

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

EP de Psicología



Una Institución Adventista

TESIS

Riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta en estudiantes de 1er ciclo de una universidad privada de Lima este, 2016

Tesis presentada para obtener el título profesional de Psicóloga

Autores:

Irma Liberato Reyes
Jessica Joselin Polín Andrade

Asesor:

Psic. Lindsey Wildman Vilca Quiro

Lima, agosto de 2016

Cómo citar:

Estilo APA

Aragón, L. y Bosques, E. (2012). Adaptación familiar, escolar y personal de adolescentes de la ciudad de México. *Universidad Nacional Autónoma de México*, 12(2), 263-282.

Recuperado de: www.cneip.org/documentos/16.pdf

Este trabajo es dedicado a nuestros padres, hermanos (as) y familiares que fueron nuestra fuente de inspiración y guía en el desarrollo de esta investigación.

Agradecimiento

En primer lugar, agradecemos a Dios que nos ayudó a lograr una de nuestras metas guiándonos a lo largo de nuestra carrera universitaria y ahora en nuestra vida profesional.

A nuestros docentes por impartirnos sus conocimientos de manera didáctica, que nos guiaron e impulsaron a ser mejores cada día, en especial a nuestros asesores Psic. Lindsey Wildman Vilca Quiro y Mg. Jania Jaimes, quienes con esfuerzo, dedicación y sencillez nos guiaron y disolvieron nuestras dudas e incertidumbres que nos generaba este trabajo.

Por último, agradecemos a nuestra casa de estudios, Universidad Peruana Unión, que nos formaron con principios éticos, espirituales y morales, de forma especial a la Escuela de Psicología dirigida por la Dra. Damaris Quinteros Zúñiga y el Mg. Daniel Farfán Rodríguez, director de investigación, quienes nos motivaron e incentivaron a superarnos como profesionales y promotores de la salud mental; a su vez gestionaron y facilitaron los recursos necesarios para la elaboración de este trabajo.

Tabla de contenido

Resumen.....	ix
Introducción	xi
Capítulo I	13
El problema.....	13
1. Planteamiento de problema.....	13
2. Formulación del problema.....	15
2.1.Problema general.....	15
2.2.Problemas específicos.....	15
3. Justificación.....	16
4. Objetivos de la investigación.....	17
4.1 Objetivo general.....	17
4.2 Objetivos específicos.....	17
Capítulo II.....	18
Marco teórico.....	18
1. Marco bíblico filosófico.....	18
2. Antecedentes de la investigación.....	20
3.Marco conceptual.....	23
3.1.Adaptación.....	23
3.2.Adicción.....	29
3.3.Factores de riesgo de las redes sociales	35

3.4.Ciclo adictivo.....	35
3.5.Estudiantes de primer ciclo universitario	37
4. Definición de términos.....	42
5. Hipótesis de la investigación.....	42
5.1.Hipótesis general	42
5.2.Hipótesis específicas.....	42
Capítulo III.....	44
Materiales y métodos	44
1. Diseño y tipo de investigación.....	44
2. Variables de la investigación.....	44
2.1.Riesgo en adicción a redes sociales	44
2.2.Adaptación de conducta.....	44
2.3.Operacionalización de las variables.....	45
3. Delimitación geográfica y temporal.....	47
4. Participantes.....	47
4.1.Criterios de inclusión y exclusión.....	47
4.2.Características de los participantes	47
5. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	48
5.1.Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)	48
5.2.Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)	49
6. Proceso de recolección de datos.....	49

7. Procesamiento y análisis de datos.....	50
Capítulo IV.....	51
Resultados y discusión.....	51
1. Resultados descriptivos.....	51
1.1 Riesgo en adicciones a redes sociales.....	51
1.2 Adaptación de conducta.....	52
1.3 Prueba de normalidad de las dos variables	52
2. Resultados inferenciales.....	53
2.1 Correlación entre riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta...53	
3. Discusión.....	54
Capítulo V.....	57
Conclusiones y recomendaciones	57
1. Conclusiones.....	57
2. Recomendaciones.....	58
Anexos	65
Anexo 1. Carta de autorización.....	65
Anexo 2. Consentimiento informado.....	66
Anexo 3. Inventario de Adaptación de Conducta IAC	67
Anexo 4. Cuestionario Uso de las Redes Sociales (ARS)	71
Anexo 5. Tabla de la matriz.....	72

Listado de tablas

Tabla 1. Matriz de operacionalización de la variable riesgo de adicción a redes sociales.....	45
Tabla 2. Matriz de operacionalización de la variable adaptación de conducta.....	46
Tabla 3. Datos sociodemográficos de los participantes.....	48
Tabla 4. Niveles de riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de primer ciclo de 16 a 20 años.....	51
Tabla 5. Niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de 16 a 20 años..	52
Tabla 6. Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio.....	53
Tabla 7. Coeficiente de correlación entre Riesgo de Adicción a redes sociales y Adaptación de conducta.....	53

Resumen

El objetivo del estudio fue determinar si existe relación entre el riesgo de adicciones a las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016. Los participantes fueron 350 estudiantes universitarios del primer ciclo, de ambos sexos, cuyas edades oscilaron entre 16 a 20 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (CARS) de Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) de De la Cruz y Cordero, adaptado por Ruiz (1995). Los resultados mostraron que existe una relación negativa y altamente significativa entre el nivel de riesgo de adicción a redes sociales y adaptación de conducta ($r = -,172^{**}$, $p = ,001$). En la dimensión obsesión por las redes sociales y adaptación de conducta se muestra una relación negativa y altamente significativa ($r = -,224^{**}$, $p = ,000$). Y en las dimensiones, falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales con adaptación de conducta indican una relación negativa y significativa ($r = -,137^*$, $p = ,010$), ($r = -,111^*$, $p = ,039$) respectivamente.

Palabras claves: Riesgo de adicción a redes sociales, obsesión por las redes sociales, adaptación de conducta y adolescencia.

Abstract

The objective of the study was to determine if there is a relationship between the risk of addictions to social networks and the behavioral adaptation presented by the first cycle students of a private university in Lima Este, 2016. Participants were 350 university students of the first cycle, Of both sexes, whose ages ranged from 16 to 20 years. The instruments used were the Social Networks Addiction Questionnaire (CARS) of Escurra y Salas (2014) and the De la Cruz and Cordero Adaptation Inventory of Behavior (IAC), adapted by Ruiz (1995). The results showed that there is a negative and highly significant relationship between the risk level of social network addiction and behavioral adaptation ($r = -, 172^{**}, p =, 001$). In the dimension obsession for social networks and behavioral adaptation a negative and highly significant relation is shown ($r = -, 224^{**}, p =, 000$). And in the dimensions, lack of control in the use of social networks and excessive use of social networks with behavior adaptation indicate a negative and significant relationship ($r = -, 137^{*}, p =, 010$) , $111^{*}, p =, 039$) respectively.

Keywords: Risk of addiction to social networks, obsession with social networks, behavioral adaptation and adolescence.

Introducción

Actualmente, existe un excesivo uso de las redes sociales en adolescentes que afecta a la sociedad a nivel nacional e internacional por lo que hay facilidades en la obtención de dispositivos móviles, computadoras u otros medios, de manera ilimitada y con muy poca supervisión.

Asimismo, algunos estudios indican que el uso indebido de las redes sociales puede provocar efectos negativos en las personas que las utilizan, ya que se ha observado alteraciones en el comportamiento y estados de ánimo, poniendo en riesgo sus relaciones sociales y ocupaciones (Haeussler, 2014).

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar si existe relación entre el riesgo de adicciones a las redes sociales y los niveles de adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este. Por lo que la estructura de la presente investigación cuenta con cuatro capítulos, cuyos contenidos se describen en las siguientes líneas:

En el capítulo I, se expone el planteamiento del problema, la formulación de problema general y problemas específicos, la justificación y por último los objetivos de investigación.

En el capítulo II, se registra el marco teórico, explorando los antecedentes internacionales y nacionales, el marco bíblico filosófico y el marco conceptual, hipótesis general y específica, argumentos teóricos concernientes a la adicción, tipos de adicción, redes sociales sus riesgos y beneficios, adolescencia y factores de vulnerabilidad, y adaptación conductual, expuestos ampliamente.

Asimismo, en el capítulo III, se explica el método de investigación; la definición de la variable; la delimitación geográfica y temporal; participantes; las técnicas e instrumentos de recolección de datos y el procesamiento y análisis de datos.

En el capítulo IV, se redacta los resultados descriptivos e inferenciales, en el que se desarrolla la comprobación estadística de la hipótesis planteada, si existe relación significativa entre las variables de riesgo adicciones a redes sociales y adaptación conductual. Esta comprobación está determinada por medio de la correlación de variables mediante la prueba rho de Spearman, el análisis e interpretación de los resultados como la discusión, y validación de resultados fueron procesados mediante el Software Estadístico SPSS.

Por último, en el Capítulo V, se presentan las conclusiones y recomendaciones, que se establecieron a partir de los resultados obtenidos de la investigación. Finalmente, se detallan las referencias bibliográficas y los anexos.

Capítulo I

El problema

1. Planteamiento de problema

Los adolescentes afrontan a diario riesgos psicosociales que pueden afectar su desarrollo y desenvolvimiento en la sociedad. Uno de ellos es, el riesgo en adicciones a las redes sociales, pues son una manera fácil y rápida de establecer y consolidar relaciones sociales, ya que permiten la discusión, la exposición de quiénes son y qué es lo que hacen a través de fotos y videos (Cuyún, 2013 y Tapia, 2015).

Echeburúa y De Corral (2010) indican que las nuevas tecnologías son facilitadores de la vida, pero al mismo tiempo pueden complicarla, llegando no solo a utilizarla como un medio de comunicación sino haciendo de su uso una prioridad, este potencial de atracción, se debe a que el mundo virtual contribuye a crear en ellas una falsa identidad y distanciarle o perder el contacto personal, así como distorsionar el mundo real.

Según algunos estudios recopilados por GO-Globe (2013), corporación estadística *on-line*, mostraron que el 28% del total de la población mundial son usuarios activos en las diferentes plataformas sociales, además, presentan adicción a las redes sociales o están enganchados en menor o mayor medida a ellas. Asimismo, la generación que más horas pasa al día enganchada a las redes sociales está comprendida entre las edades de 15 y 19 años, con un promedio de hasta 3 horas.

La investigación realizada por O'Neill (2014), indica que Chile es el quinto país del mundo con la población infante - juvenil que más tiempo pasa en redes sociales, y el tercero con mayor penetración de Facebook, con un 90,7% (los dos primeros son Turquía y Filipinas), y que 47% de los niños chilenos menores de 10 años tiene un perfil en Facebook.

Un gran porcentaje de este grupo se relaciona desde esta plataforma, sin mayor control parental y sin conciencia de los riesgos asociados al uso de esta tecnología.

En el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2014) indica que el 61,2% de los usuarios de la red social internet son adolescentes entre 12 y 17 años.

En relación a ello, Oliva et al. (2012) mencionaron que la tecnología, especialmente el uso de las redes sociales, ha modificado la vida social de los adolescentes, llegando a sustituir pasatiempos tradicionales como leer, estudiar, pasear. El número de horas que se dedican a las redes sociales está en un promedio de 6 horas diarias, y las consecuencias que se observan son preocupantes, pues generan inquietud en el medio social familiar y desajuste personal. Esto puede ser observado cuando hay una obsesión enfermiza por adquirir la última novedad tecnológica y esta ansia puede llegar a poner en segundo plano necesidades más poderosas; además, cuando se da el abuso de la tecnología, ésta provoca aislamiento, induce ansiedad, afecta la autoestima y hace perder la capacidad de control del sujeto (Echeburúa y De Corral, 2010).

