecnologías de información. Universidad Iberoamericana.

González, M. (2003). Tecnologías de la información.

Gordo, A. & Megías, I. (2006). Jóvenes y cultura Messenger. Tecnología de la información y la comunicación en la sociedad interactiva. *Infancia, Juventud y Tecnología: situando la madeja relacional*. Pp 7-23. INJUVE. Madrid, España.

Gualteros, N., Marciales, G., Cabra, F. & Mancipe, E. 2011. Inserción Socio laboral Juvenil y Competencias Informacionales en la Educación Superior: *desarrollo, extensiones y desafíos*. Signo y pensamiento 59. Eje temático. Vol. 31. Bogotá, Colombia.

Israel, O. (2013) Attitude of undergraduates towards educational usage of the Internet: A case of library schools in Delta and Edo states of Nigeria. *International journal of science and technology*. Vol 4 (4) pp. 57 – 62.

Jaramillo, O. (1987) Alcances de la implementación de las nuevas tecnologías en Colombia. *Signo y Pensamiento*. N° 10.

Kraut, R. et al. (1998) Internet Paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*. Vol 53 N° 9 pp. 1017-1031.

Lepicnik, J & Samec, P (2013). Uso de tecnologías en el entorno familiar en niños de cuatro años de Eslovenia. Maribor, Eslovenia.

López. C y & Espinar, E. (2009). Jóvenes y adolescentes ante las nuevas tecnologías: percepción de riesgos. Universidad de Alicante.

- Marciales, G.P & Cabra, F (2010). Internet y pánico moral: revisión de la investigación sobre la interacción de niños y jóvenes con los nuevos medios. Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.
- Marciales, G., Castañeda, H., González, L. Barbosa, J. & Barbosa, J. (2010). Recolectores, verificadores y reflexivos: perfiles de la competencia informacional en estudiantes universitarios de primer semestre. Rev. Interam. Bibliot. Medellín (Colombia) Vol. 33, No. ISSN 0120-0976. Pp. 187-209.
- Marlatt, G. (1985). Relapse Prevention. The Guilford Press. USA.
- Martínez, M., Prieto, A., Rincón, Y. & Carbonell D. (2007). Aprendizaje en las comunidades de conocimiento desde una perspectiva organizacional: una aproximación teórica. Revista ORBIS. N°7. Pp 46-64.
- Ministerio de educación, cultura y deporte (2002) Capítulo 7: Las tareas y su papel en la enseñanza de la lengua En: Marco común europeo para las lenguas: Aprendizaje, Enseñanza, Evaluación. Secretaria General Técnica del MECD-Subdirección General de Información y Publicaciones, y Grupo ANAYA: Madrid
- Morales, F. (2007). El efecto de la impulsividad sobre la agresividad y sus consecuencias en el rendimiento de los adolescentes. Universitat Rovira I Virgili. Tarragona, España.
- Moreno, V. (2009). Adopción de conductas autodestructivas en la adolescencia. Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela.
- Norman, D. (1969). El procesamiento de la información en el hombre. Memoria y Atención. Paidós, Buenos Aires, Argentina.
- Ortiz, M. & Fuentes, J. (2004) Las socioadicciones: Uso desadaptativo de internet. *Publicación en línea* Año II, N° 3 pp. 9-18

- Pacheco, F. (2013) Los menores y los riesgos de las nuevas tecnologías. Seriada. Buenos Aires, Argentina.
- Pedrero, E , Rodríguez, M.T y Ruiz Sánchez de León, J,M, (2012). Adicción o Abuso al teléfono móvil. Revisión de la literatura. Revista Adicciones. Vol 24.
- Perez, G. (1984) Las nuevas tecnologías de la información. *Signo y pensamiento*, N° 5. Pp.63-77.
- Practicopedia (2011) Recuperado de: "Internet y ordenadores"
En: practicopedia.lainformación.com
- Prensky, M. 2010. Nativos e Inmigrantes Digitales. Institución Educativa SEK. Tomado de www.marcprensky.com el día cinco de marzo del 2014.
- Proyecto Hombre, (2011). Más allá de las drogas: Nuevos retos en la intervención con jóvenes. Revista de la asociación proyecto hombre. N° 75. España.
- Puig, R. (1997) Sociedades de la información ante los procesos de la exclusión social: Elementos para prevenir nuevas desigualdades. *Telos*. N° 49.
- Quiroga, M.P (2011). El impacto de las nuevas tecnologías y las nuevas formas de relación en el desarrollo. Universidad Pontifica de Salamanca, España.
- Ramírez, M (2013). Aprendizaje cooperativo: un modelo a aplicar frente al maltrato entre iguales. Liber, v.19. Lima, Perú.
- Rojas, V. (2008) Influencia de la televisión y videojuegos en el aprendizaje y conducta infanto-juvenil. Revista Chilena de Pediatría. N° 79.
- Royal College of Psychiatrics (2008) Ansiedad, pánico y fobias. Tomado de: <http://www.sepsiq.org/file/Royal/2-Ansiedad,%20panico%20y%20fobias.pdf> el 5 de marzo del 2014.
- Salinas, J (S.F). Cambios metodológicos con las TIC. Estrategias didácticas y entornos virtuales de enseñanza – aprendizaje. Tomado de:

<http://mc142.uib.es:8080/rid=1K1RX87X3-25S6H65->

[4GJ/SALINAS,%20J.%20Cambios%20metodológicos%20con%20las%20TIC.pdf](#)

Sánchez, E. (2013). Factores de riesgo y protección con la agresión escolar en adolescentes de la región de Murcia. Universitas Studiorum Murciana.

