



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD  
ESCUELA DE LA SALUD  
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

**LAS REDES SOCIALES Y SU INFLUENCIA EN LAS RELACIONES  
INTERPERSONALES DE LOS ADOLESCENTES ENTRE 15 Y 16 AÑOS  
DEL COLEGIO MIXTO PARTICULAR UPSE DEL CANTÓN LA  
LIBERTAD, PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO LECTIVO 2014 -  
2015.**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO  
DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:**

**SOLANO RICARDO JACLYN SUSANA**

**TUTOR:**

**PSIC. IVETTE GÓMEZ LIRIANO MSC.**

**LA LIBERTAD- ECUADOR**

**Marzo – 2015**

**APROBACIÓN DEL TUTOR**  
**(esto no debe de realizar)**

En mi calidad de Tutor del trabajo de Investigación

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_ elaborado por  
\_\_\_\_\_, egresado de la  
Carrera de \_\_\_\_\_, de la Universidad Estatal  
Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de Licenciado  
en \_\_\_\_\_, me permito declarar que  
luego de haber orientado, estudiado y revisado, la apruebo en todas sus  
partes.

**Atentamente**

---

**TUTOR**

# **CERTIFICADO DE REVISIÓN DE LA REDACCIÓN Y ORTOGRAFÍA**

## **AUTORÍA DE TESIS**

Yo, Jaclyn Susana Solano Ricardo declaro que soy la autora de este trabajo, combino criterios propios con la información investigada, realizando cada capítulo bajo las normas establecidas por la universidad y la carrera que culmino con la presente tesis, las citas tomadas respetan los derechos de autor, encontrando la referencia en la bibliografía detallada al final.

---

Jaclyn Susana Solano Ricardo  
C.I. N°0923408215

## TRIBUNAL DE GRADO

---

**Lcdo. Guillermo Santa María S. MSc.**  
DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
SOCIALES Y DE LA SALUD

---

**Dr. Juan Monserrate C. MSc.**  
DIRECTOR DE LA ESCUELA DE LA  
SALUD

---

**Ps. Sara Yagual R. MSc.**  
PROFESOR ESPECIALISTA

---

**Ps. Ivette Gómez L. MSc.**  
PROFESOR TUTOR

---

**Abg. Joe Espinoza Ayala. Msc.**  
SECRETARIO GENERAL.

## DEDICATORIA

*Ángeles terrenales que iluminan mi vida con su amor, Susana y Angelina,  
Compañero de vida, Álvaro Castro,  
Valor y ejemplo, Lilia Ricardo,  
Fuerza Divina que en ti confío, Dios, Jesús y María*

*Los esfuerzos pequeños y grandes todos siempre dedicados a ustedes mi  
familia.*

## **AGRADECIMIENTO**

Llegué a esta carrera en uno de esos momentos que nos parecen difíciles en la vida, por ello agradezco a esta institución llamada UPSE, aprendí a valorarla y quererla como mi hogar fuera de casa, a la carrera de psicología, a sus autoridades y personal quienes con mano dura no dejaron que declinemos durante los años de estudio, a los docentes, profesionales que impartieron su luz cual maestros, les quedo infinitamente agradecida, varios fueron quienes, viendo nuestras capacidades quisieron explotarlas al máximo y lo lograron, encendiendo la llama del conocimiento que invita a seguir aprendiendo, entendiendo el mundo a través del trabajo y servicio a los demás.

Agradezco a las personas e instituciones que confiaron en nosotros, asistiendo a nuestras actividades y apoyando a la carrera de Psicología, a mis compañeros de aula, de lucha, compañeros de momentos buenos y malos y a las personas que me ayudaron a seguir con una sonrisa, una palabra, una exigencia, son amistades sembradas en las aulas y que se fortalecerán en el caminar de la vida, a todos ellos muchas gracias.



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD  
ESCUELA DE LA SALUD  
CARRERA DE PSICOLOGÍA

Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014 - 2015.

Autora: Jaclyn Solano Ricardo

### RESUMEN

En el presente trabajo se estudió la influencia de las redes sociales en los adolescentes determinando qué ámbitos de su desarrollo integral se ven afectados. Se revisan los orígenes, definiciones, tipología e investigaciones que dan a conocer a las redes sociales como el nuevo medio de comunicación e interacción mundial. De las relaciones interpersonales se revisan autores, teorías, investigaciones y relaciones con las redes sociales, posibilitando la comprensión de esta dimensión en la convivencia humana.

Para evaluar la intensidad, frecuencia y control de redes sociales, se utilizó encuestas aplicadas a los estudiantes y sus padres. Para la evaluación de las relaciones interpersonales se utilizó el Inventario de Apego de Padres y Pares de Armsden y Greenberg, 1987 (IPPA), con los resultados obtenidos en estos instrumentos se correlacionó los factores psico-emocionales implícitos en el uso redes sociales de los adolescentes con la calidad de las relaciones con padres y amigos. La necesidad de manifestar sus emociones en redes sociales fue del 47%, lo que coincide con el déficit comunicacional que existe con sus padres con el 31% y entre pares el 32%. Los estilos de relaciones interpersonales se ubican según su preponderancia obteniendo el 40% para el estilo Agresivo, 30% estilo Asertivo y el 20% estilo Pasivo, dichos porcentajes corresponden a las subescalas del IPPA que corresponden a las áreas de Confianza, Comunicación y Apego, lo que determina en conjunto los estilos de relaciones interpersonales.

Los adolescentes valoran la interacción social de igual forma que en épocas anteriores, con la diferencia que ahora tienen nuevos recursos que, sin la debida orientación podrían convertirse en el obstáculo que les impida un desarrollo social adecuado. La población evaluada presenta características idóneas para la prevención de las adicciones y demás desviaciones de la conducta a las que llevan el uso indebido de las redes sociales.

**Palabras Claves:** redes sociales, relaciones interpersonales, apego, influencia, desarrollo.

Social networks and their influence on interpersonal relationships of adolescents between 15 and 16 years UPSE Private Joint College of Canton La Libertad, Santa Elena, School Year 2014-2015.  
Author: Jaclyn Ricardo Solano

### **ABSTRACT**

In this paper the influence of social networks was studied in adolescents define the areas of integral development are affected. Origins, definitions, types and investigations disclosed to social networks as the new means of communication and global interaction are reviewed. Interpersonal relationships authors, theories, research and relationships with social networks, enabling the understanding of this dimension in human society are reviewed.

To evaluate the intensity, frequency and control social networking, surveys of students and their parents was used. Inventory of Parent Attachment couple Armsden and Greenberg, 1987 (IPPA), with the results obtained in these instruments implicit psycho-emotional factors correlated in using social networks of adolescents was used for the evaluation of interpersonal relationships quality of relationships with parents and friends. The need to express their emotions in social networks was 47%, which matches the communication gap that exists with parents with 31% and 32% peer. The styles of interpersonal relationships are placed according to their preponderance obtaining 40% for the aggressive style Assertive style 30% and 20% Passive style, these percentages correspond to the IPPA subscales corresponding to the areas of Confidence, Communication and Attachment, together that determines relationships styles.

Teens value social interaction in the same way as in the past, with the difference that now have new resources, without proper guidance could become the obstacle that prevents them proper social development. The population has evaluated suitable for the prevention of addictions and other deviant behavior that lead to the misuse of social networking features.

**Keywords:** social networks, interpersonal relationships, attachment, influence development.

## INDICE GENERAL

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA .....	I
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	II
CERTIFICADO DE REVISIÓN DE LA REDACCIÓN Y ORTOGRAFÍA.....	III
AUTORÍA DE TESIS .....	IV
TRIBUNAL DE GRADO .....	V
DEDICATORIA .....	VI
AGRADECIMIENTO .....	VII
RESUMEN.....	VIII
INDICE GENERAL .....	X
ÍNDICE DE TABLAS.....	XV
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	XVI
INTRODUCCIÓN.....	XVII
CAPÍTULO I.....	1
EL PROBLEMA .....	1
1.1. Tema:.....	1
1.2. Planteamiento del Problema. ....	1
1.2.1. Contextualización.....	4
1.2.2. Análisis Crítico. ....	7
1.2.3. Prognosis.....	10
1.2.4. Formulación del Problema. ....	11
1.2.5. Preguntas Directrices. ....	11
1.2.6. Delimitación del Problema. ....	12
1.2.7. Justificación del Tema. ....	12
1.3. Objetivos de la Investigación.....	14
1.3.1 Objetivo General:.....	14
1.3.2. Objetivos Específicos:.....	15
CAPÍTULO II.....	16
MARCO TEÓRICO .....	16
2.1. Investigaciones previas.....	16
2.2. Marco científico. ....	20
2.2.1. Redes sociales. ....	20
2.2.1.1. Origen de las redes sociales. ....	20

2.2.1.2. Definición. ....	22
2.2.1.3. Tipos de redes sociales. ....	23
2.2.1.3.1. Redes sociales directas. ....	23
2.2.1.3.2. Redes sociales indirectas. ....	26
2.2.1.4. Características de las redes sociales. ....	27
2.2.1.5. Principales redes sociales en Ecuador y el mundo. ....	28
2.2.1.6. Uso de redes sociales: Ventajas y desventajas ....	31
2.2.1.7. Los Adolescentes y las redes sociales. ....	33
2.2.1.8. Peligros por el constante uso de redes sociales. ....	35
2.2.2. Las Relaciones Interpersonales. ....	37
2.2.2.1. Autores y teorías psicológicas. ....	38
2.2.2.1.1. Carl Rogers: visión positiva del ser humano. ....	39
2.2.2.1.2. Virginia Satir: enlace con la sociedad. ....	40
2.2.2.1.3. Jonh Bowlby: el apego en adolescentes ....	42
2.2.2.1. Definición. ....	43
2.2.2.2. Perspectivas teóricas de las Relaciones Interpersonales. ....	44
2.2.2.3.1. Necesidades en las relaciones Interpersonales de los adolescentes. ....	44
2.2.2.2.2. Las Habilidades Sociales. ....	47
2.2.2.3. Estilos de relaciones interpersonales. ....	54
2.2.2.5. Relaciones interpersonales en la adolescencia. ....	55
2.2.2.6. Repercusiones poderosas en el modo de interrelacionarse. ....	56
2.2.2.7. El apego en las relaciones interpersonales de los adolescentes. 57	
2.2.2.7.1. Estilos de apego. ....	57
2.2.2.8. Relación entre las redes sociales y las relaciones interpersonales de los adolescentes ....	61
2.2.2.9. Problemas Psicológicos presentes en las redes sociales ....	62
2.2.2.10. Adicción a redes sociales e internet. ....	64
2.3. Marco Legal. ....	67
2.3.1. La Constitución de la República del Ecuador. ....	67
2.3.2. Ley Orgánica de la Salud. ....	69
2.3.3. Ley de Educación 6914. ....	70
2.2.4. Buen Vivir. ....	71
2.3. Marco Conceptual. ....	74
2.5. Fundamentaciones. ....	77

2.5.1. Fundamentación Filosófica. ....	77
2.5.2. Fundamentación Sociológica. ....	78
2.6. Hipótesis. ....	80
2.7. Señalamiento de las variables. ....	80
2.7.1. Variable Independiente. ....	80
2.7.2. Variable Dependiente. ....	80
CAPÍTULO III.....	81
LA METODOLOGÍA.....	81
3.1. Enfoque investigativo. ....	81
3.2. Diseño de la Investigación.....	81
3.2. Modalidad básica de la investigación. ....	82
3.3. Tipos de investigación.....	83
3.3.1. Investigación descriptiva. ....	83
3.3.2. Investigación correlacional.....	84
3.3.3. Investigación explicativa. ....	84
3.3.4. Investigación de campo. ....	85
3.3.5. Investigación Bibliográfica.....	85
3.4. Población y Muestra. ....	85
3.4.1. Población.....	85
3.4.2. Muestra.....	86
3.5. Operacionalización de Variables. ....	87
3.6. Técnicas e instrumentos de investigación. ....	89
3.6.1. La entrevista. ....	89
3.6.2. La encuesta. ....	90
3.6.3. Inventory of Parent and Peer Attachment de Armsdem y Greenberg (1987) IPPA.....	90
3.7. Plan de Recolección de Información ....	91
3.8. Plan de Procesamiento de la Información.....	92
3.9. Análisis e interpretación de resultados. ....	93
3.9.1. Resultados de la encuesta aplicada a estudiantes del Colegio Mixto Particular UPSE.....	93
3.9.2. Resultados de la encuesta aplicada a padres de familia del Colegio Mixto Particular UPSE ....	104
3.9.3. Resultados del Inventario de Apego con Padres y Pares (IPPA, 1987). .....	115

3.10. Verificación de hipótesis.....	121
3.11. Conclusiones y recomendaciones.....	123
3.11.1. Conclusiones .....	123
3.11.2. Recomendaciones.....	125
CAPÍTULO IV .....	128
MARCO ADMINISTRATIVO .....	128
4.1. Recursos:.....	128
4.2. Cronograma .....	129
CAPITULO V .....	130
PROPUESTA .....	130
5.1.- Datos informativos.....	130
5.2. Antecedentes de la propuesta.....	131
5.3. Justificación.....	133
5.4. Objetivos.....	134
5.4.1. Objetivo General: .....	134
5.4.2. Objetivos Específicos:.....	135
5.5. Factibilidad.....	135
5.5.1. Factibilidad Legal.....	135
5.5.2. Factibilidad Política.....	138
5.5.3. Factibilidad Técnica.....	138
5.6. Fundamentación.....	139
5.6.1. Fundamentación Psicológica.....	139
5.6.2. Fundamentación Sociológica.....	140
5.7. Metodología, plan de acción.....	141
5.8. Administración.....	144
5.8.1. Organigrama Estructural.....	144
5.8.2. Organigrama Funcional.....	145
5.9. Previsión de la evaluación.....	146
5.10. Presentación y socialización de Propuesta.....	148
Bibliografía.....	186
ANEXOS .....	191
Anexo 1.....	192
Estadísticas sobre el control y retención de equipos tecnológicos en el Colegio UPSE .....	192
Anexo 2.....	193

Formato de Encuestas aplicadas .....	193
Anexo 3.....	195
Formato del Inventario de Apego de Padres y Pares (IPPA).....	195
Anexo 4.....	197
CARTA AVAL DEL SISTRITO DE EDUCACION 24D02 LA LIBERTAD - SALINAS.....	197
Anexo 5.....	198
Validación de las encuestas aplicadas a los estudiantes y padres de familia. .....	198
Anexo 6.....	199
Fotos de las actividades realizadas con los estudiantes y autoridades. ....	199
Anexo 7.....	206
Volantes informativos .....	206
Anexo 8.....	207
Trípticos con recomendaciones para padres.....	207
Anexo 9.....	208
Documentos Legales para la elaboración, proceso y presentación de Tesis	208