Además, el uso desmedido de las redes sociales en los adolescentes pueden generar dificultades en la adaptación al hogar, escuela, social, personal, deterioro de las relaciones familiares, sociales, y un aumento en la decadencia del rendimiento académico que se manifiesta con falta de atención y bajas calificaciones (Cuyún, 2013). Del mismo modo, Kim mencionó que los adolescentes son los más vulnerables al uso excesivo de las redes sociales; por lo que constituye una etapa del ciclo vital en la que predominan los cambios, confusión, en la que se consolida la identidad personal y se experimentan sentimientos de frustración (Echeburúa, Labrador y Becoña, 2009).

De la Cruz y Cordero (2015) indicaron que la adaptación de conducta de una persona se evidencia en la aceptación de su aspecto físico, la obtención de su independencia emocional

mostrando una aprobación positiva de los padres, la relación con los compañeros y, en general, con el resto de personas del entorno social en el que vive.

Asimismo, Rayo (2014) refiere que las redes sociales han afectado a los jóvenes tanto a nivel familiar como social; esto debido a la escasa comunicación verbal ya que esta ha disminuido y se realiza por medios virtuales; asimismo, afecta el rendimiento académico.

En la actualidad se encontrado pocas investigaciones sobre el impacto que tiene la adicción a redes sociales en la adaptación conductual en los adolescentes a pesar de las teorías que refieren que existe mucha relación entre las dos variables tal como lo indican las investigaciones realizadas en una Universidad Privada de Lima Este, donde muestran un nivel preocupante en riesgo en adicciones a las redes sociales (33,3%) y el tiempo que estos invierten frente a las tecnologías, esto se evidencia en las investigaciones de Chalco, Rodríguez y Jaimes (2016) y Mejía, Paz y Quinteros (2014).

Frente a ello presentamos esta investigación que intenta conocer la relación que hay entre el riesgo en adicciones a redes sociales y los niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

2. Formulación del problema

2.1. Problema general

¿Existe relación significativa entre el riesgo de adicciones a redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?

2.2. Problemas específicos

¿Existe relación significativa entre el riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?

¿Existe diferencias significativas entre el riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta en los adolescentes de estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?

¿Existe diferencias significativas entre el riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?

3. Justificación

Esta investigación se enfoca en un abordaje preventivo que tiene por objetivo proporcionar información respecto al ajuste psicosocial de los adolescentes en su desenvolvimiento y el uso a las redes en el contexto de la sociedad posmoderna donde se pierde el contacto físico sustituyéndolo por una permanente conexión con la red.

A través de los resultados obtenidos se pretende brindar una información básica para las autoridades de las instituciones educativas superior, puesto que estos permitirán conocer la realidad de la institución frente a dicha problemática; de tal manera que se puedan crear programas de intervención, considerando la forma, frecuencia y fin del uso de las redes sociales con el fin de prevenir conductas adictivas.

Asimismo, cabe mencionar que esta investigación cuenta con una revisión teórica actualizada y clara, por ello puede servir de estímulo a otros investigadores, de esta manera se pueda ampliar esta línea de investigación, ya que en la actualidad existe un numero bajo de estudios en esta línea.

El aporte metodológico consiste en brindar datos sobre un instrumento creado y validado en la población peruana, cuya fiabilidad, claridad y sencillez se corroborará en los datos obtenidos.

4. Objetivos de la investigación

4.1 Objetivo general

Determinar si existe relación entre el riesgo de adicciones a las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

4.2 Objetivos específicos

Determinar si existe relación entre el riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Determinar si existe relación entre el riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Determinar si existe relación entre el riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Capítulo II

Marco teórico

1. Marco bíblico filosófico

Para abordar el estudio sobre la influencia en riesgo en adicciones a redes sociales con la adaptación de conducta del adolescente, es necesario explicar algunos conceptos importantes teniendo en cuenta una cosmovisión bíblica del mismo.

En primer lugar, se encuentra el hecho de considerar al hombre como un ser holístico. El hombre es una unidad indivisible, una totalidad. Según Génesis 2:7 cuando el hombre fue creado, fue formado por materia y aliento de vida, que por acción de Dios se convirtieron en el hombre como un ser humano total y unitario (Valera, 1960).

En segundo lugar, se debe comprender que Dios proporcionó un ambiente adecuado para la existencia del hombre: el ambiente físico era adecuado a sus necesidades y de una estética apropiado, la vegetación, el reino animal, el ambiente fueron creados para el bienestar del hombre, y todo fue puesto bajo su sujeción (Génesis 1:26,28; 2:20). Asimismo, White (2010) recalcó que el jardín del Edén, el hogar de los primeros padres, era el lugar donde Dios había provisto de todo lo que el hombre pudiera desear. “Tomó, pues, Jehová Dios al hombre, y lo puso en el huerto del Edén para que lo labrara y lo guardase” (Génesis 2:15). Luego, teniendo las condiciones necesarias, Dios como su primer instructor dictó los valores éticos, los principios de su santa ley; les enseñó que la estricta obediencia sus requerimientos era la única forma para conservar la vida tal como ellos la habían recibido.

El ámbito social designado para el desarrollo del hombre desde el inicio es el hogar. Rock (2008) mencionó que desde el edén, la familia es la responsable primordial de proporcionar una cantidad de instituciones útiles para el proceso de la socialización. Los padres son los

primeros y principales maestros de sus hijos, las lecciones que ellos expresen con paciencia y modeladas apropiadamente se traducen finalmente “en virtudes tales como el respeto común, el autodomínio, la ayuda al prójimo, en pocas palabras, se transformen en carácter, que es vital para la supervivencia de una sociedad” (Colson, citado por Rock, 2008, p. 49).

Asimismo, Dios también le dio al ser humano la capacidad de elegir entre lo bueno y lo malo, es decir el derecho a escoger el propio camino en la vida; usando el libre albedrío es como se va formando su propio destino. Un ejemplo de esto se puede encontrar en la biografía de Sansón, quien fue un juez israelita que a pesar de haber tenido una buena formación en el hogar, tuvo decisiones equivocadas que le llevaron a un desequilibrio en todos los aspectos de su vida.

Sansón que había sido dedicado a Dios para realizar una labor especial, ya que sus padres desde su niñez le inculcaron valores y principios, por lo cual recibía las bendiciones de Dios de diferentes clases, y estos comprendían el don de la salud, la fuerza y el valor. En el transcurso de su vida muchas veces Sansón había violado sus votos de nazareno tomando vino y contaminándose con mujeres. Aunque gozaba de un físico fuerte, su poder moral y su dominio propio se hacían débiles. Sus relaciones a temprana edad con los idólatras habían quebrantado la ciudadela de su alma. Parecería que Sansón había perdido casi por completo sus principios morales, ya que continuó permitiendo que sus deseos impulsivos triunfaran sobre ellos, un paso equivocado llevaba al siguiente. Sansón había cometido su primer error al elegir malas compañías en su juventud. El resultado trágico fue su matrimonio con la mujer equivocada.

Además, White (2010) refiere que los jóvenes en la actualidad muestran ciertas características como: preferencia de diversiones destructivas antes que las actividades cotidianas, carencia del dominio propio, insensibilidad a la práctica de principios y valores,

ya que se apresuran a participar en toda clase de vicios, satisfaciendo sus pasiones antes de someterse a la razón.

2. Antecedentes de la investigación

Bringas, Ovejero, Herrero y Rodríguez (2009) realizaron un estudio en España, sobre los medios electrónicos y adaptación comportamental en adolescentes, con el objetivo de correlacionar el uso de los medios de comunicación electrónicos, de acuerdo con su repertorio comportamental a nivel de adaptación normativa. Para ello contaron con una muestra de 433 adolescentes, entre los 14 y 20 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Conducta Antisocial ICA de Bringas, Herrero, Cuesta y Rodríguez (2006) y el Cuestionario ad hoc de Espinoza, Clemente y Vidal (2004). Encontraron que los adolescentes con un mejor nivel de adaptación normativa a sus contexto son los que dedican menos tiempo a la interacción con sus amistades a través de los medios de comunicación electrónicos (el internet, comunicación electrónico; los videojuegos y el teléfono móvil).

Por otro lado, Aragón y Bosques (2012) en México, describieron la variable adaptación en las áreas familiar, escolar y personal en adolescentes. La muestra estuvo conformada por 707 adolescentes de 11 a 17 años, de los cuales 394 eran mujeres y 313 hombres, entre los 11 a 17 años. El instrumento que utilizaron fue la Escala Magallanes de Adaptación, que consta de 90 reactivos, cuyo objetivo es medir la adaptación del adolescente en tres grandes esferas de interacción: familiar, escolar y personal, donde se encontró lo siguiente: en el área familiar. Se observó mejor adaptación a la madre que al padre; en lo concerniente al área escolar y personal tanto los hombres como mujeres las muestran un nivel promedio de adaptación.

Cuyúm (2013), en Guatemala, realizó una investigación descriptiva con 88 estudiantes de 14 a 16 años del colegio Liceo San Luis. Utilizaron el cuestionario ARS (Adicción a las

Redes sociales). Los resultados del trabajo demostraron que el 52% de la población asegura que nunca ha dejado su actividad social o actividades que le resultan placenteras por estar conectado a las redes sociales, mientras que un 32% de los jóvenes de manera significativa afirman que casi nunca ha dejado de lado estas actividades; evidenciando que aunque ninguno de los alumnos presentaron los criterios completo para considerar la adicción a redes sociales si manifestaban ciertos criterios de dicha patología.

Rayo (2014), en Guatemala, realizó una investigación sobre el uso de las redes sociales y las relaciones familiares, con una muestra casos – tipo, donde 8 jóvenes de 18 y 24 años de ambos sexos, ya que el objetivo es la riqueza, profundidad y calidad de información, no la cantidad ni la estandarización. Los instrumentos utilizados fueron el Test de adicción a internet elaborado por Young (2010), acompañado de una entrevista semi estructuradas que contenía 30 preguntas abiertas, con el fin de conocer las relaciones familiares afectadas en el área de comunicación, conflictos y normas. Se concluyó que las redes sociales han afectado a los jóvenes tanto a nivel familiar como social; esto debido a que la comunicación verbal ha disminuido y se realiza por medio de estas redes sociales; asimismo, se ha visto afectado su rendimiento universitario.

En Ecuador, Gavilanes (2015) investigó la adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación de conducta en los adolescentes, con una muestra de 218 adolescentes que oscilan entre 12 a 15 años de edad. El instrumento, que utilizó fue el Test de Adicción a Internet (Young, 1998), Cuestionario Diagnóstico de Adicción a Redes Sociales dirigido a adolescentes (Martínez, 2011), y el Inventario de Adaptación de la Conducta (Cordero, 1981). Los resultados más significativos denotan que los adolescentes de décimo año de educación básica tienen mayor riesgo en adicción a las redes sociales, ya que la tendencia hacia la adicción a las redes sociales está determinado por el factor edad, encontrando que ha mayor edad mayor riesgo a las redes sociales.

El Perú no es muy ajeno a esta problemática, pues Ecurra y Salas (2014) estudiaron el uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. Se empleó una metodología descriptiva transaccional, siendo la muestra 380 participantes. Utilizaron el Cuestionario sobre el Uso de Redes Sociales (ARS) construido y validado por Ecurra y Salas (2014). Encontraron que los jóvenes se conectan con las redes sociales generalmente desde su casa o a través del móvil. Un análisis comparativo encuentra puntuaciones más altas entre los varones, los que tienen un rango de edad entre 16 y 20 años.