Sánchez, J. (2004) Bases constructivistas para la integración de las TICS. *Revista Enfoques Educativos*. Vol 6, N° 1.

Sternberg, R. (2011). *Psicología Cognoscitiva. Atención y conciencia*. Cengage Learning. Quinta Edición. Pp 140-167.

Triana, S. (2011) Subjetividades que se construyen en la infancia por medio de las TICS. Pontificia Universidad Javeriana.

Torrealba, J. (2004). Aplicación eficaz de la imagen en los entornos.

Velázquez, L. (S.F). Violencia a través de las TIC en estudiantes de secundaria. Rayuela. *Revista Iberoamericana*. Pp81-91

Villalobos, L. (2013). “Bullying” como posible factor de riesgo de conductas auto lesivas o suicidas en víctimas infantiles y adolescentes. Universidad Rodrigo Facio, Costa Rica.

Anexos

A continuación se presentarán como anexos los formatos de: el consentimiento informado, los protocolos del test de atención D2 y STAI, la descripción de la tarea académica y la matriz del grupo de discusión de la muestra experimental. Para obtener una información más detallada sobre estos resultados se recomienda dirigirse al CD adjunto al trabajo.

Anexo A

Yo _____, con documento de identidad c.c. _____, otro _____ N° _____, Autorizo a los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana: Rebeca Alonso con documento de identidad c.e. 392240, a María José Bueno con documento de identidad c.c. 1020 777 869, y a Catalina Iregui con documento de identidad c.c. 1136 881 822. Para llevar a cabo una serie de pruebas con el fin de cooperar con su trabajo de grado sobre la relación de la incidencia que tiene el uso del celular en la atención y en la ansiedad en estudiantes universitarios. De igual forma, soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico cuando me estime conveniente sin necesidad de justificación alguna. Reconozco que se respetará la buena fe, la confiabilidad, la intimidad de la información por mí suministrada, al igual que mi seguridad física y psicológica.

Para cumplir los objetivos de esta investigación se utilizará un test que mide los niveles de atención (D2) un test que mide los rasgos de ansiedad del sujeto (STAI), una tarea de atención, y un grupo focal; resaltando el hecho de que las pruebas no presentan ningún riesgo para el participante, además de no obtener ningún beneficio. Soy En caso de querer conocer los resultados o de tener alguna duda podré contactar a los estudiantes a través de sus correos institucionales: bueno.maria@javeriana.edu.co, r.alonso@javeriana.edu.co o ireguic@javeriana.edu.co

He sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico y por esto como constancia firmo y autorizo:

Nombre


Firma del participante

C.C.

Anexo B

Nº 298 Nombre y apellidos: _____ Edad: _____

Sexo: V M Centro/Empresa: _____



Esta prueba trata de conocer su capacidad de concentración en una tarea determinada. En esta página se le presenta un ejemplo y una línea de entrenamiento para que usted se familiarice con la tarea.

Ejemplo

" d d d
" " "

Observe las tres letras minúsculas del ejemplo. Se trata de la letra **d** acompañada de dos rayitas. La primera **d** tiene las dos rayitas encima, la segunda las tiene debajo y la tercera **d** tiene una rayita encima y otra debajo. Observe que en estos casos la letra **d** va acompañada de dos rayitas.

Su tarea consistirá en buscar las letras **d** iguales a esas tres (con dos rayitas) y marcarlas con una línea (/). Fíjese bien, porque hay letras **d** con más de dos o menos de dos rayitas y letras **p**, que NO deberá marcar en ningún caso, independientemente del número de rayitas que tengan. Si se equivoca y quiere cambiar una respuesta, debe tachar la línea con otra, formando un aspa (X), de forma que se advierta que desea corregir el error.


Vd. sólo deberá marcar las letras **d** con dos rayitas. Practique en la línea de entrenamiento que aparece al final de esta página.

Observe que cada letra lleva encima un número. Luego, compruebe que ha marcado las letras números **1, 3, 5, 6, 9, 12, 13, 17, 19 y 22**.

A la vuelta de la hoja (ESPERE, NO LA VUELVA TODAVÍA) encontrará 14 líneas similares a la línea de práctica que acaba de realizar. De nuevo, su tarea consistirá en marcar las letras **d** con dos rayitas. Comenzará en la línea nº 1 y cuando el examinador le diga ¡CAMBIO!; pasará a trabajar a la línea nº 2 y cuando el examinador diga ¡CAMBIO! comenzará la siguiente línea de la prueba y así sucesivamente. Compruebe que no se salta ninguna línea.

Trabaje tan rápidamente como pueda sin cometer errores. Permanezca trabajando hasta que el examinador diga ¡BASTA!; en ese momento deberá pararse inmediatamente y dar la vuelta a esta hoja.

ESPERE. NO VUELVA LA HOJA HASTA QUE SE LO INDIQUE EL EXAMINADOR.