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Páginas</b>
Tabla 1 Ranking Redes Sociales.....	30
Tabla 2: Tu mandala* personal, 8 funciones en el ser humano .....	41
Tabla 3: Componentes del Autoestima .....	51
Tabla 4: Patrones de comunicación ante el rechazo .....	54
Tabla 5: Estilos de apego .....	58
Tabla 6: Estilos de apego segun la percepción del Self.....	59
Tabla 7: Señales de Adicción al internet y redes sociales .....	66
Tabla 8: Muestra y porcentaje.....	86
Tabla 9: Pregunta 1e .....	93
Tabla 10: Pregunta 2e .....	94
Tabla 11: Pregunta 3e .....	95
Tabla 12: Pregunta 4e .....	96
Tabla 13: Pregunta 5e .....	97
Tabla 14: Pregunta 6e .....	98
Tabla 15: Pregunta 7e .....	99
Tabla 16: Pregunta 8e .....	100
Tabla 17: Pregunta 9e .....	101
Tabla 18: Pregunta 10e .....	102
Tabla 19: Pregunta 11e .....	103
Tabla 20: Pregunta 1p .....	104
Tabla 21: Pregunta 2p .....	105
Tabla 22: Pregunta 3p .....	106
Tabla 23: Pregunta 4p .....	107
Tabla 24: Pregunta 5p .....	108
Tabla 25: Pregunta 6p .....	109
Tabla 26: Pregunta 7p .....	110
Tabla 27: Pregunta 8p .....	111
Tabla 28: Pregunta 9p .....	112
Tabla 29: Pregunta 10p .....	113
Tabla 30: Pregunta 11p .....	114
Tabla 31: Escala de Confianza Padres.....	115
Tabla 32: Escala de Comunicación Padres .....	116
Tabla 33: Escala de Alienación Padres .....	117
Tabla 34: Escala de Confianza Pares.....	118
Tabla 35: Escala de Comunicación Pares .....	119
Tabla 36: Escala de Alienación Pares .....	120

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	<b>Páginas</b>
Ilustración 1: Pregunta 1e .....	93
Ilustración 2: Pregunta 2e .....	94
Ilustración 3: Pregunta 3e .....	95
Ilustración 4: Pregunta 4e .....	96
Ilustración 5: Pregunta 5e .....	97
Ilustración 6: Pregunta 6e .....	98
Ilustración 7: Pregunta 7e .....	99
Ilustración 8: Pregunta 8e .....	100
Ilustración 9: Pregunta 9e .....	101
Ilustración 10: Pregunta 10e .....	102
Ilustración 11: Pregunta 11e .....	103
Ilustración 12: Pregunta 1p .....	104
Ilustración 13: Pregunta 2p .....	105
Ilustración 14: Pregunta 3p .....	106
Ilustración 15: Pregunta 4p .....	107
Ilustración 16: Pregunta 5p .....	108
Ilustración 17: Pregunta 6p .....	109
Ilustración 18: Pregunta 7p .....	110
Ilustración 19: Pregunta 8p .....	111
Ilustración 20: Pregunta 9p .....	112
Ilustración 21: Pregunta 10p .....	113
Ilustración 22: Pregunta 11p .....	114
Ilustración 23: Escala de Confianza Padres .....	115
Ilustración 24: Escala de Comunicación Padres .....	116
Ilustración 25: Escala de Alienación Padres .....	117
Ilustración 26: Escala de Confianza Pares .....	118
Ilustración 27: Escala de Comunicación Pares .....	119
Ilustración 28: Escala de Alienación Pares .....	120

## INTRODUCCIÓN

Las relaciones interpersonales evolucionan conforme las personas se adaptan en el momento de la historia en que se desenvuelven. Desde el siglo XX empieza la revolución que tiene volcada la atención del mundo en una dirección, la tecnología, la que paso de ser una hipótesis a una realidad palpable en los inicios del siglo XXI.

Los historiadores y sociólogos contemporáneos estudian los fenómenos que surgen en torno al impacto que producen los equipos tecnológicos, dentro de esta investigación, el punto central serán las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales porque, tal es el impacto comunicativo y de atención en estos sitios de internet que en menos de una década se han convertido en el tema de conversación y discusión entre jóvenes y adultos, captando la atención de niños, quienes van creciendo con estos cambios ya instaurados en los hábitos de la sociedad. Se revisan cifras con los cuales se bosqueja el panorama venidero, con ello se evidencia como las redes sociales acaparan todas las esferas ocupacionales del ser humano, desde lo laboral y educativo hasta el ocio y la diversión.

Así mismo, las relaciones interpersonales son para los seres humanos parte vital de su vida, son acciones que les permiten percibirse y ser percibidos como elemento activo dentro de las dinámicas de convivencia y

hacedores de la historia mundial. Dentro de los periodos de desarrollo de la persona, es en la adolescencia cuando las relaciones sociales toman fuerza; se crea en el individuo una necesidad que busca ser satisfecha con los recursos materiales y de personalidad con los que cuenta.

Actualmente se dispone de un medio que reúne muchas formas de comunicación y expresión con los demás, sin representar mayor esfuerzo, los adolescentes quieren explotarlo al máximo, las relaciones interpersonales que ellos desarrollan encuentran en las redes sociales otra forma de interactuar sin necesidad de un contacto físico, los sentidos se transforman en textos e imágenes, las emociones se expresan en cientos de formas gráficas, ya no es necesario expresarlo a viva voz, “también puedes chatear en Facebook para saber lo mismo”.

El uso descontrolado denota las primeras señales de alarma, dejando ver que existen casos de jóvenes que por el uso indebido de redes sociales, se ven envueltos en alteraciones de la conducta como el narcisismo, la dependencia o adicción a estos sitios web. La pornografía y corrupción también las convierte en puente de delitos. Los jóvenes se exponen a peligrosos juegos, a personas con intenciones ilegales y degradantes, ellos ven a diario casos de jóvenes de similares edades en depresión que buscan en las redes atención con videos suicidas, violentos, descontrol, insultos y la práctica de antivalores.

Examinar el uso que se ha dado a las redes sociales hasta el momento nos permite visualizar el panorama desde dos ángulos, el positivo es que significa grandes ventajas para la globalización como medio de comunicación, los tiempos y costes que reduce al estar siempre al alcance, las diversas áreas educativas y de opinión que pueden ser cubiertas en este espacio. Lo negativo es el descontrolado uso, información personal que expone a sus usuarios a sufrir algún daño y el obstáculo que se convierte al momento de desarrollarnos socialmente.

Los adolescentes encuestados obedecen a ciertas características que los predisponen a sufrir en algún momento un tipo de dependencia de las redes sociales, sin embargo el hecho que el problema no este asentado en la población evaluada en este trabajo es alentador, y motiva a una rápida intervención de los padres, docentes y de los especialistas en salud mental.

Es preciso que los jóvenes entiendan que las redes son una herramienta más para la comunicación y mantenerse informado, pero lo que realmente les dará el vínculo con las demás personas y que necesitan para sentirse parte de un grupo, son las relaciones interpersonales directas.

# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA**

### **1.1. Tema:**

LAS REDES SOCIALES Y SU INFLUENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS ADOLESCENTES ENTRE 15 Y 16 AÑOS DEL COLEGIO MIXTO PARTICULAR UPSE DEL CANTÓN LA LIBERTAD, PROVINCIA DE SANTA ELENA, AÑO LECTIVO 2014 - 2015.

### **1.2. Planteamiento del Problema.**

El siglo XX marcó el inicio de los cambios en el mundo, los efectos de las guerras mundiales en los soldados y la sociedad que las sufrió motivaron la consolidación de la ciencia encargada de estudiar la conducta humana: la psicología. Por otra parte, en este siglo aparecen grandes genios de la informática entre los que consta Bill Gates que con las innovaciones a las creaciones de sus antecesores ha dado paso a los grandes avances tecnológicos de la era.

Fue un siglo de constantes cambios que, a las puertas del presente, se evidencian los resultados en cuanto a las formas de comunicación e interacción de las personas. Como es conocido, internet se ha convertido en una herramienta eficaz para la comunicación, ha trascendido en todos los países del mundo; las aplicaciones para optimizar su utilización dieron

paso a las Redes Sociales, un fenómeno que va en aumento, tan solo en una década de haberse lanzado al público por primera vez.

En España, el Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información(ONTSI) (2011), publicó estadísticas acerca de la utilización de las redes sociales, los resultados mostraron que la red con mayor popularidad: Facebook, alcanzaba los 500 millones de miembros; la gran influencia que ejercen este tipo de sitios motivan a que varias empresas se dediquen a realizar estadísticas anualmente, otro autor afirma que el número de usuarios en Facebook supera los 1.110 millones en todo el mundo, convirtiéndose en la red más visitada y desbucando a Google.(Plaza, 2013)

En ese mismo país las investigaciones de catedráticos de las universidades apuntan a plantear el uso descontrolado de internet y sobre todo de las redes sociales como una adicción, que como ya sabemos no se trata de la ingesta de ninguna sustancia química, pero los síntomas y efectos son muy parecidos a la dependencia a drogas. (Echeburúa & Corral, 2010)

La página web formaciongerencial.com (Del Alcazar Ponce, 2014) publicó resultados de su investigación acerca de las actividades en las redes sociales e internet en el Ecuador, de los 8,4 millones de usuarios de Internet, Facebook cuenta con 7,4 millones de usuarios en el país al 22 de

mayo de 2014, le siguen otras redes sociales como YouTube, Twitter y LinkedIn, a la información agrega que el 74% de dichos usuarios acceden a estas redes a través de dispositivos móviles.

En este país los psicólogos evalúan los motivos por los que sus pacientes llegan a la consulta privada, los casos de infidelidad por redes sociales son frecuentes entre los pacientes, es un tema adicional que se da por el mismo motivo y cabe destacarlo entre las investigaciones porque al hablar de redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales estamos evaluando con este dato un impacto negativo en un ámbito de las relaciones humanas como lo es la pareja y la familia. (Mosquera, 2014)

De la Península de Santa Elena se conoce por el Reporte Anual de Estadísticas sobre Tecnologías de la Información y Comunicaciones (INEC, 2010) que el 18,8% de la población contaba con los servicios de internet, en este censo se detalla la utilización y forma de acceder a la web por grupos de edades, la población comprendida entre 16 a 34 años disponía del internet desde su teléfono móvil.

Según Del Alcázar Ponce (Formación Gerencial, 2014), existen en el país 8,4 millones de usuarios de Internet, de esta cifra el 78% accede a la red desde sus teléfonos móviles, como se demuestra el porcentaje creció en

un 59% teniendo a los adolescentes y jóvenes adultos como los principales usuarios de redes sociales.

### **1.2.1. Contextualización.**

Las redes sociales ofrecen múltiples opciones de entretenimiento a los usuarios, desde compartir fotos y videos con amigos, hasta juegos y aplicaciones útiles de agenda personal, los jóvenes y adolescentes son los que continuamente acceden a estos sitios ya sea desde su computador en casa o desde su dispositivo móvil (laptops, tabletas, celulares, iPhone, iPad, etc.) manteniéndose enterados de lo que pasa con su grupo de amigos y de toda la información que prefieran conocer.

La Carrera de Psicología tiene como requisito dentro de su malla curricular las prácticas pre-profesionales de sus estudiantes, muchas de las cuales se realizan en las instituciones educativas de la provincia de Santa Elena. En las practicas realizadas en el Colegio Mixto Particular UPSE del cantón La Libertad, se trabajó con diversas temáticas, entre ellas se verificó que el uso frecuente de equipos tecnológicos móviles como teléfonos celulares y tabletas, es un problema constante para docentes y padres de familia pues se ha convertido en el principal distractor que afecta las actividades escolares según lo afirman los inspectores de área, en el horario vespertino.

El Rector del colegio en mención, afirma que la norma tiene vigencia varios años, en el presente año lectivo (2014-2015) se modificó, haciéndola más rigurosa e involucrando al padre de familia para el cumplimiento de las reglas del colegio. La norma originalmente consistía en la retención del teléfono o equipo celular en el departamento de inspección por el periodo de un mes, siempre que se encontrara al estudiante haciendo uso del celular en cualquier lugar del colegio o interrumpiendo las actividades dentro de clases.

Debido a que los estudiantes incurrieran en lo mismo, se dispuso que el padre de familia debe acercarse a la institución en la primera retención del celular, para firmar un acta de compromiso en donde comparte la responsabilidad de no permitir que la situación se repita una vez cumplido el mes y entregado el celular; si el estudiante reincide, el celular será retenido hasta terminar con el periodo lectivo, luego de ello podrá ser retirado por el representante.

El rector y la inspectora general afirman que la norma que prohíbe los celulares le beneficia porque los estudiantes controlan su uso; de no haber prohibición la situación sería “*un caos*” porque los estudiantes se distraerían durante la clase, la palabra de las autoridades y docentes quedaría en segundo plano y los problemas por la pérdida de estos objetos sería una responsabilidad mayor que, objetivamente ellos no pueden asumir debido

a la cantidad de actividades curriculares que como institución educativa están llamados a cumplir.

Los inspectores coinciden que el 90% de estudiantes que ha incumplido la norma se encuentran conectados a redes sociales en el momento de haber sido retirado su dispositivo, chateando, comentando o simplemente revisando sus cuentas virtuales. Ya se han reportado casos de acoso sexual por medio de redes sociales a alumnas y el frecuente acceso a videos pornográficos por parte de estudiantes varones.

En comparación a periodos lectivos anteriores, este año se ha requisado un mayor número de celulares, el departamento de inspección ofrece las cifras que manejaron este año pues el control es continuo y los informes semanales de cada inspector de área son el respaldo y prueba que tienen para mostrar la problemática a la comunidad. (Anexos N°1)

De los grupos de estudiantes con los que se trabajó, el 80% disponía de computadora e internet en sus hogares; de cada grupo de 40, entre 8 a 10 estudiantes aprovechaban los talleres de psicología para revisar sus celulares sin el temor de ser descubiertos y requisados. En las elecciones del concejo estudiantil las propuesta que coincidía dentro de las campañas de las tres listas postulantes era la de tener señal Wifi en la institución para acceder libremente al internet en el tiempo que permanecían en el colegio.

Otro de los problemas abordados en las prácticas pre profesionales fue el uso de las redes sociales como medio para expresar emociones, a través de sus muros y el chat intercambian opiniones de lo sucedido en clases a la vez que lo utilizan para ofender o burlarse de un compañero/a.

Por lo expuesto y comprobado mediante la observación se constata la importancia que tienen para los adolescentes el estar siempre conectados a las redes sociales como una fuente de comunicación que utilizan con diversos fines, les llama frecuentemente la atención las opiniones vertidas por sus amigos en este medio, demostrando el valor que tienen para ellos estos canales de interacción social.

### **1.2.2. Análisis Crítico.**

La globalización del siglo XX ha generado aspectos en común para muchos países ya sean de carácter económico, político o social, parte de estos aspectos es la tecnología, los servicios que ofrecen estos aparatos están al alcance de la mayoría de los habitantes del mundo, es un campo que evoluciona día tras día, y las novedades que ofrecen atraen a los consumidores y por ende mueve la economía.