En el mismo país Chalco, Rodríguez y Jaimes (2016), estudiaron el riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. La muestra estuvo conformada por 135 estudiantes con edades entre 14 y 16 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (CARS), el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de Autocontrol Infantil y Adolescente (CACIA). Donde se encontró que a medida que los estudiantes muestren inseguridad, aislamiento, poco dominio propio sobre sus conductas, mayor será el riesgo de adicción a las redes sociales.

Además, García y Briceño (2014) analizaron el clima familiar y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario, cuyas edades oscilaron entre 12 y 17 años, en la cual se utilizó la Escala del Clima Social Familiar por Ruiz y Guerra (1993) y el Inventario de Adaptación de Conducta por Ruiz (1995). Donde encontraron que el clima social familiar si se relaciona significativamente con la adaptación de conducta; es decir, que los adolescentes con una adecuada percepción de las relaciones y autonomía familiares, y una aceptación de las normas establecidas y deseos de permanencia en el hogar no presentan aislamiento social, mantienen rasgos de seguridad y disponibilidad para establecer relaciones interpersonales.

Asimismo, en una investigación por Mejía, Paz y Quinteros (2014) cuyo objetivo fue determinar si existe relación significativa entre la dependencia a *Facebook* sobre las habilidades sociales, en un grupo de 300 estudiantes universitarios de ambos sexos de 18 y 24

años de Lima, se utilizó el Cuestionario de Adicción a *Facebook* por Jung (1996) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2005). Se encontró que existe una correlación inversa altamente significativa entre adicción a *Facebook* y habilidades sociales, lo que indica que un excesivo uso de la red social genera un deterioro en la adquisición o desarrollo de habilidades sociales.

Finalmente, Morocho (2001) analizó la adaptación-inadaptación y el rendimiento escolar con el objetivo de conocer si la relación hallada con el rendimiento académico escolar difiere en función al género o al grado de estudio, con una población de en escolares del 4° año y 5to año de secundaria de colegios nacionales de Lima-Perú; donde el instrumento fue el test Autoevaluativo Multifactorial de Adaptación-Inadaptación (AMAI). Se encontró que la inadaptación personal, escolar se relaciona con el rendimiento académico, mientras que la dimensión social no se relaciona con el rendimiento académico.

3. Marco conceptual

3.1. Adaptación

3.1.1. Definiciones

Jiménez (1979) refiere que la adaptación procede del verbo adaptar, que a su vez deriva del verbo latino "*adaptare*", acomodarse y conformarse a las circunstancias; por lo tanto, la adaptación es la obtención de la aceptación de las realidades y de sus limitaciones físicas; deseos de encajar en las aspiraciones, gustos y funciones del grupo con el que interactúa el equilibrio interno entre las diversas necesidades y aspiraciones del mismo individuo.

La Real Academia Española (2001, p. 42) define el término adaptación como "acción y efecto de adaptarse"; y adaptarse como "acomodarse, avenirse a circunstancias, condiciones, etc."

De acuerdo al diccionario de psicología (2009), se define la adaptación como un estado en que el sujeto establece una relación de equilibrio y carente de conflictos con su ambiente social. También llamado “ajuste” y es el objeto de estudio en la escuela funcionalista.

Por otro lado, Mata (2005, p.137) indica que es una “respuesta consciente y voluntaria a una exigencia del medio sociocultural”. Sin embargo, Cloninger (2003) refiere que “la sociedad moldea la manera en la cual la gente se desarrolla”.

Para otros autores es esencialmente el análisis de la interacción social; es decir, el comportamiento y acción de un individuo en la sociedad y el flujo que está en los otros individuos ejercen sobre él, por lo que se deduce que es un proceso de reciprocidad. Por lo tanto, su definición pone énfasis a los conceptos de los individuos y la sociedad. Las influencias de los factores sociales sobre la psique del individuo es un hecho, tan evidente que la psicología social ha podido organizarse con una dimensión propia (Blazquez, 1997).

Por lo tanto, la adaptación es un proceso que abarca diversas áreas de la persona, como por ejemplo, la personalidad, sus relaciones familiares, sociales, educativo o ambientales.

3.1.2. Adaptación de conducta

Fierro (1996) manifiesta que la conducta adaptativa es indispensable para que el sujeto no se encuentre aislado y tampoco contrapuesto al mundo, dicha adaptación se refiere a dos direcciones de intercambio de energías del agente con el mundo exterior y que son las relaciones de estimulación, de transducción de energía física en psíquica y de conducta motriz y operante (conducta práctica, acción), consistente en transducción de energía psíquica en física (Citado en Fierro y Cardenal, 2001). Considerando así que la adaptación es indispensable en todo ser humano. Muchos “complejos” o “desequilibrios emocionales”

responden a un fracaso en la adaptación. La continua adaptación del ser humano a las circunstancias del entorno constituye un signo esencial del equilibrio y de la salud mental.

Vidals (2009), bajo este mismo criterio, menciona que la adaptación de conducta, es cualquier cambio que favorece la satisfacción de las exigencias sociales, en las distintas etapas de nuestra vida, al tratar de buscar acomodarnos al ambiente que nos rodea, dependiendo de nuestro nivel de desarrollo.

3.1.3. Teorías de la adaptación de conducta

a. Teoría del desarrollo Cognitivo de Piaget: menciona que, la adaptación de conducta es la construcción de representaciones mentales del mundo en la interacción con él, una reacción de la persona como forma de responder a una situación o circunstancia. La consecuencia de la adaptación es la modificación del comportamiento, ya que indica que la adaptación de conducta es una interacción, que conlleva tres momentos interrelacionados entre sí, una de ellas es la asimilación y la acomodación de los individuos que construyen una adaptación. La asimilación ocurre cuando las experiencias de los individuos se alinean con su representación interna del mundo, mientras que la acomodación es el proceso de re-marcar su representación mental del mundo externo para adaptar nuevas experiencias, generando de esta manera la adaptación, siendo esta la respuesta positiva del sujeto en la resolución de los problemas (Piaget, 1994).

b. Teoría del modelamiento de Bandura: refiere que casi toda la conducta humana se aprende, intencional o accidentalmente, por medio de la observación e imitación a otros. Y esto se da a partir de la infancia, mediante los modelos que presentan los padres y la sociedad, y una de ellas es el miedo irracional, desde luego las actitudes positivas como la fuerza, el valor y el optimismo también se aprenden de los padres. Por otro lado, Bandura presenta dos estructuras cognoscitivas que son aspectos importantes del yo como el

autoreforzamiento y la autoeficacia siendo, esta última, la causa del éxito en el adolescente; ya que la formación de la autoeficacia se centran en los padres y posteriormente en los profesores y de forma gradual, en la cual descubren las consecuencias de sus capacidades, como la fortaleza física, las habilidades sociales y la competencia lingüística, creando un entorno estimulante que le permita crecer y explorar con entera libertad (Schultz y Ellen, 2009).

3.1.4. Características de la adaptación de conducta

Según Jiménez (1979) una persona adaptada es muy equilibrada, posee dominios de sí y sabe juzgar y encajar con objetividad los acontecimientos diarios.

Como principal característica de adaptación de conducta en el adolescente es cuando observamos en este habla y aporta algo constructivo, ofrece y acepta una comunicación afectiva, puede expresar afecto, tiene contacto con sus compañeros de clase y docentes, y además, se siente seguro como para mostrar sus emociones y malestar.

Otros autores como Kazdiny Buela (1994) indica que los estudiantes que se adaptan a cualquier entorno se caracterizan por presentar habilidades sociales para resolución de problemas.

En cuanto las conductas de inadaptación, se puede ver las alteraciones principales del comportamiento de manera agresiva, disocial, la violación de los derechos de los demás, transgresión de las normas y reglas sociales, falta de asistencia a la escuela, destrucción de la propiedad y peleas.

3.1.5. Áreas de la adaptación de conducta

Cuando el ser humano alcanza la etapa de la adolescencia tiene que aprender a adaptarse a nuevos contextos, grupos, formas de relacionarse en su vida social y a las

nuevas responsabilidades que va adquiriendo a lo largo de su desarrollo, dentro de ello se encuentran las siguientes áreas:

a. Familiar: el individuo desde pequeño tiene que adaptarse a su familia conforme va logrando o conquistando los demás obstáculos, a la par con ello debe ir reconociendo y aceptando su propio cuerpo y los objetos que le rodean (De la Cruz y Cordero, 2015). Por lo que las relaciones familiares influyen en cómo los jóvenes desarrollan las principales tareas propias de su edad; en este sentido, la acumulación de estresores en sistemas familiares de riesgo favorecen el mantenimiento y agudización de patrones disfuncionales y, de ahí, la probabilidad de mayor desajuste psicosocial (Lila, Buelga y Musitu, 2009).

b. Educativa: luego de este primer proceso de adaptarse al medio familiar, viene la incursión en el ámbito educativa. Respecto a ello, Barrón (2008) indica que esta área brinda posibilidades de desarrollo para el adolescente, por los cambios socio-históricos. Un lugar donde se compite en condiciones iguales con sus coetáneos, por el cariño y atención de sus maestros. Además, se debe responder a ciertas exigencias y acatar una nueva disciplina diferente, a comparación, impuesta en el hogar. Del mismo modo, Lutte (1991) refiere que el adolescente al separarse de sus padres sienten ansiedad y sentimientos de culpabilidad al identificarse con el docente, y esto a la vez facilita la construcción de la autonomía; asimismo Papalia, Wendkos y Duskin (2004) corroboran esta declaración, al afirmar que la escuela influye en gran medida a la motivación, comportamiento y conducta en el salón de clases.

c. Social: el otro medio que el niño debe adaptarse es al ambiente social, primero se adecua a través de juegos y más tarde a través de necesidades y obligación. Un individuo se encontrará inadaptado cuando su conducta se halla en conflicto prolongado con las exigencias de su ambiente con estima, conforme a su edad y medio (De la Cruz y Cordero, 2015).

d. Personal: el adolescente se siente generalmente inseguro y preocupado por la transformación de su cuerpo, que va cambiando bruscamente; de modo que este tiene que integrar una nueva forma de verse a sí mismo, y esto da lugar a problemas con mayor frecuencia; cabe resaltar, que los cambios suelen ser más bruscos en el sexo femenino que el masculino. Por lo tanto, se enfrenta así mismo con el fin de lograr su adaptación personal, es decir, aceptar su propio estado de salud y vida afectiva (esto ocurre siempre desde la infancia), las múltiples exigencias del mundo externo e interno que han de ser coordinadas y asimiladas en un todo personal (De la Cruz y Cordero, 2015).

3.1.6. Importancia de la adaptación de conducta

La adaptación de conducta es muy importante para el ser humano ya que, éste pasa por diferentes acontecimientos a lo largo de la vida, como la separación del vientre materno, luego acomodarse al seno familiar donde todos son conocidos y, se siente arropado, protegido y seguro, aquí se supone una ruptura con su pequeño mundo y la entrada a otro más amplio que es la escuela, un lugar desconocido, donde el niño observa escenas totalmente diferentes a lo que vivía, no solo se puede ver una separación físico-espacial, sino también una separación intrapsíquica, donde el niño entra en un conflicto interno de sentimientos, éste se siente desprotegido, inseguro y desconcertado (Piaget, 1994).

A su vez, es un cambio de estructura de percepción o de comportamientos mediante el cual el organismo aumenta su capacidad de respuesta válida a una situación actual o a las condiciones ambientales, en este sentido es la facultad con que el niño modifica sus respuestas a nuevas situaciones en la dirección atendida. Tal como lo define Montero (2005), la adaptación de conducta es un elemento central y crucial en varias disciplinas; sin embargo, está presente en todas las culturas de la sociedad humana como el medio que utiliza para enfrentar con éxito las limitaciones que imponen la sociedad, donde adquieren

conducta y valores propios de ellos. Bajo este mismo criterio, se puede evidenciar que la inadaptación de conducta, en todas las áreas, puede ser la causa y a la vez consecuencia de una adicción; puesto que éste influye en la vida emocional del ser humano.