 Autor: Holm, Brackenkamp. Copyright © 1982 by Harper & Hober Publishers. Copyright de la edición española © 2002 by TEA Ediciones, S.A. Prohibida la reproducción total o parcial. Todos los derechos reservados. Este ejemplar está impreso en DOS TINTAS. Si le presentan una vez más, no vuelva a reproducir esta obra. En beneficio de la profesión y en el suyo propio, NO LA UTILICE. Printed in Spain. Impreso en España.

Anexo C

N.º 124

STAI

A / E

P D =	30	+	-	=
-------	----	---	---	---

A / R

P D =	21	+	-	=
-------	----	---	---	---

AUTOEVALUACION A (E/R)

Apellidos y nombre Edad Sexo
 Centro Curso/Puesto Estado civil
 Otros datos Fecha

A-E

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación 0 a 3 que indique mejor cómo se *SIENTE* Vd. *AHORA MISMO*, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado	0	1	2	3
2. Me siento seguro	0	1	2	3
3. Estoy tenso	0	1	2	3
4. Estoy contrariado	0	1	2	3
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0	1	2	3
6. Me siento alterado	0	1	2	3
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0	1	2	3
8. Me siento descansado	0	1	2	3
9. Me siento angustiado	0	1	2	3
10. Me siento confortable	0	1	2	3
11. Tengo confianza en mí mismo	0	1	2	3
12. Me siento nervioso	0	1	2	3
13. Estoy desasosegado	0	1	2	3
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0	1	2	3
15. Estoy relajado	0	1	2	3
16. Me siento satisfecho	0	1	2	3
17. Estoy preocupado	0	1	2	3
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0	1	2	3
19. Me siento alegre	0	1	2	3
20. En este momento me siento bien	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

Ahora, vuelva la hoja y lea las Instrucciones antes de comenzar a contestar a las frases.



A-R

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo.

Lea cada frase y señale la puntuación 0 a 3 que indique mejor cómo se *SIENTE* Vd. *EN GENERAL* en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando lo que mejor describa cómo se siente Vd. *generalmente*.

	Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
21. Me siento bien	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	0	1	2	3
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0	1	2	3
26. Me siento descansado	0	1	2	3
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0	1	2	3
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0	1	2	3
30. Soy feliz	0	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo	0	1	2	3
33. Me siento seguro	0	1	2	3
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0	1	2	3
35. Me siento triste (melancólico)	0	1	2	3
36. Estoy satisfecho	0	1	2	3
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos	0	1	2	3
39. Soy una persona estable	0	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado.	0	1	2	3

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

Anexo D

Instrucciones, preguntas y respuestas de la tarea académica

1. Se dividirá a los estudiantes en grupos de 5 personas para realizar la actividad en donde cada grupo tendrá su respectivo tablero.
2. Cada una de las integrantes del grupo correspondiente a Rogers guiará el juego en cada uno de los grupos.
3. Los estudiantes si lo prefieren pueden jugar de a parejas para que se sientan mejor y más seguros.
4. Para que el juego no sea tan extenso, se jugara únicamente una cuarta parte del tablero (dos colores) del parques en donde en cada espacio habrá una situación, pregunta o problema que deberá responder el estudiante para ganar el punto
5. Al finalizar se les preguntará a los estudiantes como se sintieron y su opinión acerca de la dinámica.

Preguntas para actividad:

1. Cuál es el término que se utiliza cuando una persona ésta impedida o no tiene la oportunidad de convertirse en lo que verdaderamente es. (PSICOPATOLOGIA).
2. Identifique a cuál de los dos tipos de terapia (directiva o no directiva) corresponde el siguiente ejemplo y explique sus razones:

Cliente: No sé qué hacer, todo el día siento que las personas me miran raro, me considero diferente y en ocasiones siento que no valgo tanto como los demás.

Terapeuta: ¿Que más me puede decir sobre la forma en que se está sintiendo?

Cliente: Siento que ya es tiempo de que las personas lo sepan, más importante aún, que mis padres se enteren de lo que me está pasando.

Terapeuta: Usted es muy valiente por hacer eso, pero considero que lo mejor es que hable con sus familiares al respecto

Cliente: No sé si lo vayan a tomar bien.

Terapeuta: ¿por qué?, ¿existen motivos para que reaccionen mal?

RESPUESTA: En la terapia no directiva el terapeuta ayuda a su cliente a realizar introspecciones en donde este pueda clarificar sus sentimientos ya que estos tienen

un papel fundamental en la terapia de Rogers permitiéndole a la persona a resolver sus problemas, en esta terapia la relación terapeuta-cliente es complementaria en donde un aprende del otro.

En la terapia directiva el papel de los sentimientos del cliente está mal limitado y lo importante es el papel que tiene el terapeuta, la relación terapeuta-cliente no es igualitaria y complementaria sino que es lineal.

3. Ángel fue a consultar a su terapeuta porque necesitaba tomar una decisión importante frente a un problema x que tenía, el terapeuta comenzó a construir una relación permisiva que poco a poco le permitió al cliente comprenderse así mismo un poco más a través de introspecciones que con ayuda del terapeuta pudo lograr.

A partir de ésta situación ¿usted considera que corresponde con el pensamiento de Rogers?, explique por qué.

RESPUESTA: La situación corresponde con el pensamiento de Rogers porque el terapeuta construye una terapia no directiva con el cliente, en donde es muy importante los sentimientos de la persona y que pueda exteriorizarlos a partir de un proceso de introspección que le permita conocerse mejor y a partir de ahí comprender todas las herramientas que tiene para enfrentar sus problemas o las diferentes situaciones.