Los beneficios de las nuevas tecnologías y el internet para las comunicaciones a nivel mundial son innegables, el internet ha superado toda expectativa de comunicación vista hasta el momento, reduce

distancias y optimiza la información que la gente requiere. A esta velocidad de avances continuos es preciso preguntarnos ¿cuál será el siguiente paso para los sistemas de comunicación en internet? Las redes sociales están en su auge, varios sectores como las empresariales, sociología, psicología evalúan los efectos que producen en la comunicación y la vida de las personas.

En tanto, las instituciones educativas toman medidas para que, el uso de redes sociales no perjudique el desarrollo de las actividades escolares y por ende el aprendizaje de los estudiantes. El colegio UPSE tiene como norma institucional la prohibición de equipos tecnológicos en el establecimiento, excepto cuando existe alguna calamidad doméstica o enfermedad, el estudiante o representante comunica y certificar su condición con los inspectores.

El progreso del problema tiene criterios divididos entre los inspectores, unos afirman que la norma no impide que los estudiantes dejen de llevar sus celulares al plantel. Por otro lado el recurrente incumplimiento a la norma por estar pendiente de las redes sociales no parece ser un tema que se termine con el presente año lectivo.

Ya se sabe por el viejo adagio que “lo prohibido nos atrae”, aún más en los adolescentes pues esto se convierte en un juego atractivo: romper reglas;

ellos se enfrentan a reglas distintas, de una forma en casa y otra en el colegio, en un lugar se permite o no es controlado el uso redes sociales y en el otro simplemente es prohibido.

Los cambios que se requieren deberían ser planteados para los próximos años lectivos, la prohibición de estos equipos en los adolescentes al parecer no es la única solución. La propuesta que se ofrece es: El Control, dar pautas tanto en casa como en el colegio para ir formando hábitos en los adolescentes de tal manera que no se produzca la compulsión de usar las redes sociales de no ser necesario.

Definitivamente los primeros beneficiados serán los adolescentes pues estamos procurándoles mejoras en sus relaciones humanas, creando en ellos el autocontrol que precisan para la toma de decisiones. Los padres de familia y la institución serían los segundos beneficiarios pues el autocontrol que se generaría en los estudiantes a partir de la supervisión constante generado en casa y en la institución educativa dejaría como saldo menos castigos o dicho psicológicamente, disminuirían los refuerzos negativos que mermarían la convivencia armoniosa que se busca entre estudiantes, padres de familia y la institución educativa.

### **1.2.3. Prognosis.**

La presente investigación presenta los primeros datos en cuanto al tema en la provincia de Santa Elena, para estudiar la influencia del uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los estudiantes adolescentes, este trabajo dará una pauta para que en los demás centros educativos se implementen normas que regulen la utilización de las redes sociales y sobre todo que se pueda obtener el provecho para el aprendizaje escolar.

Lo que se pretende en primer lugar es valorar el uso de las redes sociales desde todos los ámbitos, en la aplicación de esta investigación estarán presentes los aspectos positivos y negativos, en consecuencia de ello se brindaran pautas que corrijan lo negativo y que potencien al máximo las cualidades positivas que tienen las redes sociales para los adolescentes.

En segunda instancia se identificará cómo afecta el uso de las redes sociales en la interacción de los adolescentes, debemos conocer si la forma de socializar persona a persona va sufriendo cambios, considerando que las relaciones interpersonales son parte primordial dentro del desarrollo psicológico – social de los individuos y que el constante uso de la tecnología como medio de comunicación disminuye las interacciones entre personas.

Al realizar esta investigación podremos intervenir psicológicamente en los adolescentes y lograr que mejoren su capacidad de interrelacionarse, la forma de diálogo personal, la capacidad de expresarse ante los demás de manera asertiva, en fin, contribuiremos a mejorar sus habilidades sociales y su inteligencia emocional para utilizarla como herramienta eficaz en sus actividades futuras.

#### **1.2.4. Formulación del Problema.**

¿Influye el uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales en los adolescentes de 15 a 16 años?

#### **1.2.5. Preguntas Directrices.**

- ¿Qué son las redes sociales?
- ¿Cuáles son las redes sociales que frecuentan los adolescentes?
- ¿Cuáles son las razones que motivan a los adolescentes a usar las redes sociales?
- ¿Qué son las relaciones interpersonales?
- ¿Cómo se desarrollan las relaciones interpersonales en la adolescencia?
- ¿Qué importancia tienen las relaciones interpersonales en la adolescencia?
- ¿Cómo influye el uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los adolescentes?

### **1.2.6. Delimitación del Problema.**

- Campo: Clínico
- Área: Ciencias Sociales y del comportamiento
- Aspecto: Relaciones interpersonales de los adolescentes
- Tema: Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, Provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014 - 2015.
- Problema: ¿Influye el uso de las redes sociales y el internet en las relaciones interpersonales en los adolescentes de 15 a 16 años?
- Delimitación Temporal: La investigación se realizará durante los meses de agosto de 2014 a febrero de 2015.
- Delimitación Poblacional: 120 estudiantes del colegio "UPSE".
- Delimitación Espacial: Colegio Mixto Particular "UPSE" del Cantón La Libertad, Provincia de Santa Elena, Ecuador.
- Delimitación Contextual: Colegio Mixto Particular "UPSE" del Cantón La Libertad, Provincia de Santa Elena, Ecuador.

### **1.2.7. Justificación del Tema.**

La era tecnológica instauro cambios constantes para la sociedad, la misma que en el afán de ir a la par con las exigencias del mundo está generando nuevos patrones de conducta que reducen las interacciones sociales entre personas, detrás de un ordenador con conexión a internet podemos

acceder a llamadas de larga distancia, consejos prácticos para tareas, libros, investigaciones científicas, podemos conocer del amigo que no vemos hace tiempo, en fin, la gente se engancha de todas las bondades que nos ofrecen las redes y se reducen las relaciones sociales directas y de comunicación de persona a persona.

Según las investigaciones para las ciencias sociales y psicológicas, el desarrollo de herramientas de comunicación e interacción que ofrece la tecnología está desplazando a establecimiento de relaciones personales directas, que son necesarios entre seres humanos, de esta afirmación nace la importancia de un estudio para detectar los beneficios y perjuicios que está ocasionando las redes sociales en nuestra población adolescente.

Se requiere identificar el impacto que tienen las redes sociales en los adolescentes, con el objetivo de estudiar y brindar asesoramiento sobre el uso correcto de este tipo de portales de manera que afecte en menor escala el desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes, esenciales para su desenvolvimiento social y afectivo. El beneficio creará un efecto en cadena que podrá alcanzar a sus pares sean amigos o familiares, los docentes y padres de familia están inmersos en el proceso como entes vectores de las acciones y hábitos que se formará en los más jóvenes, los adolescentes.

La investigación aspira beneficiar a la población estudiantil mediante la prevención de desórdenes psicológicos y de conductas que afecten la afirmación de la personalidad en los adolescentes o que interfieran en su desarrollo integral, a la vez que se podrá asesorar a educadores y padres de familia con pautas de control de redes sociales e internet.

La factibilidad de ejecución del proyecto se sustenta en emplear equipos y estructura con la que cuentan las instituciones educativas, se aplicaran talleres a los adolescentes, docentes y padres de familia basados en la interacción socio-emocional, el desarrollo de habilidades sociales como la comunicación asertiva y fortalecer el autoestima, a la vez que se proporcionará una Guía con pautas sobre el uso, bondades y riesgos de las redes sociales basado en las investigaciones realizadas en el presente trabajo.

### **1.3. Objetivos de la Investigación.**

#### **1.3.1 Objetivo General:**

Identificar las influencia del uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años.

### **1.3.2. Objetivos Específicos:**

- Identificar el impacto que tienen las redes sociales en los adolescentes.
- Determinar los tipos de relaciones interpersonales que establecen los adolescentes.
- Establecer la influencia de las redes sociales en la calidad de las relaciones interpersonales de los adolescentes.
- Proponer alternativas sobre el uso de redes sociales que ayuden a estudiantes, docentes y padres de familia al establecimiento de relaciones interpersonales saludables.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Investigaciones previas.**

Este tema es discutido ampliamente en los medios de comunicación, hablar de ellas puede resultar un tema fascinante lleno de cifras a nivel mundial que deslumbran con su crecimiento anual, pero a la vez es una tarea compleja porque no solo tiene un polo, es que hablar de redes sociales implica una serie de ámbitos en las relaciones humanas que van desde amistades, relaciones amorosas, juegos en línea, educación, noticias, negocios, política, deportes y hasta medicina, el resultado es que las redes sociales no solo se limitan al ámbito social (valga la redundancia) de las personas.

En España se emprendió las investigaciones desde el año 2008 (Alberto Urueña, Annie Ferrari, David Blanco, Elena Valdecasa, 2011) por el imparable crecimiento de las cuentas en redes sociales que se registraron en dicho país en su mayoría por parte del público compuestos por jóvenes y adolescentes, este aumento del 46% en comparación con el año anterior a la investigación enunciada, significó para los especialistas un fenómeno porque desde ese momento el uso de las redes sociales no ha parado de crecer.

Según el portal mexicano [businessstinking.com](http://businessstinking.com) (2013) en su estudio realizado en el año 2012, Facebook sería el tercer país más grande del mundo, contando con 903 millones de usuarios sin incluir en estas cifras a China dado que Twitter, Facebook, YouTube y Google no son aceptados y considerados ilegales en ese país. Dicha empresa comparte en su portal que México ocupa el tercer lugar dentro del ranking Facebook en Latinoamérica con 39 millones de cuentas activas, Colombia tiene el puesto 14, con 17 millones y el Ecuador tiene el puesto 35, con 5 millones de usuarios activos. ([businessstinking.com](http://businessstinking.com), 2013)

El estudio de Rosario Solá Climent (2009) nombra el impacto de las redes sociales como “brecha digital”. Describe la forma en la que convivimos con todos los avances tecnológicos, se refiere a los hábitos que tienen los usuarios y esboza las repercusiones psicológicas que tiene la utilización descontrolada de estos sitios web, por ello la presente investigación va orientada a la identificación de los efectos en el desarrollo psicosocial del adolescente: las relaciones interpersonales.

En cuanto a las relaciones interpersonales, la psicología social la tiene presente entre sus temas de investigación, Michael A. Hogg en su libro *Psicología Social* (2008) manifiesta que “gran parte de la psicología social analiza la interacción cara a cara entre individuos o entre miembros de grupo”; dicha interacción se da por las interpretaciones, percepciones,

pensamientos, sentimientos y esquemas mentales que tienen los individuos a la hora de tener contacto con otro, mientras que la psicología general se encarga de los otros aspectos que están implícitos cuando un individuo crea una relación interpersonal.

Los cambios en la comunicación abren para la psicología un nuevo campo de investigación, evidenciando desde ya los cambios para las nuevas generaciones, Xavier Laborda (2005) explica en su sondeo que “La comunicación digital resulta muy interesante porque ha comportado cambios formales en los géneros comunicativos y materiales en las relaciones interpersonales”, las formas tradicionales de comunicar están siendo desplazadas por el contacto virtual, una forma de comunicación instantánea que gana adeptos, por lo tanto es importante conocer cómo impacta en el adolescente el contacto virtual como nueva forma de relacionarse.

Mediante la comparación de criterios, Cornejo y Tapia (2011) exponen situaciones que ponen en riesgo el buen desarrollo de las relaciones interpersonales, la introversión y la deficiente capacidad de entablar diálogos con personas en forma real sería una razón por la que estudiantes universitarios prefieren las redes sociales.

La inmediatez y no supervisión al “conectarse” (Marqueza Cornejo; María Lourdes Tapia, 2011) con una persona permite que las relaciones personales adquieran otro tinte, se convierten en relaciones impersonales no confiables, donde no se establece un vínculo real con el otro (al menos que se conozcan realmente), donde las expresiones de cortesía y respeto son dispersas porque en el medio virtual se accede y se deja los contactos cuando la persona lo desee.

Desde el campo clínico, autores como Echeburúa, Paz De Corral y García Del Castillo (2010) han planteado el tema de las adicciones al internet y a las redes sociales como un fenómeno que sigue actuando sigilosamente, multiplicándose conforme pasa el tiempo y del que aún no vemos consecuencias a gran escala, sin embargo las características como rapidez en la comunicación, fácil acceso, crecimiento en relaciones sociales entre otras características hacen que se profile como una nueva forma de adicción.

Las consecuencias del uso excesivo de redes sociales afectarían directamente en las relaciones sociales, entre los efectos que nombran están “tendencia a la introversión, pensamientos negativos sobre su capacidad para interactuar con otros, posibilidad de mantener el anonimato, posibilidad de elaborar una personalidad “ficticia”...” (García del Castillo, 2013), dando una referencia de los alcances del uso indebido de

redes sociales, alimentados por el déficit en recursos emocionales y psicológicos al momento de socializar.

## **2.2. Marco científico.**

### **2.2.1. Redes sociales.**

Al hablar de redes descubrimos la diversidad de redes que existen y las distintas disciplinas que por competencia medular se han dedicado a estudiar, entre los tipos de redes, se encuentran las redes neuronales, las redes eléctricas, redes telefónicas, las redes de ayuda social, de transporte, de servicios públicos y las redes sociales virtuales u online, etc., más la presente investigación se enfocara en el estudio de las redes sociales virtuales que a criterio de Romain Rissoan (2013) son una réplica de una red social real, donde los mismos amigos o contactos que tenemos en la vida real se convierten en contactos virtuales y en el medio para enlazar o conocer a otras personas.

#### **2.2.1.1. Origen de las redes sociales.**

Las redes sociales iniciaron desde que se formaron grupos humanos, grupos de personas con intereses en común que establecieron sistemas de relaciones, sobre todo en lo que respecta a actividades mercantiles y de comunicación de eventos como la política y eventos de ayuda social.

La teoría de Grafos, fue la primera propuesta que inició el estudio de las redes sociales creada en 1736 por Leonhard Paul Euler, este matemático resolvió el llamado “El Problema de los siete puentes de Königsberg”. Euler concentró su atención en los siete puentes y las conexiones que establecían con las islas de la ciudad, se planteó: localizarse en un punto de partida y que al regresar de visitar toda la ciudad recorriendo cada puente, se terminara en el mismo punto de partida. La única condición era no pasar dos veces por el mismo puente, independientemente del punto inicial elegido.

Euler realizó un gráfico donde colocó cuatro puntos que representaban a la ciudad, los puentes fueron representados por lados que conectaban a cada punto según como estaban hechos en la ciudad. La condición no se cumplió, el matemático llegó a la conclusión que la única posibilidad de no repetir un recorrido es teniendo todos los vértices pares o, que no haya más de dos vértices impares. El conocido problema dio origen a la Teoría de los grafos. (Crovi Druetta, 2009)

Del planteamiento de esta teoría, Jacob Moreno realizó el primer estudio matemático de las redes sociales, esta investigación se centraba en las interacciones y formas de comunicación que establecían los miembros de una comunidad, las conclusiones del autor fueron que las comunicaciones e intercambio de información se daban de forma circular. (Moreno, 1978)

Conforme avanzaba la tecnología los estudios sobre las redes de comunicaciones fueron tomando fuerza. Otra teoría muy conocida es la Teoría de los seis Grados de Separación de Frigyes Karinthy, afirma que cualquier persona puede estar vinculada a otra persona en el mundo teniendo una cadena de conocidos entre sí, la cadena de intermediarios no excede de cinco. Los enlaces de estas seis personas darían como resultado una amplia población en el planeta enlazados por una gran red.