Por lo tanto, la adaptación de conducta es la capacidad de ajuste del comportamiento en la sociedad, la integración que se da en un nuevo contexto sin importar las condiciones ambientales ni las amenazas, puesto que la conducta puede mantenerse o cambiarse.

3.2. Adicción

3.2.1. Definición

Cuyún (2013) refiere que el término adicción se asociaba, anteriormente, solo al abuso de sustancias, drogas, y por tanto equivalía a drogodependencia o toxicomanía. Pero las cosas han ido cambiando en poco tiempo; hoy en día el concepto de adicción se refiere tanto a una sustancia tóxica que afecta al organismo (una droga), como a la adicción a una conducta que altera de manera radical la vida de la persona afectada. Ambos tipos de las once adicciones que existen, tanto la adicción a sustancias como las conductas adictivas, se incluyen bajo el concepto genérico de lo que llamamos trastorno adictivo.

Asimismo, Echeburúa, Labrador y Becoña (2009, p.29) mencionaron que la adicción es aquella “afición patológica que genera dependencia y al mismo tiempo resta libertad al ser humano”, al minimizar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) indica una adicción no solo se da por el consumo de sustancias psicoactivas sino también por la práctica de actividades particulares de forma excesiva por lo que es considerada una enfermedad tanto física como emocional, no solo como una dependencia sino también como una necesidad hacia una actividad o sustancias debido a la satisfacción que esta causa a la persona (Síndrome de

abstinencia) y estos actúan en aquellas actividades con el objetivo de conseguir la sensación efecto deseado (comportamientos adictivos) (Gavilanes, 2015).

Asimismo, Caballo (2007) consideró que la adicción es un patrón desadaptativo caracterizada por presentar dificultades físicas, psicológicas y sociales altamente significativo.

Por último, la Real Academia Española (2010) conceptualiza a la adicción como un hábito de consumo o uso excesivo de algunas drogas tóxicas o por la afición desmedida a ciertas conductas.

3.2.2. Adicción a internet

Cueva (2013) mencionó que la adicción al internet es como cualquier adicción. Las conductas adictivas a las nuevas tecnologías son controladas inicialmente por reforzadores positivos (por ejemplo, conectarse a Internet por la utilidad o el placer que produce su uso), pero terminan siendo controladas por reforzadores negativos (conectarse a Internet para liberarse del malestar y la tensión emocional).

Asimismo, Matus (2008) definió la adicción a internet como una conducta compulsiva y repetitiva a usar medios tecnológicos para desarrollar actividades comunes. Algunos individuos empiezan a presentar esta tendencia a medida que la tecnología se vuelve más necesaria y universal.

Igualmente, Young (2009) consideró que el uso excesivo de internet como un deterioro en el control del uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. La persona dependiente de la red realiza un uso excesivo de internet lo que le genera una distorsión en sus objetivos personales, familiares o profesionales.

Del mismo modo, Paz (2011) refiere que la adicción es la necesidad compulsiva de experimentar placer, ya sea al consumir sustancias o realizar cualquier otra actividad, que está relacionado con el deseo de evadir la realidad y lograr un estado alterado de conciencia que permita interpretar el mundo de nuevas forma. Es preciso decir que nadie se vuelve adicto de un día para otro, es un proceso paulatino en que la mente se hace dependiente de dicha sensación.

Según Madrid, las adicciones psicológicas como “comportamientos repetitivos que resultan placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados y se asocian con altos niveles de ansiedad” (Escrura y Salas, 2014. p.126).

3.2.3. Teorías de las redes sociales

La teoría de las redes sociales se originó en los años 30 y 40, y es hasta la actualidad que es influenciado por diversas corrientes básicamente de la antropología, psicología, sociología y de la matemática. En los años 70 y 80 la teoría ha tenido un gran avance; pues las redes sociales tienen sus inicios en la antropología cultural; a continuación mencionaremos las teorías de las redes sociales, según Lozares (1996):

- a. La teoría de la Gestalts: Representada por Scott, quien considera que la percepción y el comportamiento de los individuos y la misma estructura del grupo al que pertenece inscriben en un espacio social formado por el grupo y su entorno de relaciones.
- b. La teoría matemática de los Grafos: Representada por sociólogos: Moreno, Heider, Bavelas, Festinger, Cartwright (1959) y Newcomb (1961), trabajaron en los pequeños grupos, teniendo como base los modelos de grafos teóricos, para manifestar que la estructura del grupo afecta a los comportamientos individuales.

- c. La teoría del funcionalismo antropológico: Representado por Warner, esta teoría está enfocada en la estructura de los subgrupos y en las técnicas que a analizan. Asimismo, Barnes (1954) considera que la totalidad de la vida social debería ser vista “como un conjunto de algunos puntos (nodos) que se vinculasen por líneas para formar redes totales de relaciones”

En la presente investigación nos enfocaremos en la teoría del funcionalismo antropológico, a pesar de las limitaciones que supone

3.2.4. Historia de las redes sociales

Los inicios de las redes sociales fue hace unos 45 años, en la cual *Online Schools* lo resume (Social Media Marketing, 2011):

1971: Se envía el primer mail.

1978: Se intercambian BBS (*Bulletin Board Systems*) a través de líneas telefónicas.

1978: Las primeras copias de navegadores de internet se distribuyen a través de la plataforma *Usenet*.

1994: Se funda *GeoCities*, una de las primeras redes sociales de internet tal y como hoy las conocemos.

1995: *TheGlobe.com* da a sus usuarios la posibilidad de personalizar sus propias experiencias online publicando su propio contenido e interactuando con otras personas.

1997: Se da a conocer *AOL Instant Messenger*.

1997: Se inaugura la web *Sixdegrees.com*, que permite la creación de perfiles personales y el listado de amigos.

2000: La “burbuja de internet” estalla.

2002: Se lanza el portal *Friendster*, pionero en la conexión *online* de “amigos reales”. Alcanza los 3 millones de usuarios en sólo tres meses.

2003: Se inaugura la web *MySpace*, concebida en un principio como un “clon” de *Friendster*.

2004: Inicia *Facebook*, concebida originalmente como una plataforma para conectar a estudiantes universitarios, donde más de la mitad de estudiantes (19.500) se suscribieron a ella durante su primer mes de funcionamiento.

2006: Se inaugura la red de *microblogging Twitter*.

2008: *Facebook* adelanta a *MySpace* como red social líder en cuanto a visitantes únicos mensuales.

2011: *Facebook* tiene 600 millones de usuarios repartidos por todo el mundo, *MySpace* 260 millones, *Twitter* 190 millones y *Friendster* apenas 90 millones.

3.2.5. Redes sociales

Ponce (citado por Vilca y Gonzales, 2013) mencionó que las redes sociales es un sitio en la red internet, que tiene la finalidad de permitir a los usuarios relacionarse, comunicarse, compartir contenidos y crear comunidades; del mismo modo es una herramienta pública de información que convierte a los usuarios en receptores y emisores de contenidos.

3.2.6. Adicción a redes sociales

Echeburúa y De Corral (2010) refieren que la adicción a las redes sociales es una “afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringe la amplitud de sus intereses”. Es decir, según Brecoña (2006) menciona que “atrapa en algunos casos a un adolescente porque crea en él una identidad falsa y a distanciarse del mundo real”; asimismo, las redes sociales son el

espantojo que aleja el fantasma de la exclusión: vuelcan las emociones, con la protección que ofrece la pantalla, y se comparte el tiempo libre (Echeburúa y De Corral, 2010).

Según Ecurra y Salas (2014) indican que la adicción a redes sociales son comportamientos repetitivos que en primera instancia resulta placentero en el uso persistente y descontrolado, y además, para reducir el nivel de ansiedad.

Por lo tanto, una inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar una adicción.

3.2.7. Características del uso de las redes sociales

La pérdida de control y la dependencia; esto puede llegar a interferir gravemente en la vida cotidiana, a nivel familiar, educativa, social o de salud de las personas afectadas. Se considera que una persona no adicta puede conectarse a internet por la utilidad o el placer de la conducta en sí misma, mientras que una persona adicta lo hace buscando el alivio de algún malestar emocional como lo puede ser: aburrimiento, soledad, ira y nerviosismo.

Buena vida (2009) refiere que los jóvenes que presentan adicción al internet regularmente padecen algún tipo de depresión o conflicto emocional, razón por las que son más propensos a hacerse daño.

Además, Cuyún (2013) indica que la adicción ocasiona varios inconvenientes como el aislamiento, el daño a las relaciones interpersonales y familiares, el navegar compulsivamente por la web, el juego y las compras llegan a ser acciones dependientes. Sin importar el tipo de adicción, la persona se aísla de su realidad, pierde el contacto físico y comunicativo con quienes les rodean, modifica sus actividades, abandona los objetivos que tenía anteriormente para su vida y padece trastornos físicos, psicológicos y emocionales.

3.3. Factores de riesgo de las redes sociales

Los adolescentes constituyen un grupo con mayor grado de riesgo, ya que estos tienden a experimentar sensaciones nuevas y son los que más se conectan al internet, puesto que están familiarizados con la nueva tecnología. Sin embargo, existen personas más vulnerables que otras debido a su disponibilidad ambiental, en algunos casos hay ciertas características de personalidad o estados emocionales que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones, tales como: la impulsividad, la intolerancia a los estímulos displacenteros y la búsqueda exagerada de experimentar sensaciones nuevas, a esto se añade que en la adicción subyace un problema de personalidad (timidez excesiva, baja autoestima, intolerancia a la frustración), en ocasiones se trata de individuos que muestran una insatisfacción personal con su vida o carecen de un afecto consciente que intentan llenar esa carencia con sustancias o conductas sin sustancias. Como resultado, se observa que un sujeto con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil, con relaciones sociales pobres, corre un gran riesgo de hacerse adicto si se siente presionado o está sometido a circunstancias de estrés o vacío existencial (fracaso académico, inactividad, aislamiento social, dificultades familiares) (Echeburúa, Labrador y Becoña (2009).

3.4. Ciclo adictivo

De acuerdo con Echeburúa, De Corral y Amor (2005), la secuencia evolutiva habitual de las adicciones sin droga es la siguiente:

- a) La conducta es placentera y recompensante para la persona.
- b) Hay un aumento de los pensamientos referidos a dicha conducta en los momentos en que la persona no está implicada en ella.
- c) La conducta tiende a hacerse cada vez más frecuente.

- d) El sujeto tiende a quitar importancia al interés o al deslumbramiento suscitado en él por la conducta (mecanismo psicológico de la negación).
- e) Se experimenta un deseo intenso de llevar a cabo la conducta, con expectativas muy altas.
- f) La conducta se mantiene a pesar de las consecuencias negativas crecientes.
- g) Hay una justificación personal y un intento de convencimiento a los demás por medio de una distorsión acentuada de la realidad.
- h) A medida que los efectos adversos de la conducta aumenta, el adicto comienza a tomar consciencia de la realidad y realiza intentos de controlar la conducta por sí misma.
- i) Lo que mantiene ahora la conducta no es ya el efecto placentero sino el alivio del malestar. Este alivio es cada vez de menor intensidad y de más corta duración.
- j) El sujeto muestra una capacidad de aguante cada vez menor ante las emociones negativas y las frustraciones cotidiana. Las estrategias de afrontamiento se debilitan debido a la falta de uso. De este modo, el comportamiento adictivo se convierte en la única vía para hacer frente al estrés.
- k) La conducta adictiva se agrava. Una crisis externa (las bajas calificaciones, problemas familiares, crisis con los amigos, etc) llevan al sujeto o a la familia a solicitar tratamiento.