4. Mencione una característica de la teoría de la personalidad de Rogers

RESPUESTA: puede ser centrada en los sentimientos del cliente, terapia no directiva, buena relación entre terapeuta y cliente, a partir de las buenas condiciones que permita el terapeuta el cliente tendrá más oportunidades de realizar introspecciones y aprender que el mismo es capaz de resolver sus propios problemas, permitir al cliente hablar libremente, sentirse libre y pensar con libertad

5. Indique si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas y justifique su respuesta.

- El terapeuta no directivo intenta responder a la persona con problemas ayudándola a clarificar sus sentimientos (v) —

RESPUESTA: Es verdadero porque Rogers mediante la introspección ayuda al cliente a esclarecer sus sentimientos y emociones para que juntos puedan resolver el problema en donde el cliente tiene conflicto.

- En la teoría de Rogers, éste resalta la dignidad y la valía del individuo (v) —

RESPUESTA: es verdadera la afirmación porque Rogers plantea que el ser humano tiene la autonomía de poder resolver sus problemas solo y que el terapeuta lo único que hace es ayudarlo a entablar una buena relación consigo mismo para que el cliente sea consciente de eso.

6. ¿Cómo interpreta la psicología humanista al ser humano?

RESPUESTA: El ser humano es un ser racional, propositivo y autónomo, quien posee una capacidad creativa y de experimentar un conocimiento profundo de la realidad

7. Explique el concepto tercera fuerza.

RESPUESTA: Término de Rogers con el cual resalta la estatura como punto de vista viable distinto al psicoanálisis y al conductismo

8. La terapia centrada en el cliente propone la figura de autoridad como alguien que permite de cierta manera encontrar a la persona su libertad personal (F).

9. ¿Cuál es el fundamento de la teoría de la personalidad y de la conducta de Rogers?

RESPUESTA: El interés se basa en cómo las personas encuentran formas para desarrollar su potencial para tener vidas saludables y creativas, por tanto la terapia consiste en dar la oportunidad al paciente de sentir y experimentar el sentido de respeto y cuidado incondicional

10. A qué se refiere Rogers en el concepto "realidad fenomenológica existencial" RESPUESTA: percibir e interpretar experiencias vividas comprendiendo qué hay más allá de las apariencias de las personas y a partir de esto entender la formación estructural de uno misma y la identidad que adquiere, de las cuales surgen las relaciones interpersonales.

11. Explique mediante un ejemplo el concepto "isomorfismo sinérgico"

12. Juliana fue abusada sexualmente cuando pequeña y ahora tiene problemas en tener relaciones en su adolescencia. Juliana decide ir a terapia con su psicólogo y al momento de expresarse cuenta sus procesos emocionales y se esfuerza plenamente por poner en palabras sus experiencias, y de esta manera que el terapeuta las comprenda. (Por favor, hagan énfasis en lo que la persona está viviendo en el momento actual. Aquí parece que ya dan la causa, es decir un posible diagnóstico).

Termino EXPERIENCIAL: Describir procesos emocionales internos directamente experimentados que el cliente y el terapeuta se esfuerzan por poner en palabras.

13. El psicólogo tiene la lista de sus próximos clientes. Su cliente de las dos de la tarde tiene antecedentes de violencia contra su mujer y su hermana, sin embargo al momento de la terapia de la experiencia el psicólogo acepta a su cliente y escucha todo lo que este quiere decir de las situaciones por las que ha pasado sin juzgarla por sus antecedentes. (Les sugiero que pongan un caso donde se vea, cómo el cliente ve su realidad y la presenta en sus términos... Una situación donde se vea que hay diferentes interpretaciones). TERMINO de las seis condiciones del cambio de personalidad condición número 4 Consideración positiva incondicional: El psicólogo acepta al cliente con calidez, es incondicional, el terapeuta valora a la persona sin juzgarla.

14. En una reunión del colegio se informa a los padres que ciertos estudiantes han tenido problemas con el alcohol y que se les ha encontrado tomando en ciertos lugares cerca al colegio. Al momento que el rector da esta información, los padres de Camila hablan y dicen que esos problemas de alcohol solo pueden pasar en los estudiantes del grado once, pero que en su hija Camila nunca existiría. Así mismo lo asegura Camila, sin embargo ella sabe las veces que ha tomado en esos lugares, tanto los padres de Camila como ella misma no aceptan que el problema existe en ellos sino en los demás.

TERMINO Ligero reconocimiento del problema: el problema existe en los demás no en uno mismo. (La situación es buena, solo que deberían ponerlo en contexto cuando el padre habla con el o la Psicóloga)

15. Andrés está en noveno grado de el colegio, anteriormente no era consiente que el mismo puede experimentar y tener ciertos sentimientos, al inicio de año conoció a una niña que le pareció muy linda tanto físicamente como personalmente, desde ese entonces se dio cuenta de los sentimientos que el empezaba a poseer, supo además que cada persona es capaz de poseer sentimientos (esto ya lo debe hacer un niño de 4 años.).

(Esta situación deben enfocarla hacia algún contexto donde sea evidente que la persona no reconoce sus sentimientos y luego llega a aceptarlos).

TERMINO Aceptación de sentimientos con plenitud: Uno mismo es libre de poseer sentimientos.