#### **2.2.1.2. Definición.**

En 1954, el antropólogo inglés John Barnes puso en circulación la definición “red social”, esta se define a través de dos elementos: “los contactos y los vínculos existentes entre dichos contactos” (Rissoan, 2013). Según el autor una ley que se cumple en las redes es que, a mayor número de contactos que se posea, mayor será la expansión de su red, este alcance a gran escala mide el nivel de “utilidad” que se tiene para los demás, aclarando que la utilidad en redes sociales es entendida como la capacidad de comunicar la información gracias a la cantidad de vínculos en red social.

Dentro del campo tecnológico se define a las redes sociales de la siguiente manera: “las redes sociales son una estructura sistémica y dinámica que involucra a un conjunto de personas u objetos, organizados para un solo objetivo que se enlazan mediante una serie de reglas y procedimientos”

(Crovi Druetta, 2009). Las redes sociales virtuales se hicieron para traspasar fronteras y optimizar la comunicación a grandes distancias, para tener un círculo social al cual pertenecer por lo menos en forma virtual.

Las redes sociales son “formas de interacción, definidas como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad” (Sánchez-Ocaña, 2010), su esencia no cambia, en internet pasa exactamente lo mismo pero el contexto son las redes generalistas que son las que se conocen con millones de personas interconectadas.

Otro concepto muy acertado es el que nos ofrece el libro Aplicaciones Web 2.0-Redes Sociales ( Laura Prato, Liliana Villoria, 2010) “son sistemas que permiten establecer relaciones con otros usuarios a los que se puede conocer o no en la realidad [...] espacio de intercambio de información y generación de relaciones”, de forma sencilla y concreta nos dice que son medios en donde las personas pueden acceder al contacto permanente con personas conocidas y no conocidas y poder establecer relaciones sociales virtuales.

### **2.2.1.3. Tipos de redes sociales.**

#### **2.2.1.3.1. Redes sociales directas.**

Se trata de redes a través de las cuales un grupo de personas comparten intereses y actividades, este contenido puede ser compartido y visualizado

por todo el grupo generando interacciones como comentarios o reacciones entre los miembros adheridos a la red. La información es administrada por el usuario a través de su perfil personal, este controla con quienes comparte lo que sube a su red social mediante configuraciones de privacidad según la red social directa a la que pertenezca. Así tenemos que las redes sociales directas se clasifican por: Su finalidad, Modo de funcionamiento, Grado de apertura y Nivel de integración.

- ▲ Según su finalidad: El empleo de estas redes se da por el objetivo que persigue la persona al ingresar a la misma, Se sub-divide en:
  - De ocio: Su finalidad es el entretenimiento y mejorar las relaciones personales, mediante publicaciones, comentarios, mensajes audiovisuales o escritos se generan las interacciones con otros usuarios. Incrementar las relaciones personales de sus usuarios es el principal objetivo de estas redes.
  - De uso profesional: Este tipo de red social son direccionadas a personas que buscan relaciones profesionales, ampliar su campo laboral y mantenerse al día con la información relacionada a sus actividades laborales.
  
- ▲ Según el modo de funcionamiento. Su estructura está orientada hacia actividades concretas como parte de un proceso ya establecido. Las subcategorías son las siguientes:

- De contenidos: Los usuarios que crean páginas con contenidos de interés sobre muchos temas, este contenido puede ser escrito, audiovisual, fotos, etc., que luego comparten.
  - Basadas en perfiles tanto personales como profesionales: para este tipo de redes es obligatorio que el usuario cree su perfil para poder acceder a todas las funciones de la red.
  - De microblogging: Diseñadas para emitir pequeños fragmentos de información que sus usuarios comparten desde sus equipos fijos o móviles.
- ▲ Según su grado de apertura: Determinadas por el grado restricción y/o apertura que pueda tener cualquier usuario para acceder a ellas.
- Públicas: Son empleadas por cualquier tipo de usuario que disponga de un dispositivo con acceso a Internet. No es requisito pertenecer a grupo específico.
  - Privadas: Son redes cerradas, contrariamente a las redes públicas se accede a ellas perteneciendo a un grupo concreto. Los usuarios mantienen relaciones ya convenidas o de otra naturaleza con dicha red.
- ▲ Según el nivel de integración: El grado de similitud e interés en actividades de tipo profesional son las principales características que une a los usuarios de estas redes.

- De integración vertical: Generalmente son redes de tipo profesional, une a sus usuarios a través de actividades profesionales en común y su ingreso de más personas depende la invitación que haga un miembro del grupo. Son redes con pocos miembros en relación a las redes horizontales y suelen tener un costo por mantenerse activo en la red.
- Redes sociales de integración horizontal. Su utilización no está limitada a usuarios con los mismos intereses.
- Entre las redes sociales directas famosas encontramos a Facebook, Twitter, YouTube, LinkedIn por citar ejemplos.

#### **2.2.1.3.2. Redes sociales indirectas.**

Se llama redes sociales indirectas a aquellas que cuentan con miembros que no tienen datos referenciales visibles para todos pero que disponen de un controlador o grupo de control que supervisa el contenido y comentarios en torno a un tema de discusión. Se clasifican en foros y blogs:

- Foros: Estos espacios fueron creados para el intercambio de información, opiniones y criterios acerca de un tema de interés para quienes forman parte del mismo. Los comentarios emitidos y preguntas hechas en este espacio son respondidas por los demás usuarios que quieran participar del tema.
- Blogs: Sitios que cuentan con actualizaciones frecuentes por parte de su creador o creadores, ellos manejan enlaces en el contenido del blog que

vierten información que consideran importante. (Las Redes Sociales en Internet 2011)

#### **2.2.1.4. Características de las redes sociales.**

Los ámbitos del entretenimiento, laboral y profesional encuentran en las redes sociales un lugar para su difusión masiva e instantánea, las compañías de telefonía, los medios tradicionales de comunicación como canales de televisión y diarios han optado por incluirse dentro el mundo de las redes sociales debido a sus características efectivas a la hora de comunicar, transmitir información e intercambiar opiniones.

- *Acceso gratuito:* característica principal que hace que cientos de personas se adhieran diariamente a las redes, revisen sus perfiles y se mantengan en ellas, con excepción de las privadas. Obtienen sus ingresos mediante la publicidad que se incluye en sus contenidos.
- *Comunicación instantánea:* su propósito es interconectar a varios usuarios de tal manera que la comunicación se vuelve más rápida, sencilla y económica.
- *Posibilitan la interacción:* entre todas las personas adheridas a la red social, quienes comparten fotos, información que puede generar interés en los demás usuarios.
- *Facilitan nuevas relaciones sociales:* luego conocer a nuevas personas por la red virtual es posible puedan conocerse de forma real.

- *Potencial Publicitario*: su atractivo para el marketing es la capacidad de enviar mensajes a gran número de personas.

#### **2.2.1.5. Principales redes sociales en Ecuador y el mundo.**

Durante los años 2009 y 2010 en España se publicó el informe “Social Media Around the World” (Las Redes Sociales en Internet, 2011) sobre las cifras en siete países importantes del viejo continente, el informe reveló que el 72% de los usuarios de internet tienen al menos dos redes sociales. Las principales actividades de quienes frecuentan las redes sociales son el envío de mensajes y la creación de grupos o afiliación a páginas.

El censo realizado por [guinartgroup.wordpress.com](http://guinartgroup.wordpress.com) (2014) muestra que a nivel mundial Facebook, tiene más usuarios activos en el mundo, contando con 1.184 millones hasta la fecha 14 de enero del 2014; en segundo lugar se encuentra Qzone, una red social China creada en el 2005, con 632 millones de personas, esto explica la política de ese país de no permitir el libre acceso a las redes sociales internacionales, minimizando el impacto en su población creando sus propias plataformas sociales.

Google Plus es una versión mejorada del buscador más famoso del mundo, a la fecha mencionada posee 300 millones de usuarios, seguido de LinkedIn que tiene 259 millones de cuentas personales y luego vemos al microblogging Twitter con 232 millones de usuarios. No se menciona a Pinterest en el ranking a pesar de su rápido crecimiento, no obstante es

una red que está ganando terreno mundial entre la población juvenil por su gran contenido visual. (Silviaguini, 2014)

En Ecuador las listas de las principales redes sociales y de las páginas web más visitadas por los internautas son reportados por los blogs de censos que monitorean las actividades diarias que generan los usuarios.

De los 8,4 millones de usuarios de Internet en Ecuador, Facebook continúa siendo el líder absoluto habiendo captado a 7,4 millones de usuarios en el país al 22 de mayo de 2014, de los cuales el importante porcentaje del 74 % ingresa desde dispositivos móviles. (Del Alcazar Ponce, 2014)

Desde el año 2009 Facebook tiene el número uno en el ranking a nivel mundial según los censos realizados, como plataforma pionera en redes sociales, los usuarios, en su mayoría adolescentes y jóvenes acceden a diario y utilizan sus servicios. En segundo lugar tenemos a Twitter que en Ecuador cuenta con 605.000 usuarios y al igual que Facebook, el 78% accede a la red social desde dispositivos móviles para estar al tanto de noticias, servicio al cliente de las diferentes empresas a las que pertenecen, para estar al tanto con su programa favorito y participar en concursos, varias son las opciones de interacción que ofrece Twitter.

Otra de las redes sociales que ha ganado público en Ecuador es LinkedIn, el objetivo de esta red se centra en actividades laborales, buscar empleo o generar temas de discusión donde las opiniones de profesionales son los comentarios que se obtienen por la misma clase de contactos que ofrece; cuenta con 920.000 usuarios.

Son muchas las opciones de redes que brinda el internet, existen las que ofrecen otro tipo de servicio como la de subir y descarga imágenes, fotos y videos, trabajos en diseño gráfico y que te permiten ver lo que otros usuarios suben a la red sin necesidad de pertenecer a un grupo. Pinterest e Instagram creadas en el año 2010 van ganando territorio dentro del mundo social virtual posicionándose dentro del top 10 de la lista proporcionada por Juan Pablo Del Alcázar:

Tabla 1 Ranking Redes Sociales

 <b>RANKING REDES SOCIALES WEB ECUADOR ENERO 2015</b> 	
1	Facebook.com
2	Youtube.com
3	Twitter.com
4	Ask.fm
5	Instagram.com
6	Slideshare.net
7	Linkedin.com
8	Scribd.com
9	Pinterest.com
10	Badoo.com
11	Tumblr.com
12	Twoo.com
13	Hi5.com
14	Tagged.com
15	Flickr.com

Fuente: Formación Gerencial Internacional, Enero 2014.

#### **2.2.1.6. Uso de redes sociales: Ventajas y desventajas**

Hemos revisado la clasificación de las redes sociales y su descripción, los diferentes tipos se ajustan a gustos muy variados, las personas pueden tener varias redes sociales para sus distintas actividades, en cuanto a las características presentadas, fácilmente podrían verse como ventajas, pero solo son características principales que en forma general describen a todos los tipos de redes sociales virtuales.

A continuación presentamos un grupo de Ventajas y Desventajas producto de la investigación bibliográfica y de las encuestas realizadas en el centro de estudio:

##### Ventajas:

- ♣ Su utilidad es muy amplia, en el campo académico y laboral, se usan para el intercambio de información, proyectos innovadores y experiencias que fomentan el estudio.
- ♣ Permiten la participación de proyectos y trabajos colaborativos desde cualquier sitio, las distancias se reducen a dos dispositivos con conexión de internet. Para los empresarios las redes sociales representan eficiencia en comunicaciones y el trabajo en equipo de sus empleados pues optimizan el tiempo para la realización de sus actividades.
- ♣ Las personas pueden crear una identidad personal y/o virtual, hacer una clasificación de sus libros, películas, programas de televisión

preferidos, etcétera; se construye una autobiografía que se expone ante todos los usuarios, esta información se comparte a todos los que tenga en su lista de contactos.

- ⤴ Permiten relacionarte con las demás personas sin importar la distancia, ideología, tiempo, etc., sobrepasa las barreras físicas y culturales.
- ⤴ Es una herramienta para el aprendizaje escolar fuera de las aulas de clase, con ellas se da seguimiento al estudiante a la vez que se lo incentiva a practicar lo estudiado.
- ⤴ Posibilita a muchas personas que por razones físicas o por ubicación están aisladas, tener interacción social a través de las redes y mantener sus contactos familiares. Estos sitios son una oportunidad para que ellos desarrollen su comunicación sin inhibirse. (Marquis, 2014)
- ⤴ Se mantienen las referencias personales, los contactos débiles a los que en algún momento se podrá acudir y los contactos fuertes los mantiene.
- ⤴ Posibilita la participación en campañas solidarias, la coordinación y/o la invitación a eventos a todos sus contactos y por ende a los contactos de sus contactos sin costo alguno.

#### Desventajas:

- ⤴ Personas que crean cuentas con identificación falsa, con el objetivo de invadir la privacidad de los demás, acoso a menores de edad, tráfico de personas o invitación a realizar negocios ilícitos.

- ▲ Los llamados hackers filtran de forma muy rápida y sencilla la información y datos confidenciales de las personas, accediendo a información privada y cuentas bancarias.
- ▲ El rápido acceso a las redes las convierte fácilmente en una adicción, el uso inadecuado y descontrolado puede convertir a personas con problemas psico-emocionales en adictos potenciales sin necesidad de ingerir alguna sustancia química.
- ▲ Casos de pornografía infantil y pedofilia se han manifestado en las diferentes redes sociales. (Marquis, 2014). Además circulan en la red videos suicidas de adolescentes con problemas de autoestima y estados depresivos han sonado desde hace varios años y que no dejan de sonar en las noticias.
- ▲ La falta de privacidad es una queja constante de los usuarios, siendo mostrada públicamente información personal, la utilización de las configuraciones de privacidad depende de cada sujeto.

#### **2.2.1.7. Los Adolescentes y las redes sociales.**

En países como España y Estados Unidos hablar de los adolescentes y las redes sociales fue tomado en cuenta desde que el internet se volvió un servicio común, al alcance de todos y de necesidad tal como las redes eléctricas y telefónicas. Se ve un cambio importante en la forma de establecer relaciones sociales y de cómo proceden los jóvenes a la hora de interactuar.

La era de la tecnología es un asunto que algunos no terminan de comprender, estamos viviendo a la velocidad del rápido sistema de internet, y seguiremos avanzando de forma desconcertada si no hacemos una pausa y distinguimos que la necesidad de estar a la vanguardia no es por seguir la moda, sino para ser guía para los adolescentes, de cómo sacarle el mayor provecho al internet y específicamente a las redes sociales sin afectar su vida, posibilitando que el contacto con los otros se de forma real y directa.