Como consecuencia de todo ello, los comportamientos adictivos se vuelven automáticos, emocionalmente activados y con poco control cognitivo sobre el acierto o error de la decisión. El adicto sopesa los beneficios de la gratificación inmediata, pero no repara en las posibles consecuencias negativas a largo plazo. Además, engancharse a una pantalla o a un aparato reduce la actividad física, impide diversificar el tiempo y anula las posibilidades de interesarse por otros temas.

3.5. Estudiantes de primer ciclo universitario

Se ha considerado a estudiantes de primer ciclo, de 16 a 20 años de edad, etapa de la adolescencia, según Papalia, Wendkos y Duskin (2004) es la etapa de transición del desarrollo entre la infancia y la adultez que implican cambios físicos, cognoscitivos y psicosociales significativos.

La palabra adolescencia viene de verbo latino *adolescere* que significa “crecer” o “desarrollarse”.

La adolescencia es una de las etapas más importantes del ciclo de desarrollo del ser humano, para Kancyper (2007) la adolescencia es un momento trágico en la vida: el fin de la ingenuidad, es decir, es la terminación de la inocencia de quien ha nacido en un lugar del cual no se ha movido y, por lo tanto carece de experiencia, ya que la adolescencia es un momento trágico porque en etapa adolece de periodos de turbulencia y esto puede interferir en el desarrollo maduración emocional y cognitiva.

Por otro lado, Jensen (2008) menciona que la adolescencia es el momento en que se aproxima el estatus de adulto, ya que asumen las funciones y responsabilidades de la adultez en su cultura, en otras palabras la cultura define el estatus adulto y el contenido de las funciones y responsabilidades adultas que los adolescentes aprenden a cumplir.

Hall, precursor del estudio científico de la adolescencia, manifiesta que esta etapa es un nuevo nacimiento; los rasgos surgen en ella más completamente; las cualidades del cuerpo y del espíritu son nuevas; el desenvolvimiento es menos gradual y más violento (Ardilla, 2007).

En nuestra cultura la Adolescencia representa el período de transición de la infancia a la madurez que sirve como preparativo e iniciación a la edad adulta. Es una etapa evolutiva turbulenta, agitada y difícil. Las transformaciones que el adolescente experimenta en su propio cuerpo y en su desarrollo psicológico y social le llevan de modo casi inevitable a

sentirse confuso, tenso e inadaptado, se estiman que, por la misma razón, las relaciones sociales del muchacho con sus padres y profesores pueden volverse complejas y conflictivas.

3.5.1. Características de la adolescencia

Según Papalia, Wendkos y Duskin (2004) mencionan muchas características, como: pensamiento, extrañamente inmaduro, relaciones sociales, más íntimas, obedecen a reglas, a fin de tener recompensas y el razonamiento moral.

- a. Perfil del adolescente de 15 y 16 años. Silber (1992) considera a esta etapa como un periodo de crisis, búsqueda de libertad e independencia familiar. Respecto a su razón, hay una madurez mental que refleja un alto desarrollo de la capacidad intelectual. Además, en el ámbito afectivo, se expresa como resultado de una mayor profundización en su intimidad.
- b. Perfil del adolescente de 17 años. Esta etapa se considera como la resolución de la adolescencia. Se considera como un periodo de calma y de la recuperación del equilibrio; en la esfera social supera la timidez y la inadaptación (Macías y Valdez citados por Papalia, Wendkos y Duskin 2004).

3.5.2. Etapas de la adolescencia

Macías (2000) y Castells y Silber (2000) consideran que la adolescencia se divide en 3 etapas, de acuerdo al orden cronológico:

- a. Adolescencia temprana o incipiente: Abarca desde los 10 a 13 años, caracterizada por el inicio de la pubertad entendiendo ésta como un evento biológico generado por cambios hormonales y el crecimiento corporal.

- b. **Adolescencia media:** De 14 a 16 años, que está marcada por el periodo de la crisis resultante de la búsqueda de la libertad y la independencia familiar. Además, el desarrollo cognoscitivo se refleja en la consecución de un alto desarrollo de la capacidad intelectual; mientras, que la maduración efectiva se expresa en un enriquecimiento como resultado de una mayor profundización en su intimidad, en la cual observa ciertas actitudes que evidencia un fuerte sentimiento de autoafirmación de la personalidad, como por ejemplo: la obstinación, terquedad, el afán de contradicción, entre otras.
- c. **Adolescencia tardía:** De 17 a 19 años, considerada como la resolución de la adolescencia, en el cual se manifiesta la calma y la recuperación del equilibrio; ya que el adolescente ha alcanzado el nivel de maduración, que le permite conocer sus posibilidades y limitaciones personales cuando comienza a integrarse en el entorno de los adultos. Asimismo, la conciencia de la responsabilidad ante el propio futuro lo lleva a trazar un plan de vida, puesto que se evidencia un mayor interés por el sexo opuesto; mientras, que en la esfera social, se supera la timidez y la inadaptación.

3.5.3. Teorías del desarrollo de la adolescencia

De acuerdo a Kail y Cavanaugh (2008) se mencionan las siguientes teorías sobre el desarrollo del adolescente.

- a. **Teoría del Aprendizaje:** liderada por Watson, ésta se centra en cómo el aprendizaje influye en la conducta del individuo. Pone de relieve la función de la experiencia y examina si se le premia o se le castiga. Señala además que aprendemos observando a quienes nos rodean; ya que la mente del infante es una hoja en blanco donde escribe la experiencia, por lo que el aprendizaje determina lo que serán los niños;

es decir, la experiencia es lo único que importa en el curso del desarrollo. Estudio el condicionamiento operante en que las consecuencias de una conducta determinan si se repite en el futuro, donde demostró que dos tipos de consecuencia eran especialmente importantes, el reforzamiento, que es una consecuencia que aumenta las probabilidades de que se repita la conducta a la que se aplica, dentro de ellas se encuentra el reforzamiento positivo que consiste en dar un premio y el reforzamiento negativo consiste en premiar eliminando estímulos desagradables; por otro lado, se encuentra el castigo que es una consecuencia que disminuye la probabilidad futura de la conducta a la que se aplica.

b. Teoría del aprendizaje social: conocido también como el aprendizaje por imitación u observacional de Bandura. La imitación tiene lugar cuando un niño en la etapa de los primeros pasos, arroja un juguete después de ver a otros hacer lo mismo o cuando un niño en edad escolar ofrece ayuda a una anciana a cruzar la pista, porque ha visto a sus padres hacerlo. Cabe mencionar, que no siempre imitamos lo que vemos a nuestro alrededor, ya que tendemos hacerlo si la persona que vemos es popular, inteligente o talentosa. Esta teoría cree que las personas tratan de entender lo que sucede en el mundo; es social porque, además del reforzamiento y del castigo, lo que hacen los demás es una fuente importante de información sobre el niño; del mismo modo sostiene, que la experiencia confiere un sentido de autoeficacia, su posición acerca de nuestras capacidades y talentos. Las ideas relacionadas a la autoeficacia ayudan a determinar cuándo se producirá la imitación.

c. Teoría psicodinámica: Erickson se basa en un plan interno de maduración y en las exigencias sociales externas; asimismo, indicó que el ciclo vital se compone de 8 etapas que siguen un orden biológico fijo, por lo que comprendía que la conducta presente y futura ha de tener sus raíces en el pasado, porque una etapa se basa en los cimientos

puesto de las anteriores. Donde el adolescente deben enfrentarse a la crisis de identidad versus confusión, a fin de convertirse en un adulto único con un sentido coherente del “yo” y un papel valorado dentro de la sociedad.

d. Teoría Cognitiva: Piaget, precursor de esta teoría, afirma que a lo largo del desarrollo del individuo, presenta diferentes formas de organización y adaptación acorde al nivel de su maduración evolutiva. Ya que la clave en esta teoría consiste en cómo pensamos y en cómo nuestros pensamientos cambian con el tiempo por lo que se centran en la manera en que los niños construyen su conocimiento y en cómo sus construcciones cambian con el tiempo.

Piaget señala que los intentos de comprender su mundo, los niños actúan como los científicos: crean teorías del mundo físico y social en la cual procuran integrar sus conocimientos de los objetos y de la gente para luego probar a diario en su experiencia, porque les permite esperar que ocurran ciertos hechos.

4. Definición de términos

Adicción: Echeburúa, Labrador y Becoña (2009, p.29) mencionaron que la adicción es aquella “afición patológica que genera dependencia y al mismo tiempo resta libertad al ser humano”, al minimizar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

Riesgo de Adicción a redes sociales: son comportamientos repetitivos que, en primera instancia, resultan placenteros, y el uso persistente y descontrolado para reducir el nivel de ansiedad (Escrura y Salas, 2014).

Adaptación de conducta: De la Cruz y Cordero (2015) indican que la adaptación de conducta de una persona se evidencia en la aceptación de su aspecto físico, la obtención de su independencia emocional mostrando una aprobación positiva de los padres, la relación con los compañeros y, en general, con el resto de personas del entorno social en el que vive.

Adolescencia: Papalia, Wendkos y Duskin (2004) declaran que la adolescencia es la transición del desarrollo entre la infancia y la adultez que implican cambios físicos, cognoscitivos y psicosociales importantes.

5. Hipótesis de la investigación

5.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre riesgo en adicciones a redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

5.2. Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Existe relación significativa entre riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Existe relación significativa entre riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.

Capítulo III

Materiales y métodos

1. Diseño y tipo de investigación

La presente investigación, corresponde al diseño no experimental, ya que no se manipularon las variables; de corte transversal, porque se recogieron los datos en un momento determinado; y es de tipo correlacional, porque buscó relacionar los niveles de riesgo en adicción a las redes sociales con los niveles de adaptación de conducta (Picón, 2007).

2. Variables de la investigación

2.1. Riesgo en adicción a redes sociales

El riesgo en adicción a redes sociales son comportamientos repetitivos que, en primera instancia, resultan placenteros, y el uso persistente y descontrolado para reducir el nivel de ansiedad (Escrura y Salas, 2014).

2.2. Adaptación de conducta

De la Cruz y Cordero (2015) indican que la adaptación de conducta de una persona se evidencia en la aceptación de su aspecto físico, la obtención de su independencia emocional, mostrando una aprobación positiva de los padres, la relación con los compañeros y, en general, con el resto de personas del entorno social en el que vive.

2.3. Operacionalización de las variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la variable riesgo en adicciones a redes sociales

Dimensiones	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores
Obsesión por las redes sociales	Compromiso mental con las redes sociales; es decir, pensar constantemente y fantasear con ellas, ansiedad y preocupación causada por la falta de acceso a las redes.	Puntajes obtenidos en el Cuestionario de adicción a redes sociales, de Escurra y Salas (2014).	Euforia Hipervigilancia Sensibilidad interpersonal Taquicardia o bradicardia
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.		Ansiedad Tensión o cólera Deterioro de la capacidad de juicio o de la actividad social Dilatación pupilar
Uso excesivo de las redes sociales.	Exceso en el tiempo uso, indicando el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.		Comportamiento estereotipada Embotamiento afectivo Sudoración o escalofríos

Tabla 2

Operacionalización de la variable Adaptación de Conducta

Dimensiones	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores
Adaptación de conducta personal.	Capacidad para mostrar preocupación por el desarrollo de su organismo, además evalúa sentimientos de inferioridad y falta de aceptación de los cambios que sufre su cuerpo.	Puntajes obtenidos Inventario de adaptación de conducta, de Victoria de la Cruz y Agustín Cordero, adaptado por César Ruiz Alva en el año 1995	Autoestima Autoconcepto Autocontrol
Adaptación de conducta familiar.	Muestra actitudes críticas hacia su familia, asimismo la dificultad en la convivencia, falta de aceptación de las normas establecidas y deseo de huir incluso físicamente del ambiente familiar		Unidad familiar Protección familiar Disciplina Comunicación
Adaptación de conducta educativa.	Surgen posturas de censura o rebeldía frente a la organización de la institución educativa y a la atención de los profesores y compañeros.		Déficit de atención y concentración Bajo rendimiento escolar Habilidades y técnicas de estudio
Adaptación de conducta social.	Aparecen conductas negativas, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad.		Habilidades sociales Temperamento Autopercepción

3. Delimitación geográfica y temporal

La presente investigación se inició en el mes de marzo del 2015 y tuvo una extensión hasta el mes de agosto del 2016. Se llevó a cabo en adolescentes universitarios de una institución de educación superior privada Lima Este, departamento Lima Metropolitana.