16. Santiago es una persona que vive cada momento de manera espontánea y disfruta cada instante sin preocuparse que vendrá después, además sabe que el futuro no lo puede predecir ni él ni nadie. (Se toma como muy radical, podría parecer una persona despreocupada con su vida. Maticen esta característica).

TERMINO de las características primarias de la persona plenamente funcional. Característica número 2: la persona plenamente funcional tiene la capacidad de experimentar la vida de forma existencial. La persona comprende que lo que vaya a ser en el momento siguiente surgirá en ese momento cada cosa a su vez.

17. Según Rogers ¿qué significa desorganización de la personalidad? NO tienen la respuesta.

18. ¿Las ideas de Rogers han sido criticadas? Sí, no y por qué.

Si, Rogers ha recibido críticas por abandonar un enfoque centrado en Dios con valores y toma de decisiones a favor de un enfoque “egoísta” o centrado en uno mismo.

19. En que consiste la técnica de clasificación Q y para que la utilizo Roger.

La técnica de clasificación Q como su nombre lo indica, consiste en ordenar 100 afirmaciones escritas en tarjetas en 9 grupos que van desde “lo menos parecido a mi” hasta “lo más parecido a mí”. Otras variaciones involucran la inclusión de categorías adicionales: “en lo que más me gustaría convertirme”

Rogers utilizó esta técnica para indagar el cambio del sí mismo en la terapia, y por medio de la técnica pudo observar o identificar las percepciones, significados y experiencias del individuo, llevándolo así a comprender y conceptualizar mucho mejor el sí mismo.

20. Rogers fue el primer psicólogo clínico que abrió las puertas del consultorio y expuso la psicoterapia al escrutinio científico. F_ V_

Verdadera

21. Se afirma que la teoría de Rogers es ampliamente un acercamiento fenomenológico de personalidad. Explique por qué. (Esta repetida en las de arriba.)

Esto es debido a que Rogers se enfoca en los significados subjetivos por los que la gente vive, aunque destaca los factores universales importantes para cualquier persona.

Anexo E

Matriz de textualidad interna

CATEGORÍA	OBJETIVO	PREGUNTA	FRAGMENTO
ANSIEDAD	Comparar los indicadores de ansiedad entre grupos de estudiantes de psicología que tengan o no, acceso al teléfono celular durante la realización de una tarea.	¿Quién experimento ansiedad de no tener su celular cuando yo se los retire?	“Pues no cuando me lo quitaron ni nada, pero un par de veces se me olvido que el celular estaba ahí (señala el escritorio del profesor) y pues lo buscaba para ver si lo había botado, como “... (Se toca las bolsillos del pantalón haciendo el amago de que lo está buscando (Estudiante 1, párrafo 3).
		¿Qué aparecía primero; una sensación de desagrado que te hace buscar el celular o un movimiento mecánico por buscar el celular?	“Si, es mecánico. No está y entonces es un nervio psíquico” (Estudiante 1, Frase 1).
			No pues lo mismo, que inconscientemente me toque el bolsillo y al ver que no estaba automáticamente me acordé que estaba ahí (Estudiante 2, párrafo 6).
			“Yo, yo nunca estaba

pendiente del celular, pero estaba esperando una llamada y pues estaba muy ansiosa porque es muy importante y como el celular esta allá estaba pendiente por si suena. Pero en general yo vivo desconectada del celular” (Estudiante 4, párrafo 7).

ATENCIÓN

Comparar los indicadores de atención entre grupos de estudiantes para establecer su relación con el éxito en la tarea académica.

Hablemos un poco del tema de la atención, aprovechando lo que nos estas diciendo. Y qué tiene que ver la calidad o cualidad de la tarea para que ustedes puedan mantener la atención con o sin celular. ¿Esta tarea exigía que usted estuviera concentrado o usted hubiera utilizado su celular? ¿Qué tiene que ver esto sobre la dificultad de la tarea, en que usted pueda enfocarse en la de la tarea, o pueda distraerse y que no pase nada

El distraído se distrae con o sin teléfono, y el concentrado está concentrado con o sin teléfono. La misma opinión es que cuando llegaba nuestro turno uno decía cualquier cosa porque no era relevante” (Estudiante 26, párrafo 25).

¿Cuál es su conclusión?

“Lo que yo sentí en nuestro grupo, es que todos estábamos muy concentrados en lo que estábamos haciendo, o sea, no teníamos ningún distractor. A mí me parece que si hubiéramos tenido los celulares, se hubiera prestado para que por ejemplo no sé, si éramos nosotras tres, yo hubiera estado mirando el celular, mientras ellas esperaban a que yo mirara o lo que sea, y aquí estábamos todas atentas para ver qué era lo siguiente y que pasaba con nosotras, como más concentradas en lo que estábamos haciendo”
(Estudiante 27, párrafo 26).

¿Qué otra conclusión, puede ser en la misma línea puede ser en otra línea?

“Yo creo que afecta muchísimo el hecho de tener el celular y estar mirándolo regularmente en una clase, o sea yo creo que es como uno de los puntos más importantes, primero, para que no haya atención en la clase y segundo, para que no se retenga la información que se está recibiendo; porque siempre se está pendiente de si vibra

o si no vibra, entonces ya es la paranoia de creo que vibró pero no es mi pierna (risas), y mucha gente lo hace, y es maluco y también es maluco las personas que estamos como alrededor, siempre la gente mirando el celular y mirando el celular, me entienden, es maluco y yo creo que si afecta el sistema de una clase” (Estudiante 35, párrafo 34).