Los adolescentes de este siglo llamados la Generación Z son chicos “tecnologizados”, *para los jóvenes actuales usar Internet o el sms es algo tan natural como para sus padres ver televisión o para sus abuelos escuchar la radio* (Bernete, 2010), cada generación fue ajustándose a la época, adoptando como parte de si los inventos que le servían para la comunicación y comodidad, ahora es común ver a un niño manejando con mucha destreza aparatos con solo el roce de los dedos, algo que para los adultos es complicado.

Los jóvenes, la principal población activa en las redes sociales han instaurado dentro de sus hábitos, la comunicación por estos medios, las redes sociales son para ellos un vehículo para obtener todos los servicios que antes requerían salir de casa y dialogar con alguna persona. Desde investigar y leer un libro hasta adquirir, comprar algún artículo (cual sea su

naturaleza) es posible realizarlo desde un dispositivo con acceso a internet y sin la necesidad de dialogar con otras personas “cara a cara”.

Lo que hace a las redes sociales atractivas a los ojos de los más jóvenes es la reunión de todas las formas de comunicarse en una sola plataforma, “chatear” en privado con un amigo, expresar en tu cuenta tus pensamientos y sentimientos, compartir las fotos para que los demás opinen y gusten de ellas, saber cómo le va a un amigo lejano o estar al tanto en las noticias locales o de su artista favorito, en fin aplicaciones que innovan cada cierto tiempo para tener al usuario pendiente y continuamente conectado.

En otras palabras, la red social es la forma que encuentran los adolescentes para la socialización con sus amigos y conocidos, generada por los avances tecnológicos procurando la comodidad de los consumidores, de padres que trabajan y disponen de poco tiempo para el hogar y actividades en familia.

#### **2.2.1.8. Peligros por el constante uso de redes sociales.**

Del mismo modo en que ellos encuentran el lugar perfecto para expresarse sin inhibiciones, también encuentran los riesgos de contactarse con personas de quienes no conocen intenciones, que pueden aprovecharse de su ingenuidad, redes de pornografía, invitándolos a ver videos que influyen en su pensamiento y acciones. También pueden encontrarse con

la expresión de estados depresivos de sus pares con problemas emocionales, los adolescentes se hacen eco de estas emociones por la imitación de comportamientos que aún no saben manejar.

La necesidad de revisar constantemente su actividad en redes sociales también está siendo considerada por los investigadores como una adicción (Echeburúa & Corral, 2010), lo que pone en estado de alerta a padres y educadores pues todavía no se establecen reglas claras para el uso de las redes debido a su aún reciente aparición. Pero el problema de adicción viene acompañado de perfiles de personalidad que predisponen al individuo a padecer de este tipo de adicción.

Artículos de periódicos locales como el suplemento La Revista del diario El Universo, ilustran en sus reportajes temas como “Tiempo de Narcisos: Las ‘selfies’”, “Ya no es la obsesión por estar conectado a las redes lo único que preocupa a los psicólogos, sino la manía de los usuarios por compartir selfies... Pueden hacerlo por diversión, para presumir logros” (Hunter, 2014)

Los pobladores de ciudades como New York, Sao Paulo, Moscú son los que mayormente practican esta actividad, gustan de tomarse autofotos y compartirlos frecuentemente en las redes sociales, la necesidad de aprobación, baja autoestima e inseguridades hacen que las personas

inviertan buena parte de su tiempo en los comentarios que generan sus autorretratos, dejando de lado actividades de mayor provecho para su vida.

### **2.2.2. Las Relaciones Interpersonales.**

Al hablar de relaciones interpersonales inmediatamente lo asociaremos con Relaciones Humanas, tema que por su amplitud tiene muchas ciencias que se ocupan de su estudio debido a la complejidad y ámbitos en que se desenvuelve el ser humano. En repetidas ocasiones se dice que el ser humano es un ente biológico, social y cultural, en otras ocasiones agregan el área espiritual y así formar un todo en donde sí se afecta una de sus partes, afecta todo el conjunto.

Este preámbulo trae a la mente dos corrientes importantes para la psicología contemporánea, el Humanismo y la Teoría de los sistemas. La psicología humanista fue un movimiento creado en los años 80 y 90, como una nueva y renovada alternativa para la ciencia psicológica que surge como protesta a los modelos arraigados ya en la sociedad: el psicoanálisis y el conductismo, razón por la cual sus fundadores la llamaron “la tercera fuerza”. Milagros Sáiz Roca y cols. (2009)

La psicología humanista se centra en el hombre como un todo, como un conjunto en el que los elementos de los que está conformado convergen en un solo resultado, los pensamientos, sentimientos y conductas no se los

evalúa separadamente sino en conjunto. El contexto interpersonal donde se desenvuelve el ser humano es vital para su formación individual y una esfera dentro de las necesidades del ser humano para obtener su integridad es la seguridad; la misma que reflejará en las relaciones interpersonales que logre entablar.

Así, las relaciones interpersonales intervienen en los sistemas de cada individuo, son la interacción vital para sus actividades desde cualquier ángulo que se lo mire. La comunicación que se utiliza es el canal que permite el desarrollo de las relaciones entre personas.

#### **2.2.2.1. Autores y teorías psicológicas.**

La psicología humanista considera las relaciones interpersonales como fundamentales en el desarrollo integral de los individuos, a continuación revisaremos de forma breve a los autores que dieron forma al concepto de relaciones interpersonales y como estas contribuyen en la vida del ser humano.

La psicología social también ha trabajado profundamente las relaciones humanas o interpersonales, como su objeto de estudio, ofrece a los investigadores la evolución conforme se modifican las normas y leyes de convivencia y las creaciones del hombre. Harvey en 1987 sugiere que las

relaciones interpersonales atraviesan tres fases: formación, mantenimiento y disolución.

Los estilos de apego son los que marcaran el estilo de relacionarse de las personas, revisaremos entonces las relaciones interpersonales como parte integradora del desarrollo integral del ser humano y como elemento clave en el contexto histórico cultural donde se desenvuelvan.

#### **2.2.2.1.1. Carl Rogers: visión positiva del ser humano.**

Psicólogo estadounidense quien tenía una visión positiva del hombre, refería que las acciones impulsivas que cometen no se consideran negativas o egoístas sino como parte de su desarrollo individual.

Descubrió gracias a sus investigaciones “una condición o disposición actitudinal que facilita la libre expresión del otro (Irma Mendez, Mirosław Ryszard, 2005) que luego llamó “*visión incondicionalmente positiva*, que no es más que la valoración de las experiencias del otro bajo mi propio criterio de experiencias positivas, si esta valoración se da como tal, se dice entonces que se tiene una visión incondicional positiva hacia esa persona, este es el fundamento de sus teorías de la personalidad y de las relaciones interpersonales.

Aplicado a los adolescentes, la visión incondicionalmente positiva está en proceso de formación igual que su cuerpo y personalidad, en contraste, la empatía para sus pares encuentra la máxima expresión en esta etapa, adquieren gran significancia la necesidad de sentirse aceptado y valorado tal y como son, Rogers (1985) lo enfatizaba este proceso diciendo “Percibirse a sí mismo como receptor de consideración positiva es sentir que uno modifica positivamente el campo experiencia de otro”, este tema se amplía más adelante con las Perspectivas de las Relaciones Interpersonales.

#### **2.2.2.1.2. Virginia Satir: enlace con la sociedad**

Siguiendo el mismo enfoque psicológico encontramos a Virginia Satir, trabajadora social y psicoterapeuta que en base a su experiencia trabajando con familias pudo constatar el universo de relaciones complejas que se entramaban en cada familia, estudio los casos y daba tratamiento a la familia en general sea cual sea el motivo de conflicto que los llevaba a su consultorio.

Se considera a la teoría de Satir como fundamento del tema de tesis porque explica la evolución de las relaciones interpersonales desde el seno familiar, lo que ayuda a comprender que las relaciones que construyamos se darán de acuerdo a la forma como fueron aprendidas la educación e interacción familiar. Plantea 4 fuerzas operantes: 1) Autoestima; 2)

Comunicación; 3) Reglas del sistema familiar y 4) Enlace con la sociedad y es en este último que centraremos nuestra atención pues en la adolescencia es donde se enfatiza y desarrolla esta fuerza.

La psicoterapeuta separa al individuo en ocho funciones importantes, nombrados de la siguiente manera:

Tabla 2: Tu mandala\* personal, 8 funciones en el ser humano

Su cuerpo	La parte física
Sus pensamientos	La parte intelectual
Sus sentimientos	La parte emocional
Sus sentidos	Las partes sensoriales: ojos, oídos, piel, lengua y nariz
Sus relaciones	La parte interactiva
Su contexto	Espacio, tiempo, aire, color, sonido y temperatura
Su nutrición	Los líquidos y sólidos que ingiere
Su alma	La parte espiritual

Fuente: Nuevas Relaciones en el Núcleo Familiar, Virginia Satir 2005.

La quinta parte llamada *Sus relaciones* comprende las interacciones que construye el sujeto con las personas que le rodean, la autora en su libro *Nuevas Relaciones Humanas en el Nucleo Familiar* (2005) realiza cuestionamientos e invita a la evaluación personal sobre la calidad de las relaciones interpersonales que entabla, pregunta qué rol ejerce y que expectativas se tiene de dichas relaciones. Por ultimo recomienda:

“Recuerden que el amor y el humor son dos fuerzas curativas muy poderosas” (Satir, 2005, pág. 59) como una invitación a valerse de estas habilidades personales para mejorar la forma de socializar.

### **2.2.2.1.3. Jonh Bowlby: el apego en adolescentes**

Para completar la fundamentación del presente estudio revisaremos la Teoría del apego, nació de la experimentación con animales, luego de ver las conductas que adquirirían se pasó a realizar un estudio con bebés o niños pequeños. Tal es el impacto del apego en los primeros meses de vida que esta teoría ha sido aplicada para explicar las conductas de adolescentes y adultos.

Se define al apego como “el lazo afectivo que se forma entre el niño y su figura materna” (Bowlby, 1989), esta figura no necesariamente tiene que ser su progenitora o una mujer, sino la persona que se ocupe de cuidarlo y de mantener el contacto físico que requiere el bebé para ir adaptándose al mundo mientras crece.

Una vez en la etapa de la adolescencia el apego se muestra como la aspiración de autonomía, de poder vivir de forma independiente las relaciones con sus pares. Es en este periodo cuando creen no necesitar de los padres deseando que se involucren lo menos posible con sus planes y proyectos sociales. Todo lo contrario sucede cuando se sienten afligidos o

enfermos, es en esos momentos cuando el apego hacia los padres se hace presente de igual forma que cuando eran niños.

#### **2.2.2.1. Definición.**

Las relaciones interpersonales son la unidad básica de la convivencia entre seres humanos, como tal se la comprende como una necesidad que surge de la asociación entre 2 o más personas basadas en emociones como el amor o la simpatía o por otros aspectos como actividades en común.

Estas emociones se darán de acuerdo a la personalidad, cognición y estado afectivo del individuo: La personalidad se crea en las relaciones y sólo puede ser modificada en el seno de las mismas. (Relaciones Interpersonales, 2008).

Por lo tanto, las interacciones que el ser humano establezca serán con el fin de cubrir tal necesidad, entre las básicas tenemos: Fisiológicas que comprenden nuestras funciones orgánicas como respirar, alimentarse, dormir; y las Afectivas que se subdivide en: necesidad de contacto físico, de intimidad y de pertenencia a grupo.

## **2.2.2.2. Perspectivas teóricas de las Relaciones Interpersonales.**

### **2.2.2.3.1. Necesidades en las relaciones Interpersonales de los adolescentes.**

La psicología humanista a través de su fundador, Abraham Maslow (1991) dividió las necesidades del ser humano en una pirámide, más tarde Rogers con su teoría de la Tendencia actualizarte y la consideración positiva (1985) explica el funcionamiento de las relaciones interpersonales de acuerdo a su característica principal, si son positivas el proceso de autorrealización se promoverá, si son negativas se obstaculizará.

La autorrealización además, tiene que ver con el estado de sus relaciones íntimas como la amistad y el amor, con su base emocional en ellas se facilitan los roles que el adolescente debe asumir ayudándolo a expresarse libre y adecuadamente. La aprobación que reciba de los otros por las acciones que ejecute le dará satisfacciones vitales para la valoración interna y que consecuentemente proyectará hacia las personas que lo rodean.

Existen diferentes teorías con sinnúmero de necesidades, en la presente investigación nos centraremos en las que las relaciones interpersonales tienen relevancia:

*Necesidad de darle valor y significado a la vida:* dispuesta como una derecho y obligación de todos los seres humanos, defender y respetar la vida, el deseo de la persona por preservar su existencia lo someterá a cualquier conducta al verse amenazada, sin embargo esta necesidad básica de preservar su propia existencia puede quedar a un lado al arriesgarse por otra persona o por defender un ideal.

Asimismo los problemas emocionales como la depresión hacen que el sujeto reste valor a su existencia queriendo autoeliminarse, todo depende del sentido que la persona le dé, sentido que va transformándose en su interior y se trasmite de unos a otros conforme pasan los años, le da matices diferentes a las relaciones interpersonales.

*Necesidad del amor e intimidad:* Para desarrollar la personalidad, el amor es fundamental desde el momento que nacemos, el calor proporcionado por la madre genera en el niño una serie de sensaciones gratificantes que lo ayudan a sobrevivir y crecer, de brindan la capacidad de aprender del amor, a darlo y recibirlo (Jourad, 1992). La necesidad de amor no se reduce a satisfacciones sexuales o sensación de pertenencia.

El significado de esta necesidad coincide con el concepto de la Necesidad de consideración positiva de Rogers (1985) convirtiéndose en vital para el desenvolvimiento del individuo, bajo esta teoría esta necesidad es llamada

incondicional (tal y como lo describimos anteriormente), esta característica se asemeja al amor, sentimiento que tiene un valor añadido pues la persona puede tener como único motivo para vivir el amor que siente por otra u otras personas.

El amor tiene un efecto en cadena evitando conductas manipuladoras, supera sus frustraciones y permite disfrutar la intimidad, comprendida como “un compartir intenso de lo más personal y propio de cada uno” (2005). La necesidad de prestigio es lo contrario de la necesidad de amor, la hipótesis de Jourard es que la incesante búsqueda de posición social es la compensación de la falta de amor.

*Necesidad de soledad:* Son periodos a solas que la persona escoge libremente para escapar del constante ruido del mundo externo, es un medio para complementarse con su interior. La posibilidad de estar solo brinda un descanso de toda la sobrecarga de información que la persona recibe, igualmente es la oportunidad que tiene para organizar todas sus actividades y pendientes. No debe confundirse la soledad con aislamiento, timidez u hostilidad, ya que se trata de periodos tan necesarios como el sueño para las actividades diarias, este descanso favorece el área psicológica.

*Necesidad de claridad cognoscitiva:* Su objetivo es brindar al individuo un contexto al que comprenda y donde se sienta seguro, el ser humano siente la necesidad de dar respuesta a todas las interrogantes que se presenten para fundamentar sus conocimientos. La ambigüedad es algo con lo que tiene que lidiar pues existen asuntos a los que el hombre no puede dar explicación, está llamado a tolerar estas situaciones y resolver estas disonancias cognitivas por medio de la evidencia y la madurez psicológica.