4. Participantes

El grupo de participantes estuvo conformado por 350 adolescentes universitarios de ambos sexos y cuyas edades oscilaron entre 16 a 20 años. El tipo de muestreo fue no probabilístico, a conveniencia del investigador.

4.1. Criterios de inclusión y exclusión

Para la conformación de la muestra los criterios de inclusión fueron:

- Adolescentes universitarios de ambos sexo.
- Edades entre 16 a 20 años.
- Quienes acepten desarrollar los inventarios.

En este grupo se excluyeron a adolescentes:

- Quienes no completaron todas las respuestas.
- Quienes invalidaron los instrumentos de evaluación.

4.2. Características de los participantes

A continuación se presentan las características de los participantes en cuanto al género, ciclo y religión.

Tabla 3

Datos sociodemográficos de los participantes

Datos sociodemográficos		N	%
Género	Femenino	146	41,7
	Masculino	204	58,3
Edad	De 16 a 17 años	162	46,3
	De 18 a 20 años	188	53,7
Religión	Adventista	274	78,3
	Católico	39	11,1
	Otro	37	10,6

En la tabla 3 se observan los datos sociodemográficos de los participantes del estudio; así, el 58,3% es del sexo masculino y el 41,7 % del sexo femenino; en cuanto a la edad, el 53,7 % oscilan de 18 a 20 años y el 46,3% de 16 a 17 años. Además, el 90,3% de los participantes son del primer ciclo académico; y por último el 78,3 % son de religión adventista.

5. Técnica e instrumentos de recolección de datos

5.1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

El cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) fue creado por Escurra y Salas (2014) en Lima, Perú. Esta prueba presenta 24 ítems, con respuestas tipo Likert, cuyas opciones van desde siempre a nunca. Asimismo, está dividida en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales con 10 ítems, falta de control personal en el uso de las redes sociales con 6 ítems y uso excesivo a las redes sociales con 8 ítems.

Al final de la aplicación se podrá obtener los niveles de adicción a las redes sociales: bajo, medio y alto, mediante percentiles.

El instrumento aporta evidencias de validez de contenido, bajo el modelo de la teoría clásica de los test a través del análisis factorial confirmatorio. En cuanto a la confiabilidad se determinó mediante el alfa de Cronbach (0.95).

5.2. Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)

El Inventario de Adaptación de Conducta fue creado por De la Cruz y Cordero (1981) en España; y fue adaptada y normalizada por Ruiz (1995) a la población de adolescentes, jóvenes y adultos de 12 años a 40 años de edad de Lima y Callao, a un total de 4,235 personas.

El instrumento presenta 123 preguntas con alternativas de respuesta dicotómica (SÍ y NO). Está dividida en cuatro dimensiones: personal con 30 ítems, familiar con 30 ítems, educativa con 33 ítems y social con 30 ítems.

Se califica mediante tres niveles: satisfactoria, normal y con dificultades en la adaptación.

Al final de la aplicación se podrá obtener los niveles de adaptación: dificultad, normal y satisfactorio.

Además, dispone de adecuados indicadores de confiabilidad por el sistema de dos mitades (split-half) ($\alpha=0.95$) y de validez de contenido, por la correlación con el cuestionario de adaptación para Adolescentes de Bell y la intercorrelación con los factores del IAC.

6. Proceso de recolección de datos

La recolección de datos se realizó en el mes junio de 2016, en una universidad de Lima Este, en coordinación con la Dirección General de Investigación que es la encargada de autorizar las aplicaciones de los test a las cinco facultades. La aplicación se dio de manera colectiva, con ambas pruebas y el consentimiento informado a cada uno, con la ayuda de los colaboradores

debidamente entrenados, en 10 fechas distintas, obteniendo un total de 380. La prueba tuvo una duración aproximada de 45 minutos. Posteriormente se pasó a la depuración de las pruebas invalidadas, quedando un total de 350 sujetos.

7. Procesamiento y análisis de datos

Para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico SPSS para Windows versión 23, aplicado a las ciencias sociales. Una vez recolectada la información, se transfirió a la matriz de datos del software estadístico para su respectivo análisis. Los resultados descriptivos que se obtuvieron fueron ordenados en tablas de frecuencia. El contraste de las hipótesis planteadas se realizó con estadística no paramétrica; para ello se utilizó la prueba Rho de Spearman para determinar si existe relación significativa entre las variables de riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta.

Capítulo IV

Resultados y discusión

A continuación se detallan los resultados descriptivos e inferenciales, y la discusión respectiva de las dos variables de estudio.

1. Resultados descriptivos

1.1 Riesgo en adicciones a redes sociales

En la tabla 4 se muestra un nivel medio de riesgo en adicciones a redes sociales en el 54% de los participantes. Además, se observa que de 350 estudiantes el 51,1% presentan un nivel medio de obsesión por las redes sociales; asimismo, el 59,7% por falta de control personal en el uso de las redes sociales; y por último el 45,7% en el uso excesivo de las redes sociales. Por lo cual se evidencia un control apropiado sobre el uso de las redes sociales.

Tabla 4

Niveles de riesgo en adicciones a redes sociales en estudiantes de primer ciclo de 16 a 20 años.

	Bajo		Medio		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Obsesión por las redes sociales	112	32,0	179	51,1	59	16,9
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	95	27,1	209	59,7	46	13,1
Uso excesivo de las redes sociales	47	13,4	160	45,7	143	40,9
Riesgo en Adicciones a redes sociales	90	25,7	189	54,0	71	20,3

1.2 Adaptación de conducta

En la tabla 5 se observa que el 40,6% manifiestan una adaptación de conducta personal satisfactorio lo cual indica una capacidad para mostrar preocupación y aceptación de los cambios de su cuerpo. Además en las áreas: familiar (60,6%), educativo (94,3) y social (52,9%) presentan un nivel normal de adaptación de conducta. Demostrando así aprobación hacia sus padres y una buena relación interpersonal con sus compañeros y en el entorno social en el que vive.

Tabla 5

Niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de 16 a 20 años.

	Dificultad		Normal		Satisfactorio	
	n	%	n	%	N	%
Personal	69	19,7	139	39,7	142	40,6
Familiar	71	20,3	212	60,6	67	19,1
Educativo	15	4,3	330	94,3	5	1,4
Social	66	18,9	185	52,9	99	28,3
Adaptación de conducta	60	17,1	227	64,9	63	18,0

1.3 Prueba de normalidad de las dos variables

Con el objetivo de realizar los análisis correlacionales y contrastar las hipótesis planteadas, se ha procedido a realizar la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. Por lo tanto, en la tabla 6 se presenta, los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S), evidenciando una distribución anormal significativa ($p < 0.05$), por lo que los análisis a ejecutar serán correspondiente a la estadística no paramétrica.

Tabla 6

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio

	n	K-S	P
Adaptación de conducta	350	.076	,000 ^a
Riesgo en Adicciones a redes sociales	350	.062	,002 ^a

a. Corrección de significación de Lilliefors.

2. Resultados inferenciales

2.1 Correlación entre riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta

En la tabla 7 se observa el coeficiente de correlación de Spearman en el que indica una relación negativa y altamente significativa entre el nivel de riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta ($r = -.172^{**}$, $p = ,001$). En la dimensión obsesión por las redes sociales y adaptación de conducta se muestra una relación negativa y altamente significativa ($r = -.224^{**}$, $p = ,000$). Y en las dimensiones, falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales entre adaptación de conducta indican una relación negativa y significativa ($r = -.137^*$, $p = ,010$), ($r = -.111^*$, $p = ,039$) respectivamente. Lo que quiere decir, que a mayor riesgo en adicciones a las redes sociales menor nivel de adaptación de conducta.

Tabla 7

Coeficiente de correlación entre Riesgo en Adicciones a redes sociales y Adaptación de conducta

Riesgo en adicciones a redes sociales	Adaptación de conducta	
	rho	p
Obsesión por las redes sociales	-.224 ^{**}	.000
Falta de control en el uso de las redes sociales	-.137 [*]	.010
Uso excesivo de las redes sociales	-.111 [*]	.039
Riesgo en Adicciones a redes sociales	-.172 ^{**}	.001

** La correlación es significativa al nivel 0.01

3. Discusión

El uso de las redes sociales se ha ido masificando en los últimos años, modificando los hábitos de comunicación, aprendizaje, entretenimiento y de socialización, evidenciándose en comportamientos repetitivos que en primera instancia, resultan placenteros, pero cuyo uso persistente y descontrolado puede dar lugar a una conducta adictiva (Escurrea y Salas, 2014). El adolescente con riesgo en adicciones a las redes sociales presenta irritabilidad, ansiedad, malestar cuando no está conectado a la red, produciéndose así un deterioro en su adaptación en el contexto familiar, académico u otros (Carrasco, citado por Gavilanes, 2015). La adaptación de conducta se evidencia en aceptación del aspecto físico, obtención de la independencia emocional, aprobación positiva de los padres, relación con los compañeros y en general, con el resto de personas del entorno en los ambientes académico, personal, social, familiar; respecto al ámbito académico, se tiene la presión y la fuerza natural de independizarse e incorporarse social y afectivamente a sus maestros, buscando la independencia y autonomía que es insegura, arriesgada e incierta, por otro lado, la presión del grupo familiar por parte de sus padres; les conlleva a la dependencia familiar que es segura, estable, pero insoportable (Piaget, 1994 y De la Cruz y Cordero, 2015).

A continuación se presentan la argumentación que surge del análisis de los resultados más relevantes del estudio

En cuanto a la relación entre riesgo en adicciones a las redes sociales y la adaptación de conducta, el coeficiente de rho de Spearman indica que la relación es negativa y altamente significativa ($\rho = -0.172$; $p = .001$), es decir, cuando el adolescente acepta las reglas del hogar y de la institución educativa, mostrando una buena relación familiar, participando de las reuniones familiares, y actividades sociales, expresando libremente sus ideas y pensamientos, presenta un menor grado de riesgo en adicciones a las redes sociales; asimismo. Este resultado coincide con el estudio de Bringas, Ovejero, Herrero y Rodríguez (2009) en la cual mencionan que los adolescentes con un mejor nivel de adaptación a sus

contexto son los que dedican menos tiempo a la interacción con sus amistades a través de los medios de comunicación electrónicos. Del mismo modo, Young (2000) refiere que la persona que pasa mayor tiempo en las redes sociales manifiesta un desequilibrio en cada área de su vida, poniendo en conflicto su entorno social, personal, familiar y educativo.