“Yo también creo que afecta mucho la atención que se puede ver en las clases porque por más de que uno diga cómo voy a mirar un segundito la hora, la hora se vuelve espichable, cada cinco segundos miro a ver qué hora es, o a abrir para nada, o sea abrir cualquier cosa para mirar un segundito y ya, entonces como que tú te desconectas mil veces durante la clase y no sigues como el hilo que hay; entonces aunque sea un segundito solamente, que mires el celular, después cuando tu vuelves ya te perdiste de algo que de pronto es muy importante; entonces me parece que si afecta un montón”

(Estudiante 36, párrafo 35).

“Yo iba a decir, estoy un poco de acuerdo con mi compañero, que me parece que el celular puede o no es decir, afecta en la medida mejor dicho, uno se distrae con cualquier cosa, puede ser con el celular y si no tengo celular porque se me acabó la pila voy a pintar, y si no, voy a charlar con mi amiga, y si no, me voy a jalar el pelo, o sea creo que uno se distrae con lo que quiera, y todos, porque de hecho en clase pues como que pues tenemos unos rangos de concentración y hay momentos en que uno está como pues que ya abrumado necesito un momento de distracción para volver a poner atención; entonces no creo que sea solamente el celular el que influya aquí sino que necesita distraerse porque quiere distraerse y no solo con el celular sino con otro medio” (Estudiante 37, párrafo 36).

“A mí me queda como la cuestión muy fuerte como de la capacidad de encontrar

de que se regulen las personas en una situación como la clase y de cómo manejan pues su comportamiento para estar o no estar atentos y me preocupa un poco el tema de la libertad en cierto modo, porque entonces el profesor tiene que estar regulando el uso todo el tiempo entonces hay profesores que llegan a clase y es como regla de clase no saquen celulares, entonces digamos que me preocupa un poco o sea como la incapacidad que tiene la persona de lograr establecer como acciones coherentes dependiendo de una situación en particular en este caso una clase donde no dejen usar el celular” (Estudiante 38, párrafo 37).

“Yo también pienso que uno se puede distraer con otras cosas pero pienso que si uno decide concentrarse en una tarea, uno sabe que tiene que dejar al lado el celular, o sea pues yo por lo menos uno de los requisitos para concentrarme es dejar a un lado el celular, entonces así pueda desconcentrarme con cualquier cosa pues el celular es uno de los que sé

que no me voy a concentrar y que tengo que dejarlo a un lado” (Estudiante 39, párrafo 38).

“Digamos yo entiendo el punto de mis compañeros pero yo si considero que el celular es diferente porque cuando tú lo revisas estas teniendo un input que puede que probablemente después otra vez te desconcentres si me entiendes, te da información nueva que tú puedes volver a entrar en tu línea de atención pero como ya sabes que te entró esa información, vuelves a pensar en ella vuelves a pensar en la otra y también está rompiendo el hilo que mi compañera decía, sin necesariamente estar abriendo el celular si no con la información que te llego” (Estudiante 40, párrafo 39).

“Iba más o menos por ese lado, yo tengo una clase en la que tengo que dejar el celular en el puesto del profesor durante toda la clase, igual yo me distraigo dibujando pero la atención es distinta sigo escuchando lo que dice el profesor

		<p>mientras que hay otras clases que si tengo el celular y la atención está totalmente ida” (Estudiante 41, párrafo 40).</p>
		<p>“Si más o menos en esa misma línea, yo digamos tengo flecha pero aun así, hay clases en que me distraigo aunque no sea obviamente con el teléfono porque no tengo con que entonces me distraigo con otra cosa, entonces me pongo a dibujar o a hablar o lo que sea o hay veces que simplemente pongo cuidado, entonces me parece que el teléfono más que distraerlo a uno lo vuelve como más propenso a estímulos” (Estudiante 42, párrafo 42).</p>
<p>DIFICULTAD DE LA TAREA</p>	<p>Ustedes desarrollaron exactamente la misma tarea que otro grupo de los de desarrollo y personalidad con el mismo perfil, mismo estudiantes javerianos, incluso misma hora. Tratamos de cuidar mucho eso. ¿Ustedes</p>	<p>“Pues porque no teníamos una distracción ahí” (Estudiante 15, frase 31).</p> <p>“Yo creo que les fue igual, porque en el momento de la explicación nosotros también teníamos los celulares. Y en el momento que importaba pues poner</p>

creen que la tarea les fue mejor o peor que vosotros? Ellos tenían su teléfono celular, ustedes no tenían el teléfono celular. ¿Ustedes creen que les fue mejor a ellos que tenían su teléfono celular? o ¿peor que ellos que tenían su teléfono celular? (un estudiante levanta la mano) ¿tú crees que te fue mejor que ellos? ¿Por qué?	atención y eso”(Estudiante 16, párrafo 15).
¿Qué otra persona piensa que les fue mejor o peor, que el otro curso?	“No tiene sentido, porque digamos que uno durante la actividad pues está atento y deja el celular ahí” (Estudiante 17, frase 33).
	“Yo creo que de pronto a nosotros nos fue peor, porque de pronto muchos de nosotros estábamos pendientes del celular, o sea, no estábamos en la actividad y pensando en lo que nos estaban preguntando, sino pendientes del sonido del celular y pensando si sería el mío, estaba timbrando y es mi mama, es mi amigo o lo que sea... . Entonces yo creo que si de pronto por ese lado si pudo afectar”(Estudiante 18, párrafo 16).