*Necesidad de libertad y espacio:* definir la libertad es relacionarla con un derecho, una razón de lucha, necesidad de elegir conforme lo que cada ser prefiere; hablamos de libertad individual y libertad social. Jourard (1992) distingue entre “libertad objetiva refiriéndose a una relativa ausencia de restricciones en la conducta, y sentimiento de libertad, refiriéndose a la autoapreciación de que tan libre se siente para expresarse a sí mismo”; las consideraciones acerca de la falta de esta necesidad difieren de una persona a otra más, en forma general, las relaciones interpersonales que se perciben como seguras, ofrecen comprensión y aceptación proporcionarían mayor sentimiento de libertad.

#### **2.2.2.2. Las Habilidades Sociales.**

Las habilidades en las relaciones interpersonales son la suma de conductas que obtiene una persona para relacionarse e interactuar con sus semejantes de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

El primer contexto social donde el niño se desarrolla es la familia, las forma como se procuren las relaciones con los familiares serán la base de la autoestima y seguridad, lo que permitirá al niño interacciones adecuadas, de ahí en adelante el panorama se va construyendo según el apego y las clases de estímulo que valla recibiendo el niño hasta convertirse en adolescente.

El repertorio de interacciones adecuadas se refieren a la forma de iniciar y mantener una relación interpersonal, dependiendo del estilo que maneje (una pauta la da el estilo de apego), se considera que dentro de las habilidades están el ser comprensivo y empático con el otro, ser respetuoso y cortés, ser asertivo diciendo lo que siente y piensa en el momento y de la forma adecuada (asertividad), etc., todas estas conductas son aprendidas y dejan sensaciones positivas a quien las recibe y a quien las da.

Las autoras del libro Habilidades Sociales, Eva Peñafiel y Cristina Serrano (2010) definen a las habilidades sociales como:

“Conjunto de competencias conductuales que posibilitan que el niño mantenga relaciones sociales positivas con los otros y que afronte, de modo efectivo y adaptativo, las demandas de su entorno social, aspectos estos que contribuyen significativamente, por una parte, a la

aceptación por los compañeros y, por otra, al adecuado ajuste y adaptación social”.

Siendo la adolescencia un periodo donde el mundo social se vuelve prioridad, las habilidades son necesarias para crear climas adecuados dentro del grupo de pertenencia de los adolescentes, que sean capaces de extender sus vínculos y de establecer relaciones sociales productivas y duraderas.

Las habilidades sociales se logran por medio del aprendizaje, a través de la observación, del ejemplo continuado y propositivo, de allí que nace la importancia que se implementen programas con actividades que trabajen la comunicación, la expresión corporal sobretodo en etapas como la adolescencia.

### *La Inteligencia Emocional.*

Se conoce que Wayne Payne promovió el término al que ya otros autores se han referido en épocas pasadas; Charles Darwin resaltó que la expresión emocional ayudaba a la supervivencia y adaptación del ser humano. Luego Howard Gardner planteó su teoría sobre las inteligencias múltiples, específicamente en las inteligencias: interpersonal e intrapersonal, promoviendo la exploración de todas las áreas en el individuo para identificar sus aptitudes.

El psicólogo y científico Daniel Goleman, en su obra “Inteligencia emocional: por qué puede ser más que el IQ, seguido por el texto Trabajando con la inteligencia emocional” (1997), donde comparte la definición de inteligencia emocional, como una parte de la psicología social, que nos permite controlar sentimientos y emociones propias y de los demás.

Wilson Betancourt define a la inteligencia emocional como “la capacidad que tiene una persona para resolver problemas de tipo emocional, pero incluso también es la capacidad de tomar decisiones efectivas y beneficiosas basándose en lo que se siente...” (Liberando mi inteligencia emocional, 2007), no es fácil de lograr, la práctica y ejercicio de ciertas habilidades servirían para entrenar esta área importante al momento de relacionarnos en cualquier ámbito.

### La Autoestima.

Se define como autoestima a la autovaloración que la persona se hace basándose en todas las experiencias, pensamientos y sentimientos que tenga sobre sí misma a lo largo de su vida. Se trata de una fuerza motivadora de gran valía para el desarrollo saludable de la personalidad.

Existen 5 componentes básicos de la autoestima que ayudan a su fortalecimiento: *Seguridad*: es la firmeza con la que enfrenta riesgos o

nuevos retos, permite medir el nivel de apertura comunicativa personal y con los demás; *Autoconcepto*: forma cómo nos vemos y como nos percibimos; *Integración*: también llamado sentido de pertenencia, es sentirse a gusto dentro de un grupo sea familiar, de amigos, de trabajo, etc., y considerarnos importantes para dicho grupo; *Motivación*: Nos permite reconocer si nuestras acciones son necesarias, oportunas o inevitables, en ella median factores de juicio transformados en palabras de aliento o desaliento; *Competencia*: sentirse capaces de aprender perennemente, forma parte de la conciencia, de la propia importancia y valor.

*Formación de la autoestima.*

Nacemos en iguales condiciones, prestos a recibir lo que el mundo nos ofrezca como experiencias para aprender a convivir con los demás, en este contexto se dirá que todos poseen autoestima, sea alta o baja, nadie carece de ella. Para la formación de la autoestima tenemos la siguiente tabla:

Tabla 3: Componentes del Autoestima

<b>Autoconocimiento</b>	Conocimiento de las partes de sí mismo: destrezas, conflictos, necesidades.
<b>Autoconcepto</b>	Conjunto de creencias y pensamientos de sí mismo.
<b>Autoevaluación</b>	Capacidad de evaluar las cosas como buenas o malas.

<b>Autoaceptación</b>	Admitir y reconocer todas las partes de sí mismo.
<b>Autorrespeto</b>	Atender y satisfacer las propias necesidades y valores.
<b>Autoestima</b>	Síntesis de todo el proceso.

Fuente: El Proceso de la enfermería, García González, 2004.

Virginia Satir la llama “*la olla que nadie vigila*” (2005) existen momentos en los que ni la persona cuida de su autoestima, cada experiencia de la vida nos brinda un mensaje para agregar a los componentes del autoestima, así los mensajes no solo se reciben de forma verbal, el lenguaje no verbal tiene relevancia en la comunicación; desde los primeros años.

Los padres transmiten mediante gestos, caricias, acciones que serán la base de la estima personal e interna de sus hijos, habrá momentos en los que el mensaje será totalmente positivo, pero existen ocasiones desagradables donde se pondrán a prueba sus capacidades, a las que el individuo sabrá responder de acuerdo a sus fortalezas o debilidades.

Según la psicoterapeuta estadounidense “los sentimientos de valía sólo pueden florecer en un ambiente en el que puedan apreciarse las diferencias individuales, donde el amor se manifieste abiertamente” (Satir, 2005, pág. 40), haciendo alusión a las diferencias entre las familias que practican una comunicación saludable, flexible y responsable frente a aquellas donde se ha descuidado estos elementos y tienen una relación inestable.

### La Comunicación

Virginia Satir nombra a la comunicación como *factor determinante* en las relaciones con los demás; afirma que de la forma de comunicación depende lo que pueda suceder en torno a las relaciones interpersonales. La capacidad de comunicar de forma asertiva nuestros pensamientos y sentimientos tiene relación con la forma como, desde la primera infancia, percibimos el mundo y las experiencias. Es un aprendizaje y por lo tanto está sujeta a cambios, que se darán cuando la persona así lo desee. (Satir, 2005, pág. 65)

La persona debe estar consciente que cuando pronuncia una palabra, la está expresando a través de su lenguaje, tono de voz, expresiones faciales y corporales y le da un significado particular, este proceso se da continuamente en las relaciones interpersonales, es un intercambio de percepciones y respuestas corporales, el lenguaje no verbal comunica tanto como el verbal.

Satir presenta los patrones de comunicación (2005) que clasifiqué luego de identificarlos repetidas veces en sus pacientes, estos patrones los utilizan para enfrentar situaciones desagradables, negativas o que producen tensión. La discordancia entre lo expresado en palabras y lo expresado corporalmente trae confusiones entre los interlocutores, lleva al

estancamiento de las relaciones. Si se cuestiona a la persona este tipo de conductas, tiene 4 formas de actuar:

Tabla 4: Patrones de comunicación ante el rechazo

<b>Aplacar</b>	Para que la otra persona no se enfade.
<b>Culpar</b>	Para que la otra persona lo considere fuerte
<b>Calcular</b>	Para enfrentar la amenaza y la autoestima personal se oculta detrás de impresionantes palabras y conceptos intelectuales
<b>Distraer</b>	Para ignorar la amenaza, actuando como si no existiera (tal vez si actúo así suficiente tiempo de verdad desaparezca)

Fuente: Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar, Satir, 2005.

### **2.2.2.3. Estilos de relaciones interpersonales.**

Existen diferentes clasificaciones, los estilos que se presenta a continuación ha tomado en cuenta las capacidades y dificultades que tienen las personas a la hora de entablar un dialogo y que de esta acción se dé un relación. Entre los aspectos evaluados se evalúa la capacidad de defender sus intereses, la forma de dar a conocer sus sentimientos y pensamientos, si es capaz de respetar las opiniones, sentimientos y derechos de los demás. Además se valora si, en caso de existir un desacuerdo puede revelarlo, cuando no entiende algo es capaz de pedir una explicación y si tiene la capacidad de saber decir que no.

De acuerdo a los criterios expuestos, los estilos de relaciones interpersonales quedan clasificados de la siguiente manera:

- *Agresivo:* Muestra su disconformidad, sabe cuándo decir que no. No explica o no sabe explicar las razones de su disconformidad, no respeta opiniones diferentes a la suya, no escucha, amenaza, acusa, agrede.
- *Pasivo:* se comunica desvalorándose como persona, frecuentemente se expresa de forma sumisa y se autoculpabiliza. Puede estar en desacuerdo con los demás pero no lo manifiesta por temor al enfrentamiento. No sabe decir que no y no expresa sus opiniones y sentimientos con claridad.
- *Asertivo:* Muestra su disconformidad, sabe cuándo decir que no, la diferencia con el agresivo es que éste si sabe explicar sus opiniones, sabe escuchar y discute. Respeta los sentimientos y opiniones de los demás.

De todos los estilos expuestos el mejor y que se ajusta a cualquier situación es el Estilo Asertivo, tiene la capacidad de manifestar lo que piensa y siente sin que los demás se sientan ofendidos porque sabe escuchar y entender los criterios de los otros. La empatía es una característica importante que le permite aceptar incondicionalmente a los demás y comunicarse de forma eficaz.

#### **2.2.2.5. Relaciones interpersonales en la adolescencia.**

La formación integral de la personalidad es un proceso que viene desde el primer momento que nacemos, para Irma Mendez “el desarrollo personal

está íntimamente vinculado a la integración social que la separación entre los dos puede ser considerada como imprecisa y sumamente superficial”. (2005) Las relaciones que edifica durante su crecimiento y ejercicios de convivencia son la base que lo sostienen hasta llegar a la juventud donde él decide ser independiente.

#### **2.2.2.6. Repercusiones poderosas en el modo de interrelacionarse.**

La maestra Méndez y cols. (2005) expone en su tesis que “La necesidad del constante ajuste a las situaciones totalmente nuevas que vive el adolescente es una de las experiencias más significativas para el desarrollo de la flexibilidad”.

Los padres juegan un papel importante, el adolescente extiende sus relaciones al mundo, entra en los juegos comunicativos con personas con diferentes pensamientos y costumbres, en este momento pone a prueba su tolerancia y respeto hacia los demás. Las habilidades aprendidas en la infancia (en caso de haberlas aprendido) le ayudarán a sacar el mayor provecho de estas experiencias para crear relaciones sólidas que le acompañen en su proceso formativo a la vez le dan la oportunidad de convertirse en una influencia.

Diversas investigaciones apuntan a los efectos del uso continuado de las redes sociales sobre las competencias personales y la adaptación social, entre tanto algo muy diferente ocurre con la inhabilidad interpersonal para

el niño que posteriormente se convertirá en adolescente hasta llegar con esas falencias a la adultez. La incompetencia social afecta al adolescente haciéndolo propenso a desajustes en su conducta como problemas emocionales, escolares, psicopatologías infantiles o delincuencia, además de presentarse dificultades como rechazo, aislamiento, etc. (Irma Mendez, Mirosław Ryszard, 2005).

#### **2.2.2.7. El apego en las relaciones interpersonales de los adolescentes.**

La definición de apego ya descrito con la teoría de Ainsworth y Bowlby (1989), destaca la importancia del tipo de cuidado y la cercanía de personas dispuestas a dar calor emocional al infante para asegurarle un desarrollo psicosocial apropiado; la teoría no solo es aplicable a la infancia pues como veremos, se amplió hasta llegar a clasificar el apego y sus expresiones en los adultos.

##### **2.2.2.7.1. Estilos de apego.**

Hazan y Shaver (1987) estudiaron la causa de relaciones interpersonales estables en personas adultas, hallaron que la razón es el tipo de apego que desarrollaron desde la infancia, propusieron en su teoría 3 estilos de apego en el adulto descritos en la siguiente tabla:

Tabla 5: Estilos de apego

Estilos de apego	Características
<b>Apego Seguro:</b>	Posee confianza, no le preocupa ser abandonado, crea proximidad con los otros fácilmente, valora y aprecia su persona y a los demás, no le incomoda la dependencia de los otros y viceversa.
<b>Apego inseguro:</b>	Eliminación de las necesidades de apego, se le dificulta la proximidad con otros, no confía y crea dependencia con los otros, nervioso ante la proximidad de otra persona.
<b>Apego de evitación:</b>	Constante preocupación de no ser correspondido en sus deseos íntimos, no confía en el amor de pareja porque puede abandonarlo. Da la impresión de querer fusionarse con otra persona y esto dificulta que quieran acercársele.

Fuente: Psicología Social Michael A. Hogg y Cols. (2008)

Estos enfoques sirven para la valoración del apego en el adolescente porque el crecimiento psicosocial también comprende el ser aceptado por

una persona en una relación romántica, tarde o temprano el despertar en este tipo de afecto se hace presente, la forma de expresar sus emociones y actuar frente al grupo influirá en la consecución de tener relaciones amorosas.