Respecto a la relación entre obsesión por las redes sociales y adaptación de conducta, se muestra una relación negativa y altamente significativa ($r=-,224^{**}$, $p=,000$). Esto indica que los estudiantes que no dejan de pensar en lo que sucede en las redes sociales presentan ansiedad, estado de ánimo alterado, preocupación excesiva causada por la falta de acceso a las redes, por lo que descuidan a sus amigos o familiares por estar conectados; además, evidencian falta de aceptación personal, presentan rasgos de inseguridad poca disposición para involucrarse socialmente y dificultades en la adaptación; tal como lo indican Estévez et al los adolescentes que presentan obsesión por las redes sociales, su estado emocional varían, son más vulnerables, impulsivos, intolerantes, timidez excesiva, baja autoestima y rechazo de su imagen corporal, físicamente presentan dolores, insomnio o fatiga (Echeburúa, 2010).

La falta de control y uso excesivo de las redes sociales correlacionaron significativamente con la adaptación de conducta de manera inversa ($r=-,137^{*}$, $p=,010$), ($r=-,111^{*}$, $p=,039$) respectivamente. Es decir, la interrupción en el uso de las redes sociales cuando ha existido un exceso en el tiempo de uso, genera en el adolescente gran necesidad de permanecer conectado a la red invirtiendo demasiado tiempo; además, el periodo de uso acostumbrado deja de satisfacerle, por lo que al entrar y usar las redes sociales se genera una sensación de alivio, y cuando no están conectados están atentos a las alertas que emiten los teléfonos o la computadora, indicando la incapacidad de controlar el uso las redes sociales y de disminuir la duración de la conexión. Estas condiciones conllevan al descuido de las actividades académicas y el tiempo dedicado a la familia; adicionalmente, sus relaciones interpersonales en contextos reales pierden calidad, empiezan a aislarse y sentirse inseguros de sí mismos. Generando, finalmente, alteraciones en el proceso de adaptación en los diversos ámbitos en

los que se desenvuelven (Escrura y Salas, 2014). De igual forma, Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala (2010) indican que los adolescentes que presentan adicción al Facebook, son más propensos a tener problemas conductuales, deficiencia en sus habilidades sociales y más proclives a tener baja autoestima y depresión.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

1. Conclusiones

De acuerdo a los datos y resultados presentados en esta investigación, se arriba a las siguientes conclusiones:

- Con respecto al objetivo general, sí existe relación negativa débil, altamente significativa entre el riesgo en adicciones a las redes sociales y los niveles de adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016 ($r = -0,172$, $p = 0,001$).
- Respecto al primer objetivo específico, sí existe relación negativa débil, altamente significativa, entre el riesgo en obsesión por las redes sociales y los niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016 ($r = -0,224$, $p = 0,000$).
- Asimismo, en relación con el segundo objetivo específico, sí existe relación negativa débil, significativa, entre el riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y los niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016 ($r = -0,137$, $p = 0,010$).
- De la misma forma, el tercer objetivo específico, sí existe relación negativa y significativa, entre el uso excesivo de las redes sociales y los niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016 ($r = -0,111$, $p = 0,039$).

2. Recomendaciones

Tomando en cuenta los resultados hallados en la presente investigación, a continuación se presentan las sugerencias a tomar en cuenta:

- Réplica de la presente investigación en grupos de estudiantes de los últimos años del nivel secundario, para analizar el riesgo en adicciones a redes sociales y la adaptación de conducta en escolares, puesto que la población adolescente son más vulnerables al riesgo en adicciones a las redes sociales.
- Informar los resultados a las autoridades del área correspondiente, con el fin de realizar unas series de intervenciones, tales como la negociación entre los jóvenes usuarios y sus padres, con la finalidad de reducir o eliminar riesgos de dependencia; ya que estos son escasamente supervisados por sus progenitores.
- Implementación de programas y actividades que generen conciencia en los usuarios respecto al uso excesivo de conexión y las desventajas que posee, como el bajo rendimiento académico.
- Implementar preguntas en el cuestionario sociodemográfico (horas de conexión, de dónde se conecta a las redes sociales, de todas las personas que conocen a través de la red, cuántos conocen personalmente, las cuentas en la red contienen datos verdaderos, etc).

Referencias

- Aragón, L. y Bosques, E. (2012). Adaptación familiar, escolar y personal de adolescentes de la ciudad de México. *Universidad Nacional Autónoma de México*, 12(2), 263-282.
Recuperado de: www.cneip.org/documentos/16.pdf
- Ardila, L. (2007). *Adolescencia, desarrollo emocional: guía y talleres para padres y docentes*. Colombia: Ecoe Ediciones
- Barrón, M. (2008). *Adolescentes incluidos, adolescentes excluidos*. Córdoba: Brujas
- Blazquez, F. (1997). *Diccionario de las Ciencias Humanas*. España: Verbo Divino
- Brecoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Vigo: Nova Galicia Edicións
- Bringas, C., Ovejero, A., Herrero, J. y Rodríguez, J. (2009). *Revista Galeno Portuguesa de Psicología e Educación*, 17 (1,2). Recuperado de: <http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7619/?sequence=1>
- Buena vida, P. (03 de diciembre de 2009). Peligrosa adicción a internet. Recuperado de: <http://www.prensalibre.com/>
- Caballo, V. (2007). *Manual de entrenamiento de las habilidades sociales*. España: Siglo XXI de España editores, S.A
- Castells, P. y Silber, T. (2000). *Guía práctica de la salud y psicología del adolescente (4^a ed.)*. México: Planeta
- Challco, P., Rodríguez, S. y Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista científica Ciencias de la Salud*. 9(1), 1-7. Recuperado de: http://revistascientificas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/542/565
- Cloninger, S. (2003). *Teorías de la personalidad 3*. México: Pearson educación
- Cueva, G. (2013). *Nuevas adicciones en adolescentes*. Lima: Ministerio de Salud
- Cuyún, M. (2013). *Adicción a redes sociales en jóvenes (Estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del Colegio Liceo San Luis De Quetzaltenango)*. (Tesis de Licenciatura,

- Universidad Rafael Landívar). Recuperado de:
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>
- Delgado, J. (2009). *Diccionario de psicología*. Recuperado de:
<http://www.rinconpsicologia.com/search/label/Diccionario%20de%20Psicologia>
- De la Cruz, M. y Cordero, A. (2015). *IAC. Inventario de Adaptación de Conducta*. Madrid: TEA Ediciones
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista adicciones*, 22(2), 91-95. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Echeburúa, E., Labrador, F. y Becoña, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Pirámide
- Echeburúa, E., De Corral, P. y Amor, P. (2005). El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención. *Psicología conductual*, 13(3), 511-525. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1404338>
- Escurre, M. y Salas, E. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75-90. Recuperado de:
http://www.researchgate.net/publication/272681790_Uso_de_redes_sociales_entre_estudiantes_universitarios_limeos
- Fierro, A. y Cardenal, V. (2001). Pertinencia de estilos de personalidad y variables cognitivas a indicadores de salud mental. *Revista de Psicología general y aplicada*, 52(2), 207-226. Recuperado de:
http://www.uma.es/Psicologia/docs/eudemon/investigacion/pertinencia_de_estilos_de_personalidad.pdf
- Fierro, A. (1996). *Estrés, afrontamiento y adaptación*. Recuperado de:
www.uma.es/Psicología/docs/eudemon/analisis/estres_afrontamiento_y_adaptacion.pdf

- García, R. y Briceño, R. (2014). *Clima familiar y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Talara-Perú*. Tesis de licenciatura en Psicología. Lima, Perú: Universidad Peruana Unión.
- Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la Adaptación conductual en los adolescentes*. (Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador). Recuperado de: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/1137/1/75670.pdf>
- Go-Globe. (26 de diciembre de 2014). Social Media Addiction – Statistics and trend. Recuperado de: <http://www.go-globe.com/blog/social-media-addiction/>
- Haeussler, M. (2014). *Nivel de adicción a las redes sociales que presentan los adolescentes miembros del movimiento juvenil pandillas de la amistad y su relación con las manifestaciones de ansiedad*. (Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar). Recuperado de:
- Hernández, P. y Jiménez, J. (1983). *Intervención psicoeducativa y adaptación. Una alternativa de salud mental desde la escuela*. España: Secretariado de Publicaciones de la Universidad de La Laguna
- Helsper, E., Kalmus, V., Hasebrink, U., Ságvári, B. y Haan, J. (27 de agosto de 2013). Clasificación de los países: oportunidades, riesgos, daños y medición parental. Recuperado de: <http://eprints.Ise.ac.uk/52023/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. *Población que accede a internet*, 2014. Lima, Perú. Recuperado de: <https://www.inei.gov.pe/estadisticas/indice-tematico/population-access-to-internet/>
- Jiménez, C. (1979). *El problema de la adaptación escolar*. Madrid: Anaya, S. A
- Jensen, J. (2008). *Adolescencia y adultez emergente, un enfoque cultural*. México: Pearson Educación

- Kail, R. y Cavanaugh, J. (2008). *Desarrollo humano: una perspectiva del ciclo vital (3^{era} ed.)*. México: Edamsa Impresiones
- Kancyper, L. (2007). *Adolescencia: El fin de la ingenuidad*. México: Lumen
- Kazdín, A. y Buela, G. (1994). *Conducta antisocial: Evaluación, tratamiento y prevención en la infancia y adolescencia*. España: Pirámide
- Lila, M., Buelga, S. y Musitu, G. (2009). *Las relaciones entre padres e hijos en la adolescencia*. Madrid: Pirámide
- Lozares, C. (1996). La teoría de redes sociales. *Bellaterra*, 48, 103 – 126. Recuperado de: www.raco.cat/index.php/Papers/article/download/25386/58613%3E.
- Lutte, G. (1991). *Liberar la adolescencia: la psicología de los jóvenes de hoy*. Barcelona: Herder S.A
- Macías, V. (2000). *Ser adolescente*. México: Trillas
- Mata, A. (2005). *Diccionario Didáctico de Ecología*. Costa Rica: Universidad de Costa Rica
- Matus, P. (04 de junio de 2008). Adicción a internet. *Revista Electrónica de trabajo social*
- Mejía, G., Paz, J. y Quinteros, D. (2014). Adicción a facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica Ciencias de la Salud*. 7(1), 1-9. Recuperado de: http://revistascientificas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/209/213
- Montero, D. (2005). La conducta adaptativa en el panorama científico y profesional actual. *Intervención psicosocial*. 14(3), 277-293. ISSN: 1132-0559
- Morocho, G. (2001). *Adaptación-Inadaptación y el rendimiento escolar en escolares del 4^{to} año y 5^{to} año de secundaria de colegios nacionales de Lima-Perú*. Tesis de licenciatura en Psicología. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Oliva, A. et al. (2012). *Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. España: Editorial Aguaclara

- O'Neill, B. (2014). Influencias políticas y grupos de países: un análisis comparativo de Internet la aplicación de políticas de seguridad. Recuperado de: <http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnl>
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2004). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia Undécima edición*. México: McGraw-Hill
- Paz, M. (2011). Que no te dominen tus impulsos. *Revista amiga*. Recuperado de: <http://www.revistaamiga.com/>
- Piaget, J. (1994). *Seis estudios de psicología*. Bogotá: Edición Labor
- Picón, C. (2007). *Investigaciones e innovaciones en apoyo a la calidad de la educación universitaria del Perú*. Lima: FIMART
- Rayo, A. (2014). *Influencia del uso de las redes sociales en las relaciones familiares de jóvenes de 18 y 24 años que presentan adicción a las mismas*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar). Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rayo-Alejandra.pdf>
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española (22.^a ed.)*. España: RODESA
- Real Academia Española. (2010). *Diccionario de la lengua española (22.^a ed.)*. Recuperado de: <http://lema.rae.es/drae/?val=ADICCION>
- Rock, C. (2008). Teología. Fundamentos bíblicos de nuestra fe, Tomo 7. Bogotá: OP Gráficas
- Social Media Marketing. *Breve historia de las redes sociales*, 2011. Madrid, España
Recuperado de: <http://www.marketingdirecto.com/digital-general/social-media-marketing/breve-historia-de-las-redes-sociales/>
- Schultz, D. y Ellen, S. (2009). *Teorías de la personalidad*. México: CENGAGE Learning
- Tapia, J. (15 de noviembre de 2015). Facebook: 61% de niños y adolescentes usan esta red social pero sin responsabilidad. Recuperado de:

<http://diariocorreo.pe/edicion/arequipa/facebook-61-de-ninos-y-adolescentes-usan-esta-red-social-pero-sin-responsabilidad-632995/>

Vidals, D. (2009). Estudio de la adaptación personal, familiar, social en adolescentes. México.