¿Afecta o no afecta
que la tarea sea
difícil o sea sencilla?

“Yo creo que a nosotros nos fue peor, porque lo que decía ahorita, uno utiliza el celular para buscar las cosas, entonces digamos... pues no sé, a nosotras ahorita nos tocó hacer un ejercicio de memoria diferente, porque cuando uno tiene el celular uno realmente no trabaja las cosas, entonces de pronto eso cambió nuestra manera de cómo a ser precisos en las respuestas, muchas veces nos preguntaron un concepto que nosotras no sabíamos. Entonces uno lo busca en google tatatatata y ahí sale el concepto y respondes(Estudiante 7, párrafo 17)”

“A mí me parece que es indistinto digamos frente a

lo que decían mis compañeros ... a uno le hacen una pregunta y las respuestas las puede sacar del celular” (Estudiante 20, párrafo 18).

“Es que sabes que paso ahí, la dinámica de cada grupo, porque si unos tenían las copias o los apuntes lo podían usar, pero en mi grupo no teníamos las copias y tampoco el celular para buscar, entonces era más complicado responder a las preguntas (Estudiante 23, párrafo 21)

“Creo que, depende del día de la exposición que la persona tenga el celular, si estaba acostumbrada, no sé en todas las clases a estar mirando el celular la tarea se supone que resultará horriblemente difícil de hacer, porque no tiene el recurso principal que es su celular” (Estudiante 28, párrafo 27).

“Yo quería decir que a mí me parece absurda la actividad, o sea, yo me tenía

que concentrar mucho en cómo era la actividad, o sea sí tu respondes pasas el dado, pero como que debería haber mayores reglas para poder jugar un juego. Entonces era tan absurdo que no entendía, entonces tenía que estar muy metida en el royo de... no de juego si no de la dinámica que establecieron, porque en realidad me parecía muy absurdo (Estudiante 29, párrafo 28)”

“Es un poco relacionado con eso (señala a la compañera anterior que ha hablado) porque, no teníamos como un incentivo, el juego era demasiado cortico, o sea, el que llegara primero o después daba lo mismo, entonces me ponía hablar con los otros, o sea, que la motivación que una tenga en la actividad y la dinámica como no se estrategias, que no se podía comer a los otros, cuando en el parqués si se puede comer, no se así uno está más pendiente, hay veces que uno está en clase y está acostumbrado a ver el celular, o sea como tan, no sé, como tan lleno de

información, no se es algo tan interesante que uno ni siquiera tiene tiempo de ver el celular. Yo creo que, es el aburrimiento que integra la motivación” (Estudiante 30, párrafo 29).

CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES

(Licencia de uso)

Bogotá, D.C., 10 de Mayo de 2015

Señores

Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J.

Pontificia Universidad Javeriana

Cuidad

Los suscritos:

Rebeca Alonso Ruiz	, con C.C. No	392240
Catalina Iregui Ruiz	, con C.C. No	1136881822
María José Bueno Forero	, con C.C. No	1020777869

En mí (nuestra) calidad de autor (es) exclusivo (s) de la obra titulada:

Narrativas estudiantiles sobre la incidencia de la privación intencional del teléfono móvil

en la atención y ansiedad en la ejecución de una tarea académica desarrollada en el aula.

(por favor señale con una "x" las opciones que apliquen)

Tesis doctoral Trabajo de grado Premio o distinción: Si No
cual: Informe de investigación

presentado y aprobado en el año 2014, por medio del presente escrito autorizo

(autorizamos) a la Pontificia Universidad Javeriana para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mi (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autorizan a la Pontificia Universidad Javeriana, a los usuarios de la Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J., así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado un convenio, son:

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La conservación de los ejemplares necesarios en la sala de tesis y trabajos de grado de la Biblioteca.	X	
2. La consulta física (sólo en las instalaciones de la Biblioteca)	X	
3. La consulta electrónica - on line (a través del catálogo Biblos y el Repositorio Institucional)	X	
4. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer	X	
5. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet	X	
6. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previo convenio perfeccionado con la Pontificia Universidad Javeriana para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

De manera complementaria, garantizo (garantizamos) en mi (nuestra) calidad de estudiante (s) y por ende autor (es) exclusivo (s), que la Tesis o Trabajo de Grado en cuestión, es producto de mi (nuestra) plena autoría, de mi (nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy (somos) el (los) único (s) titular (es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Pontificia Universidad Javeriana por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.

De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, “Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores”, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Pontificia Universidad Javeriana está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: Información Confidencial:

Esta Tesis o Trabajo de Grado contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de una investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. Si No

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta, tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

NOMBRE COMPLETO	No. del documento de identidad	FIRMA
Rebeca Alonso Ruiz	392240	<i>Rebeca Alonso Ruiz</i>
Catalina Iregui Ruiz	1136881822	<i>Catalina Iregui Ruiz</i>
María José Bueno Forero	1020777869	<i>mariajose b</i>

FACULTAD: Psicología

PROGRAMA ACADÉMICO: Psicología

BIBLIOTECA ALFONSO BORRERO CABAL, S.J.