La creciente necesidad de crear escalas que evalúen el tipo de apego llevo a la psicóloga Kim Bartholomew (1994) proponer nuevos conceptos para clasificar al apego en adultos, de la nueva clasificación resultaron 4 tipos, la conclusión de los autores es que hay dos dimensiones generales que definen evalúan el apego en el adulto: “la ansiedad (frente al abandono o el amor insuficiente) y la evitación (de la intimidad y de la expresión emocional)”. (María Elena Brenlla - María Alejandra Carreras – Analía Brizzio, 2001)

Tabla 6: Estilos de apego según la percepción del Self

	(+) ----- Percepción del <i>Self</i> ----- (-) (-) ----- Ansiedad ----- (+)	
(-) --- Percepción de los demás --- (+) (+) --- Evitación --- (-)	<b>Seguro</b> Intimidad y confianza básica	<b>Preocupado</b> Sentimiento de inadecuación personal, búsqueda de aprobación y valoración, confianza <i>ciega</i> .
	<b>Evitativo</b> Escepticismo sobre las relaciones, deseo de invulnerabilidad, falta de empatía y desconfianza distante.	<b>Temeroso</b> Miedo al rechazo, contacto impersonal. Desconfianza temerosa

Fuente: Sara Camps-Ponsa y Cols. (2014)

Gracias al gráfico podemos apreciar cómo desde la percepción de los demás y la percepción de uno mismo, se forman los estilos de apego. Para complementar las necesidades de cuidado, seguridad incondicional como la base afectiva en el ser humano, el adolescente prioriza la seguridad individual, a sabiendas de que puede recurrir a su figura de apego, necesita marcar la diferencia entre el hijo y el individuo capaz de crear sus propias relaciones sociales.

Andrea Penagos y cols. en una investigación realizada para la Universidad de los Andes, Colombia (2005) afirman que “un punto de gran importancia es que durante esta etapa de la vida se pasa de ser un receptor de cuidado y atención por parte de los padres a poseer el potencial de brindar este cuidado a otros”; es innegable para el adolescente el deseo de responder sus interrogantes con respecto al mundo que lo rodea.

Se crean vínculos y relaciones significativas, muchas de ellas trascienden de esta etapa a la adultez, más que un cambio en las relaciones de apego que solo se mantenían a nivel familiar, en la adolescencia las relaciones interpersonales sufren transformaciones, se vuelve bidireccional Andrea Penagos y cols. (2005), el adolescente pasa de ser cuidado a ser cuidador, sus relaciones incluyen a sus pares o amistades y el hecho de buscar pareja.

#### **2.2.2.8. Relación entre las redes sociales y las relaciones interpersonales de los adolescentes**

Para determinar el impacto de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los jóvenes, desde España el investigador Ramón Cortez manifiesta que “Este fenómeno afecta profundamente a las relaciones entre ellos y puede desembocar en una especie de “analfabetismo relacional” (“¿Internet amenaza el contacto real?”, 2010), refiriéndose precisamente a la comunicación on-line entre jóvenes.

Estas nuevas formas de “hacer amigos” no les permite ejercitar sus habilidades comunicativas, tarea que solo puede formarse en contacto directo entre personas sin equipos tecnológicos de por medio. Los adolescentes viven entre redes sociales que les facilitan el intercambio de información y acelera la comunicación técnica, pero no los prepara para enfrentar situaciones de estrés o tensión que llegarán cuando sean adultos.

Cada vez aumenta la cantidad de adolescentes que posee un dispositivo con acceso a internet, los sitios con mayor número de visitas son las redes sociales, en estos espacios de realidad virtual, los adolescentes se sienten en su mundo, libre reglas familiares y sociales, un espacio abierto a la expresión de sus sentimientos y opiniones que les permite llegar a donde quieran en el mundo digital, con solo escribirlo en su buscador preferido.

Francisco Bernete (2010) aporta con su reflexión y nos comparte: “el sistema social [...] no establece con claridad qué espera de los adolescentes y jóvenes; ni qué lugar podrán ocupar los miembros jóvenes en una sociedad cohesionada” (Usos de las TIC, Relaciones sociales y los jóvenes) manifestando la preocupación de como ordenar un sistema con ambigüedades en las normas ante los cambios acelerados en las formas de convivir; donde los jóvenes encuentran en las redes sociales la ventana para expresarse sin estimar ninguna clase de valor y autocontrol.

#### **2.2.2.9. Problemas Psicológicos presentes en las redes sociales**

Connie Hunter declara en un artículo escrito para La Revista (Diario El Universo): “Del comportamiento social en el mundo virtual, me sorprende la facilidad con la que decimos cosas que no somos capaces de hablar frontalmente”. (2011). Las personas en general prefieren manifestar su malestar o felicidad por redes sociales y con ello propagar rápidamente a todos sus “amigos” o “seguidores” su momento emocional.

Los conflictos en redes sociales se ven a diario, el impulso por opinar, ofender o elogiar una publicación nos lleva inconscientemente a conflictos virtuales, debido a que en redes comunicación masiva como las mencionadas, se llega a encontrar toda clase de criterios, desde educativos hasta los despectivos y descalificantes.

El autocontrol es algo que se va perdiendo por la facilidad de publicar lo que cada cual prefiere, sin hacer un balance de respeto y valores, tal y como se haría en los diálogos o conversaciones cara a cara. Por otro lado la publicación de información personal es otro factor que no favorece al autocontrol, publicación de fotos contando el lugar exacto donde se encuentra, son cuestiones que ponen en riesgo la seguridad.

De la mano con las fotos están los autorretratos o llamados *selfies*, la diseñadora de comunicación Connie Hunter hace una recopilación de datos sobre las investigaciones con esta práctica muy frecuente en redes sociales, expresa “Los resultados indicaron que aunque las mujeres, en promedio, toman más selfies que los hombres, estos son más propensos que ellas después de llegar a los 40 años” (Hunter, 2011).

Redes sociales virtuales cual espejo de Narciso, es el lugar donde las personas con esta práctica suelen invertir mucho tiempo eligiendo la foto en la que lucen mejor y pueda ser apreciada de igual manera por sus amistades, la espera de elogios y estar pendiente de la actividad que generen sus publicaciones puede restarle tiempo importante en sus actividades cotidianas o laborales.

Las relaciones afectivas también forman parte del repertorio en redes sociales, sobre todo en los usuarios de Facebook (red social con mayor

cantidad de usuarios en Ecuador), los estados sentimentales y opiniones generan conflictos en las parejas, los intercambios de emociones en una red pública dejan como saldo insatisfacciones que afectan el estado anímico de las personas.

En general, las expresiones en redes no deben catalogarse como algo negativo según el psicólogo Wilson Betancourt, el control que cada sujeto ejerza sobre sus publicaciones tiene que ver con la inteligencia emocional que posea, este tipo de personas hábilmente manejará sus afectos y controlará su accionar en redes sociales “Es alguien que tiene la habilidad para afrontar situaciones gestionando, de manera adecuada y efectiva, sus sentimientos”. (Betancourt, 2007)

#### **2.2.2.10. Adicción a redes sociales e internet.**

“Cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio” (Echeburúa & Corral, 2010) así se expresa este autor español especialista en psicología clínica refiriéndose al fenómeno paralelo a las bondades de comunicación que poseen las redes sociales, la dependencia que se desarrolla en los adolescentes va ganando espacio en las investigaciones psicológicas, su propagación avanza gracias a la falta de medidas de control que modifiquen dichas conductas.

Las características de las redes sociales como la inmediatez en la comunicación y traspaso de información y acceso gratuito hacen que muchas personas gusten de ingresar en ellas y no medir el tiempo o las actividades que dejan de lado, “las redes sociales son el espantajo que aleja el fantasma de la exclusión: se vuelcan las emociones, con la protección que ofrece la pantalla” (Echeburúa & Corral, 2010), es otra necesidad de los seres humanos que se ve satisfecha aparentemente por la pertenencia a estos grupos virtuales.

Echeburúa afirma que existen características de personalidad que hace a unas personas propensas a dicha adicción, la investigación va centrada al público joven y adolescente por ser los que mejor manejan las nuevas tecnologías. Variaciones en el estado de ánimo, disforias, depresión, impulsividad intolerancia al displacer, baja autoestima son algunos factores de riesgo que lo convertirían fácilmente en adicto a las redes sociales.

Young en su publicación “The emergence of a new clinical disorder” (1998) brindo señales de alarma que sirven a la hora de identificar la existencia de adicción. La siguiente tabla las detalla:

Tabla 7: Señales de Adicción al internet y redes sociales

<b>Señales de Alarma</b>
a) Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
b) Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
c) Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
d) Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
e) Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
f) Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.
g) Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
h) Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

Fuente: Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales  
Echeburúa & Corral, 2010

## **2.3. Marco Legal.**

### **2.3.1. La Constitución de la República del Ecuador.**

#### **Sección tercera**

#### **Comunicación e Información**

Art. 16.- Todas las personas, en forma individual o colectiva, tienen derecho

a:

1. Una comunicación libre, intercultural, incluyente, diversa y participativa, en todos los ámbitos de la interacción social, por cualquier medio y forma, en su propia lengua y con sus propios símbolos.
2. El acceso universal a las tecnologías de información y comunicación.
3. La creación de medios de comunicación social, y al acceso en igualdad de condiciones al uso de las frecuencias del espectro radioeléctrico para la gestión de estaciones de radio y televisión públicas, privadas y comunitarias, y a bandas libres para la explotación de redes inalámbricas.
4. El acceso y uso de todas las formas de comunicación visual, auditiva, sensorial y a otras que permitan la inclusión de personas con discapacidad.
5. Integrar los espacios de participación previstos en la Constitución en el campo de la comunicación. (Constitución de la República del Ecuador, 2008, pág. 30)

## **Título VII**

### **RÉGIMEN DEL BUEN VIVIR**

#### **Capítulo primero**

#### **Inclusión y equidad**

#### **Sección primera**

#### **Educación**

Art. 343.- El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos, técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente.

El sistema nacional de educación integrará una visión intercultural acorde con la diversidad geográfica, cultural y lingüística del país, y el respeto a los derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades.

Art. 347.- Será responsabilidad del Estado:

5. Garantizar el respeto del desarrollo psicoevolutivo de los niños, niñas y adolescentes, en todo el proceso educativo.
8. Incorporar las tecnologías de la información y comunicación en el proceso educativo y propiciar el enlace de la enseñanza con las actividades productivas o sociales.

## **Sección octava**

### **Ciencia, tecnología, innovación y saberes ancestrales**

Art. 385.- El sistema nacional de ciencia, tecnología, innovación y saberes ancestrales, en el marco del respeto al ambiente, la naturaleza, la vida, las culturas y la soberanía, tendrá como finalidad:

1. Generar, adaptar y difundir conocimientos científicos y tecnológicos.
2. Recuperar, fortalecer y potenciar los saberes ancestrales.
3. Desarrollar tecnologías e innovaciones que impulsen la producción nacional, eleven la eficiencia y productividad, mejoren la calidad de vida y contribuyan a la realización del buen vivir. (Constitución de la República del Ecuador, 2008, pág. 159)

### **2.3.2. Ley Orgánica de la Salud**

#### **Reglamento a la Ley Orgánica de Salud**

#### **CAPITULO 1**

#### **DE LAS ACCIONES DE SALUD.**

**Art. 1.-** Las áreas de salud en coordinación con los gobiernos seccionales autónomos impulsarán acciones de promoción de la salud en el ámbito de su territorio, orientadas a la creación de espacios saludables, tales como escuelas, comunidades, municipios y entornos saludables.

Todas estas acciones requieren de la participación interinstitucional, intersectorial y de la población en general y están dirigidas a alcanzar una

cultura por la salud y la vida que implica obligatoriedad de acciones individuales y colectivas con mecanismos eficaces como la veeduría ciudadana y rendición de cuentas, entre otros.

Art. 10.- Quienes forman parte del Sistema Nacional de Salud aplicarán las políticas, programas y normas de atención integral y de calidad, que incluyen acciones de promoción, prevención, recuperación, rehabilitación y cuidados paliativos de la salud individual y colectiva, con sujeción a los principios y enfoques establecidos en el artículo 1 de esta Ley.”  
(Reglamento a la Ley Orgánica de Salud, 2008)

### **2.3.3. Ley de Educación 6914.**

#### **CAPÍTULO VI**

#### **RESPONSABLES DE LOS DEPARTAMENTOS DE CONSEJERÍA ESTUDIANTIL A NIVEL CENTRAL Y A NIVEL ZONAL.**

Art. 21.- Deberes y atribuciones del equipo zonal.- El quipo zonal encargado del asesoramiento y fortalecimiento de Consejería Estudiantil de los establecimientos educativos de su respectiva jurisdicción, asumirá los siguientes deberes y atribuciones:

- a) Realizar un diagnóstico psicosocial de las problemáticas recurrentes que existan en las instituciones educativas y plantear una estrategia de intervención para los Departamentos de Consejería Estudiantil que requieran de apoyo adicional en su labor;

- b) Implementar la evaluación de la gestión de los Departamentos de Consejería Estudiantil;
- c) Velar por el cumplimiento de las políticas generadas para el funcionamiento de los Departamentos de Consejería Estudiantil en cada institución educativa;
- d) Realizar un seguimiento permanente a las acciones que realizan los profesionales de los Departamentos de Consejería Estudiantil de las instituciones educativas que se encuentren dentro del territorio de su competencia, según las disposiciones de la Dirección Nacional de Educación para la Democracia y el Buen Vivir.
- e) Informar trimestralmente a la Dirección Nacional de Educación para la Democracia y el Buen Vivir sobre el funcionamiento de los Departamentos de Consejería Estudiantil de las instituciones educativas de su Jurisdicción; y
- f) Enviar a la Dirección Nacional de Educación para la Democracia y el Buen Vivir un reporte técnico de los casos atendidos en las instituciones educativas según formato establecido en el Nuevo modelo de los Departamentos de Consejería Estudiantil. (Educación, 2013)

#### **2.2.4. Buen Vivir.**

##### **Sección novena.**

##### **De la ciencia y tecnología.**

Art. 80.- El Estado fomentará la ciencia y la tecnología, especialmente en todos los niveles educativos, dirigidas a mejorar la productividad, la competitividad, el manejo sustentable de los recursos naturales, y a satisfacer las necesidades básicas de la población.

Garantizará la libertad de las actividades científicas y tecnológicas y la protección legal de sus resultados, así como el conocimiento ancestral colectivo.

La investigación científica y tecnológica se llevará a cabo en las universidades, escuelas politécnicas, institutos superiores técnicos y tecnológicos y centros de investigación científica, en coordinación con los sectores productivos cuando sea pertinente, y con el organismo público que establezca la ley, la que regulará también el estatuto del investigador científico.

### **5.1.2. Plan Nacional del Buen Vivir.**

**Planificamos el futuro.**

**Estrategia de acumulación, distribución y redistribución en el largo plazo.**

**Tecnología, innovación y conocimiento.**

En el marco de la estrategia de acumulación, distribución y redistribución, el desarrollo de las fuerzas productivas se centra en

la formación de talento humano y en la generación de conocimiento, innovación, nuevas tecnologías, buenas prácticas y nuevas herramientas de producción, con énfasis en el bioconocimiento y en su aplicación a la producción de bienes y servicios ecológicamente sustentables. Estos procesos se orientan en función de la satisfacción de las necesidades del país y, por ello, conllevan el fomento de los sectores productivos priorizados para la transformación de la matriz productiva a mediano y largo plazo.