Vilca, W. y Gonzales, A. (2013). *Propiedades psicométricas de la Escala de Riesgo de Adicción a las redes Sociales*. Tesis de licenciatura en Psicología. Lima, Perú: Universidad Peruana Unión.

White, E. (2010). *Felicidad y Armonía en el hogar*. Buenos Aires: ACES

White, E. (2010). *Consejos sobre la salud*. Buenos Aires: ACES

Young, K. (2009). Adicción a Internet: La aparición de un nuevo trastorno clínico.

Cyberpsychology & Behavior, 1(3), 237-244. Recuperado de:

<http://online.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/cpb.1998.1.237>

Young, K. (2000). Caught in the net: how to recognize the signs of internet addiction and winning strategy for recovery. New York: John Wiley & Sons

Anexos
Anexo 1. Carta de autorización



CARGO

Una Institución Adventista Ñaña, Lima, 01 de Diciembre de 2015

CARTA DE AUTORIZACIÓN
A QUIÉN CORRESPONDA

Mediante la presente presentamos a las investigadoras **Irma Liberato Reyes**, con Código 201110346, **Jessica Polin Andrade**, con Código 201110331, y a su asesora el **Psic. Wildman Vilca Quiro**, con DNI 46289308 de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, Universidad Peruana Unión, Lima.

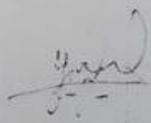
Con la investigación titulada: **"Riesgo en adicciones a riesgos sociales y adaptación conductual en estudiantes universitarios de una Universidad Privada de Lima Este"** Requisito para optar el título profesional de Psicólogo de la Universidad Peruana Unión.

Después de haber revisado el protocolo de investigación, se otorga la autorización para que pueda desarrollar la investigación en la Universidad Peruana Unión.

Agradecemos anticipadamente, el apoyo que pueda brindar a los investigadores, a fin de concluir satisfactoriamente este proceso, los resultados obtenidos serán difundidos por los canales correspondientes.

Atentamente,





Dr. Rodrigo Alfredo Matos Chamorro
Presidente
Comité de ética

Carretera Central Km. 19 Ñaña; Telf: 618-6300 Fax 618-6339. Casilla 3564, Lima8 - Perú. E-mail: postmast@unpu.edu.pe

Anexo 2. Consentimiento informado

Título de la investigación:

“Riesgo en adicciones a riesgos sociales y adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016”

Propósito y procedimientos

Se me ha comunicado que el título de esta investigación es *“Riesgo en adicciones a riesgos sociales y adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016”*. En este estudio tiene por objetivo determinar la existencia relación significativa en riesgo de adicciones a redes sociales en adolescentes de una universidad privada de Lima Este. Este proyecto está siendo realizado por Irma Liberato Reyes y Jessica Joselin Polin Andrade, bajo la supervisión del Psi. Wildman Vilca Quiro. La entrevista tiene un tiempo de duración de aproximadamente 30 minutos. La información obtenida en la entrevista será usada para hacer una publicación escrita, en esta publicación yo seré identificado por un número. Alguna información personal básica puede ser incluida como: mi edad y sexo.

Beneficios del estudio

No hay compensación monetaria por la participación en este estudio.

Preguntas e información

Se me ha comunicado que si tengo cualquier pregunta acerca de mi consentimiento o acerca del estudio puedo comunicarme con:

Jessica Joselin Polin Andrade
959321396
jessicapolin@upeu.edu.pe

He leído el consentimiento y he oído las explicaciones orales del investigador. Mis preguntas concernientes al estudio han sido respondidas satisfactoriamente. Como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación.

.....

Firma del participante y fecha

Anexo 3. Inventario de Adaptación de Conducta IAC

Este cuestionario busca identificar el grado de adaptación en los siguientes aspectos: personal, familiar, educativa y social, como parte de un trabajo de investigación académica. Contesta con sinceridad y sin pensarlo demasiado, no hay respuestas correctas e incorrectas.

Datos	Edad	Género		Ciclo	Escuela/Facultad	Religión
		F	M			

Indicaciones: Lee cuidadosamente las siguientes afirmaciones y marca la respuesta **SI – NO** con una “X”

Nº	Ítem	Si	No
1	Suelo tener mala suerte en todo.		
2	Me equivoco muchas veces en lo que hago.		
3	Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.		
4	Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.		
5	Hablando sinceramente, el futuro me da miedo.		
6	Envidia a los que son más inteligentes que yo		
7	Estoy satisfecho con mi estatura.		
8	Si eres hombre preferirías ser una mujer/Si eres mujer preferirías ser un hombre.		
9	Mis padres me tratan como si fuera un niño pequeño.		
10	Me distancio de los demás.		
11	En mi casa me exigen mucho más que a los demás.		
12	Me siento satisfecho con mis padres aunque no sean importantes.		
13	Me avergüenza decir la ocupación de mis padres.		
14	Me gusta oír como habla mi padre con los demás.		
15	Mis padres dan importancia a las cosas que hago.		
16	Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia.		
17	Cuando mis padres me riñen, casi siempre tienen razón.		
18	La mayor parte de las veces, mis padres me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo.		
19	Mis padres me riñen sin motivo.		
20	Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores notas.		
21	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.		
22	Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo.		
23	Busco en el diccionario el significado de las palabras que no se o no entiendo.		
24	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.		
25	Trato de memorizar todo lo que estudio		
26	Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.		
27	Estudio sólo para los exámenes.		
28	Estudio por lo menos dos horas diarias.		
29	Cuando hay paso oral recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos.		

Nº	Ítem	Si	No
30	Me pongo a estudiar el mismo día del examen.		
31	Espero que se fije la fecha de un examen o paso oral para ponerme a estudiar.		
32	En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.		
33	Estoy seguro de que encontraré profesores que me juzguen mal.		
34	En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.		
35	Mis padres se comportan de forma poco educada.		
36	Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.		
37	Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto		
38	Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.		
39	Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.		
40	Siento que formo parte de la sociedad.		
41	Tengo amigos en todas partes.		
42	A menudo me siento realmente fracasado.		
43	Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.		
44	Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.		
45	Muchas veces me digo a mi mismo: ¡Que tonto he sido! - después de haber hecho un favor o prometido algo.		
46	Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sino un número.		
47	Mis compañeros de clase me hacen caso siempre-		
48	Tengo problemas en casa porque mis padres son demasiados exigentes con los horarios.		
49	Alguna vez he pensado en irme de casa.		
50	Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.		
51	Cuando tengo que hablar ante los demás paso mal rato, aunque sepa bien lo que tengo que decir.		
52	Mis padres solucionan correctamente los asuntos familiares.		
53	En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.		
54	Mis padres son demasiado severos conmigo.		
55	Mis padres son muy exigentes.		
56	Mi familia limita demasiado mis actividades.		
57	Mis padres riñen mucho entre ellos.		
58	El ambiente de mi casa es desagradable o triste.		
59	Mis padres tratan mejor a mis hermanos que a mí.		
60	Mis padres exigen de mejores notas de las que puedo conseguir.		
61	Mis padres me dan poca libertad.		
62	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.		
63	Leo la pregunta, busco en el libro leo todo y luego contesto según como he comprendido.		
64	Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido.		
65	En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las termino en el colegio, preguntando a mis amigos.		
66	Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.		
67	Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.		
68	Empieza a resolver una tarea, me canso y paso a otra.		
69	Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.		

Nº	Ítem	Si	No
70	Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.		
71	Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida		
72	Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.		
73	Me gusta estar donde haya mucha gente reunida.		
74	Participar en las actividades de grupo organizados.		
75	Hacer excursiones en solitario.		
76	Participar en discusiones.		
77	Asistir a fiestas con mucha gente.		
78	Ser el centro de atención en las reuniones.		
79	Organizar juegos en grupo.		
80	Recibir muchas invitaciones.		
81	Ser el que habla en nombre del grupo.		
82	Que tus compañeros se conviertan fuera del colegio (Instituto, Universidad) en amigos tuyos.		
83	Te consideras poco importante		
84	Eres poco popular entre los amigos.		
85	Eres demasiado tímido(a)		
86	Te molesta no ser más guapo y atractivo.		
87	Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.		
88	Estás enfermo más veces que otros.		
89	Estás de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia.		
90	Eres poco ingenioso y brillante en la conversación.		
91	Tienes poca – voluntad – para cumplir lo que propones.		
92	Te molesta que los demás se fijen en ti.		
93	Tus padres se interesan por tus cosas.		
94	Tus padres te dejan decidir libremente		
95	Admiras las cualidades de las demás personas de tu familia.		
96	Estas seguro de que tus padres te tienen un gran cariño.		
97	Tus padres te ayudan a realizarse.		
98	Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos		
99	Estás convencido de que tu familia aprueba lo que haces.		
100	Te sientas unido a tu familia.		
101	Crees que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.		
102	Tu padre te parece un ejemplo a imitar.		
103	Repaso momentos antes del examen.		
104	Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema.		
105	Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.		
106	Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.		
107	Me presento a rendir mis exámenes sin haber estudiado todo el curso.		
108	Durante el examen se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado		
109	Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al profesor.		
110	Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.		
111	Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.		

Nº	Ítem	Si	No
112	Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.		
113	Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.		
114	Formas parte de un grupo de amigos		
115	Eras uno de los chicos (as) más populares de tu colegio.		
116	Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo.		
117	Te gusta participar en paseos con mucha gente.		
118	Organizas reuniones con cualquier pretexto.		
119	En las fiestas te unes al grupo más animado.		
120	Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.		
121	Te gusta estar solo mucho tiempo.		
122	Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver al televisión a comentar cosas.		
123	Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.		

Anexo 4. Cuestionario Uso de las Redes Sociales (ARS)

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda de acuerdo a lo que Ud. siente, piensa o hace: Siempre S

Rara vez RV

Casi siempre CS

Nunca N

Algunas veces AV

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

Anexo 5. Tabla de la matriz

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General		Enfoque: Cuantitativo
¿Existe relación significativa entre el riesgo de adicciones a redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?	Determinar si existe relación entre el riesgo de adicciones a las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.	Existe relación significativa entre riesgo en adicción a redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.		Diseño: No experimental
Problemas específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicos		Alcance: Correlacional.
1. ¿Existe relación significativa entre el riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?	1. Determinar si existe relación entre el riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.	1. Existe relación significativa entre riesgo en obsesión por las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.	Riesgo de Adicción a Redes Sociales Y Adaptación de Conducta	Población: Estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este.
2. ¿Existe diferencias significativas entre el riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta en los adolescentes de estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?	2. Determinar si existe relación entre el riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.	2. Existe relación significativa entre riesgo en falta de control personal en el uso de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.		Instrumento: - Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014). - Inventario de Adaptación conductual (IAC) de De la Cruz y Cordero, adaptado por Ruiz (1995).

3. ¿Existe diferencias significativas entre el riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016?

3. Determinar si existe relación entre el riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta que presentan los estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016..

3. Existe relación significativa entre riesgo en uso excesivo de las redes sociales y la adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Este, 2016.