DESCRIPCIÓN DE LA TESIS O DEL TRABAJO DE GRADO

FORMULARIO

TÍTULO COMPLETO DE LA TESIS DOCTORAL O TRABAJO DE GRADO			
NARRATIVAS ESTUDIANTILES SOBRE LA INCIDENCIA DE LA PRIVACIÓN INTENCIONAL DEL TELÉFONO MÓVIL EN LA ATENCIÓN Y ANSIEDAD EN LA EJECUCIÓN DE UNA TAREA ACADÉMICA DESARROLLADA EN EL AULA.			
SUBTÍTULO, SI LO TIENE			
AUTOR O AUTORES			
Apellidos Completos		Nombres Completos	
Alonso Ruiz		Rebeca	
Iregui Ruiz		Catalina	
Bueno Forero		María José	
DIRECTOR (ES) TESIS O DEL TRABAJO DE GRADO			
Apellidos Completos		Nombres Completos	
Páez Becerra		Francisco Javier	
FACULTAD			
Psicología			
PROGRAMA ACADÉMICO			
Tipo de programa (seleccione con "x")			
Pregrado	Especialización	Maestría	Doctorado

X						
Nombre del programa académico						
Psicología						
Nombres y apellidos del director del programa académico						
Sandra Juliana Plata Contreras						
TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE:						
Psicóloga						
PREMIO O DISTINCIÓN (En caso de ser LAUREADAS o tener una mención especial):						
CIUDAD		AÑO DE PRESENTACIÓN DE LA TESIS O DEL TRABAJO DE GRADO			NÚMERO DE PÁGINAS	
Bogotá		2014			85	
TIPO DE ILUSTRACIONES (seleccione con "x")						
Dibujos	Pinturas	Tablas, gráficos y diagramas	Planos	Mapas	Fotografías	Partituras
		X				
SOFTWARE REQUERIDO O ESPECIALIZADO PARA LA LECTURA DEL DOCUMENTO						
<p>Nota: En caso de que el software (programa especializado requerido) no se encuentre licenciado por la Universidad a través de la Biblioteca (previa consulta al estudiante), el texto de la Tesis o Trabajo de Grado quedará solamente en formato PDF.</p>						
<p>No se requiere de ningún software especializado</p>						

MATERIAL ACOMPAÑANTE					
TIPO	DURACIÓN (minutos)	CANTIDAD	FORMATO		
			CD	DVD	Otro ¿Cuál?
Vídeo					
Audio					
Multimedia					
Producción electrónica					
Otro Cuál?			x		PDF
DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVE EN ESPAÑOL E INGLÉS					
<p>Son los términos que definen los temas que identifican el contenido. <i>(En caso de duda para designar estos descriptores, se recomienda consultar con la Sección de Desarrollo de Colecciones de la Biblioteca Alfonso Borrero Cabal S.J en el correo biblioteca@javeriana.edu.co, donde se les orientará).</i></p>					
ESPAÑOL			INGLÉS		
Atención			Attention		
Ansiedad			Anxiety		
Nomofobia			Nomophobia,		
Teléfono Móvil			Technologies for Information and Communication		
RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS					
(Máximo 250 palabras - 1530 caracteres)					

Resumen

La implementación de las nuevas tecnologías, se han convertido en un elemento fundamental para la socialización en las nuevas generaciones. Esto ha generado un cambio y ha tenido repercusiones tanto positivas como negativas en el sujeto. Por esto, la siguiente investigación, tiene como objetivo identificar las narrativas de dos grupos de estudiantes, a propósito de la incidencia de la privación del teléfono celular en los indicadores de atención y ansiedad en la realización de tareas académicas en el aula de clase. Este proceso investigativo es de corte mixto con predominancia cualitativa, en donde se aplicó el test de atención D2, el cuestionario de ansiedad STAI, una tarea académica y un grupo de discusión. Contó con 73 estudiantes de la facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana entre un rango de edad de 18 a 23 años, lo cuales se dividieron en dos grupos, control y experimental, para poder mantener un mayor control de las variables. La muestra total obtuvo resultados bajos de atención, un 85%. La prueba de ansiedad marcó un 82% en el grupo experimental, y en el de control 52%. Por otro lado, dentro del grupo de discusión se reportó que el celular sí es un elemento que afecta la atención de los estudiantes dentro del aula de clase, mientras que este dispositivo no se es identificado como incidente en la ansiedad de los mismos.

Abstract

The implementation of the technologies for information and communication has become a fundamental element for socialization in new generations. These technologies generate several changes and repercussions in positive and negative ways. The following research's purpose is to identify the narratives of two groups of students about the impact of the deprivation of the cell phone in the indicators of attention and anxiety, while performing academic tasks in the classroom. The research' model is a mixed investigation in which there is a qualitative predominance. The test of attention D2, the anxiety questionnaire STAI, an academic task and a discussion group were applied to 73 students of the Psychology faculty of the Pontificia Universidad Javeriana between the ages of 18 and 23. We divided the sample into two groups, a control group and an experimental group. The results of this research show low levels of attention in general, 85% and low levels of anxiety; the students in the experimental group demonstrated 82% of the sample has low anxiety while the control group showed results of 52%. On the other hand, within the discussion group students reported that the cell phone is indeed one of the elements that affects their attention during a class, but they didn't identify it as an impact in their anxiety.