La estrategia de acumulación, distribución y redistribución, en concordancia con el Programa de Gobierno 2013-2017, propone una gestión del “conocimiento común y abierto”. Este modelo de gestión incluye la generación de ideas creativas, su aprovechamiento, la potencial producción de nuevos bienes y servicios y la distribución de sus beneficios. La gestión del conocimiento –visto como un bien público, común y abierto– expresa un principio según el mandato constitucional y es económicamente más eficiente que los modelos cerrados (MovimientoAlianza PAIS, 2012). (Senplades, 2013)

### **2.3. Marco Conceptual.**

**Redes Sociales:** Servicios que se dan a las personas mediante el internet, permiten la creación de una página pública con datos informativos personales, donde puede agrupar a amigos y desconocidos posibilitando su interacción.

**Usuarios:** Persona o conjunto de personas que utilizan los medios informáticos, en este caso específico el internet y que están a la vanguardia de las innovaciones.

**Cuenta:** página personal o perfil creado por el usuario, la que le permite entrar en contacto con las demás personas conectadas a su red social.

**Tecnología:** reunión de recursos técnicos con los que se pueden crear artículos que facilitan el diario quehacer de las personas, su adaptación y ayuda en el cumplimiento de sus necesidades.

**Dispositivo:** aparato o equipo que permite realizar actividades determinadas, como escribir, leer, guardar, llamar, vinculado a computadoras y equipos tecnológicos

**Chatear:** enviar mensajes y recibir respuestas inmediatas, dialogo en tiempo real entre 2 o más personas a través del internet.

**WiFi:** marca comercial que certifica a los equipos que reúnen los estándares de redes inalámbricas, fomenta este tipo de conexiones al facilitar la relación de muchos equipos en una red local.

**Contacto virtual:** se trata del dialogo que se establece con una o varias personas pero a través del internet. También nos referimos así al vínculo o dato informativo que nos permite acceder o mantener la relación con otra persona.

**Acceso:** autenticación positiva para ingresar o disponer de los servicios en internet, consiste en una serie de códigos que el servidor guarda del usuario para que él pueda ser registrado dentro de un servicio o red en internet.

**Factores de riesgo:** situaciones o características que amplía las posibilidades de que una persona contraiga una patología. Son circunstancias a las que personas o determinado grupo se expone y que podrían causarle un perjuicio.

**Selfies:** neologismo anglosajón utilizado para referirse a los autorretratos realizados con celulares con tecnología inteligente, para luego ser difundidas por lo general en las redes sociales. Este término fue popularizado en el año 2013.

**Adicción al Internet y Redes Sociales:** Nueva forma de dependencia que se origina a partir del uso continuo y descontrolado del internet y redes sociales, creando patrones de conducta que al igual que otras adicciones repercuten en las actividades diarias de las personas.

**Relaciones interpersonales:** asociaciones que se establecen entre individuos a largo plazo implicando emociones, sentimientos, afinidades. Tienen lugar en diferentes contextos como la familia, colegio, trabajo etc y son importantes porque cubre una necesidad primordial en el ser humano, la socialización.

**Psicología Humanista:** corriente psicológica que nació en los años sesenta como reacción a los fundamentos en los que se basaban las corrientes influyentes de la época, conductismo y psicoanálisis. Considera a la persona como un todo y la relevancia de los aspectos existenciales como el conocimiento, historia, libertad.

**Teoría de los Sistemas:** estudia los principios por los cuales funcionan los diversos sistemas existentes, en psicología se llama sistemas a los grupos humanos vinculados por relaciones familiares, laborales, educativas, etc.

**Psicología Social:** estudio científico acerca de los comportamientos, pensamientos y sentimientos de las personas con respecto a las ideas o presencia objetiva o subjetiva de las demás y al contexto que los rodea.

**Interacción:** acción de relacionarse de mutuamente entre 2 o mas personas, aunque los elementos intervinientes puede variar según el campo de aplicación de la denominación.

**Tendencia Actualizante:** Fuerza motivadora interna que está en constante movimiento y que impulsa a la persona a dar lo mejor de sí, a ser mejores aun cuando las circunstancias del contexto no sean favorables.

**Aplacar:** calmar los ánimos, mediar para que las reacciones de los demás no estallen.

**Percepción del self:** percepción de sí mismo.

## **2.5. Fundamentaciones.**

### **2.5.1. Fundamentación Filosófica.**

El ser humano es un ser social, muchos autores en ciencias filosóficas y sociales, han descrito y analizado mediante experimentos la importancia del contacto entre iguales para las personas, en marco de esta importancia

se analizará como esta “necesidad” ha evolucionado con el pasar de los años y como se adapta a las cambiantes sociedades.

Tal y como lo cita Jaspers: "El ser-sí-mismo únicamente puede realizarse en comunicación con otro ser sí mismo. Solitario, me hundo en la sorda taciturnidad." (Jaspers, 1958). Habla de que el ser humano está habituado para asociarse, estas asociaciones le sirven para alcanzar objetivos de tipo material y emocional, siendo este último el de directa competencia para los psicólogos.

### **2.5.2. Fundamentación Sociológica.**

El hombre como elemento nuclear dentro de una estructura social influye y afecta con su accionar los hechos que en ella sucedan, Salvador Giner en su obra “Sociología” (2010) afirma que la conciencia y condiciones culturales del hombre así como su desempeño en los ámbitos político y económico determinan su protagonismo en la historia, debido a su permanencia como ser transformador y hacedor de las estructuras materiales y sociales, la inteligencia que lo diferencia de los demás seres y que le permite relacionarse, lo convierten en el protagonista de la historia y evolución del planeta, por encima de las demás especies existentes.

Manuel Castells (2006) cita en su obra acerca de los cambios que surgen en la cultura con la era de la información “una cultura de la virtualidad real,

construida en torno a un universo audiovisual cada vez más interactivo ha calado la representación mental y la comunicación en todas partes, integrando la diversidad de culturas en un hipertexto electrónico”, nos explica la magnitud de los procesos evolutivos que vive la sociedad conforme el hombre sigue creando e innovando aparatos electrónicos.

### **2.5.3. Fundamentación Psicológica.**

Hablar de las redes sociales no es tema nuevo para la psicología, este término ya era utilizado desde el siglo XIX cuando los investigadores estudiaban la dinámica de los grupos. Las redes sociales fue tema principal en la Teoría de la Gestalt (Brigas Hidalgo, 2010), que resalta la percepción de un objeto, no por la individualidad de sus partes sino por su totalidad.

Jacob Moreno (1978) conocido como fundador del psicodrama, la sociometría y precursor de la psicoterapia grupal, impulsó el estudio de las estructuras de los grupos sociales, explica el funcionamiento de los individuos dentro de un grupo, con elaboraciones conceptuales sobre las percepciones de orden y coherencia en el contexto social en el que se desenvuelven los individuos.

Por otra parte Carl Rogers y Virginia Satir con su enfoque Humanista, nos invitan a modificar la perspectiva del ser humano, interviniendo en el mediante trabajos grupales que lo inviten a evaluar su autopercepción. La

psicoterapia dirigida a la familia y a los grupos de pertenencia pueden lograr cambios en cuanto a la forma de comunicación, la autoestima y el desarrollo de otras habilidades sociales que posibilitan el manejo de situaciones en las que la ansiedad y desesperación suelen ganar la batalla.

## **2.6. Hipótesis.**

El uso frecuente de las redes sociales influye en el desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto "UPSE".

## **2.7. Señalamiento de las variables.**

### **2.7.1. Variable Independiente.**

Redes sociales

### **2.7.2. Variable Dependiente.**

Relaciones Interpersonales

## **CAPÍTULO III**

### **LA METODOLOGÍA**

#### **3.1. Enfoque investigativo.**

El presente trabajo tiene como enfoque investigativo el modelo cuantitativo, bajo el cual se recolectan datos para verificar la hipótesis presentada (Sampieri, 2010), dicho enfoque mide las variables intervinientes para luego constituir los patrones de conducta que comprueben una o varias teorías planteadas.

El enfoque cuantitativo tiene como paradigma “La realidad es concreta, tangible, simple y fragmentable” (Zapata, 2005), lo describe como a un método que únicamente admite hechos rigurosamente reales y demostrables a través de un experimento imparcialmente verificable. Por estas razones este estudio es cuantitativo porque se valoraran las relaciones interpersonales de los adolescentes y el uso de redes sociales a través de encuestas e instrumentos psicométricos con validaciones internacionales y aplicadas en varios países.

#### **3.2. Diseño de la Investigación.**

Fidias G. Arias define al diseño de investigación como “la estrategia general que adopta el investigador para responder al problema planteado” (EL Proyecto de Investigación, 2012); el diseño se refiere al esquema en el cual

se basara la investigación, sobre este diseño se obtendrá la información requerida. Según este diseño se plantea posteriormente la clasificación del trabajo investigativo.

La investigación no experimental es el diseño “que se realiza sin la manipulación deliberada de las variables” (Sampieri, 2010), éste es el diseño del presente trabajo en donde la regla es muy clara y solo permite la observación de los hechos a evaluar en su contexto natural, por tal razón no se infiere dentro de las pruebas realizadas con actividad alguna, para que la información que se obtiene de las pruebas y encuestas sean el pensamiento y conducta real de los participantes.

### **3.2. Modalidad básica de la investigación.**

El diseño de la exploración define qué modalidad debemos seguir en el proceso, dado que se evalúa una situación en un contexto social dentro de un tiempo determinado. La investigación transversal según Sampieri (2010) es la recolección de datos en un solo momento, describe, analiza e interrelaciona las variables en un tiempo único.

Los datos recogidos dentro de la investigación: Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes aportan al trabajo dando a conocer la situación actual de la problemática, no existen

pruebas posteriores que necesiten ser contrastadas con las recogidas y analizadas en el presente proyecto investigativo.

El Inventario de Apego para Padres y Pares brindan información de cómo se encuentran en tiempo real las relaciones interpersonales de los adolescentes en el hogar y con su grupo de amigos, las encuestas nos aportan con datos del actual manejo de redes sociales de los estudiantes y sobre el control que se ejercen en casa.

### **3.3. Tipos de investigación.**

#### **3.3.1. Investigación descriptiva.**

El alcance de la investigación sobre la influencia de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los adolescentes se divide en varias direcciones.

Se trata de un tema amplio estudiado en otros países pero no en esta localidad, la investigación con alcance descriptivo indaga “las propiedades y rasgos importantes de cualquier fenómeno. Describe tendencias de un grupo o población” (Sampieri, 2010), por lo tanto las alineaciones realizadas en este trabajo le otorgan el alcance descrito.

### **3.3.2. Investigación correlacional.**

Este tipo de investigación posibilita la respuesta a las diferentes incógnitas que surgen en el proceso investigativo, dichas respuestas establecerán las relaciones que tiene el uso de las redes sociales con el desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes y los factores que las componen.

El propósito de la investigación correlacional según Arias “es saber cómo se puede comportar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otras variables relacionadas” (2012); al inicio evaluamos la relación entre la variable independiente y la dependiente, luego de extender el estudio las relaciones aumentan.

### **3.3.3. Investigación explicativa.**

Fidias Arias conceptualiza la investigación explicativa de esta manera “los estudios explicativos pueden ocuparse tanto de la determinación de las causas, como de los efectos, mediante la prueba de hipótesis” (EL Proyecto de Investigación, 2012); este trabajo se basa en descifrar los orígenes de cada variable.

Revisando bibliográficamente los fundamentos en los que se sustentan, así como de la determinación de resultados y conclusiones de la relación entre

las variables estudiadas, en este caso como variable independiente Redes sociales y variable dependiente Relaciones Interpersonales.

#### **3.3.4. Investigación de campo.**

Para Arias (2012) “consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren .los hechos”; con los instrumentos utilizados se recopilaron los datos necesarios de los estudiantes, padres de familia y cuerpo docente del Colegio UPSE, sin la intervención o manipulación del investigador.

#### **3.3.5. Investigación Bibliográfica.**

También llamado investigación documental, Fideas Arias lo define como “proceso en la búsqueda, recuperación, análisis, crítico e interpretación de datos secundarios” (2012), consiste en la valoración de datos recogidos de otros científicos para estudiarlos y aportar en la investigación con nuevos conocimientos.

### **3.4. Población y Muestra.**

#### **3.4.1. Población**

Su concepto se ajusta a “el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones”, en el Colegio UPSE de la población universal según las entrevistas realizadas a autoridades e inspectores, la mayoría reunía las características para la presente investigación.

### 3.4.2. Muestra

Del tamaño de la población a investigar calculamos el total de la población muestra con la formula indicada:

$$n = \frac{M}{E^2 (M - 1) + 1}$$

$$n = \frac{215}{(0,05)^2 (215 - 1) + 1}$$

$$n = \frac{215}{0.0025 (214) + 1}$$

$$n = \frac{215}{0,535 + 1}$$

$$n = \frac{215}{1,535}$$

n= 145 personas

Tabla 8: Muestra y porcentaje

OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN	MUESTRA	PORCENTAJE
Estudiantes	105	70	48%
Padres de familia	105	70	48%
Inspectores	4	4	3%
Rector	1	1	1%
<b>Total</b>	<b>215</b>	<b>145</b>	<b>100%</b>

Fuente: Tabla de Población y Muestra.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

### 3.5. Operacionalización de Variables.

VARIABLES	DEFINICIONES CONCEPTUALES	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	DEFINICIÓN PROCEDIMENTAL	ÍTEMES	
Redes Sociales	“Un sitio en la red cuya finalidad es permitir a los Usuarios relacionarse, comunicarse, compartir contenido y crear comunidades”, o como una herramienta de “democratización de la información que transforma a las personas en receptores y en productores de contenidos”.	* Identificar el impacto que tienen las redes sociales en los adolescentes.	Tipos de redes sociales	Directas	Encuestas a: Padres de familia y Estudiantes	¿En qué redes sociales tienes perfil?	
				Profesionales		¿Para qué utilizas las Redes Sociales (RS)?	
				Ocio		¿Aceptas todas las solicitudes de amistad que recibes?	
			Uso	Intensidad		¿Con qué frecuencia accedes a tu cuenta en RS?	
				Frecuencia		¿Dejas de lado las tareas escolares y de casa por estar conectado en redes sociales?	
		* Analizar si el uso de las redes sociales influyen en la calidad de las relaciones interpersonales de los adolescentes. * Proponer alternativas sobre el uso de redes sociales que	Necesidades	Individual	Autoestima	Entrevistas a Docentes e Inspectores	¿Te produce satisfacción cuando tus fotos y publicaciones son comentadas por varios amigos?
					Pertenencia a grupos		¿Te ayuda a relacionarte con los demás el hecho de tener cuenta en redes sociales?
					Gratificación inmediata		¿Se puede correr peligros con las redes sociales?
			Individual	¿Comunicas la forma como te sientes en tu perfil de redes sociales? ¿Por qué?			
				¿Te has sentido insultado o humillado en las redes sociales?			

Relaciones Interpersonales	Entendemos por relaciones interpersonales a uno de los fenómenos más importantes en la vida de cualquier ser humano: la socialización con sus pares en diferentes situaciones, circunstancias y características.	ayuden a estudiantes, docentes y padres de familia a establecer relaciones interpersonales saludables	Familiar	Personalidad	Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)	Mi madre se da cuenta cuando estoy molesto por algo.
				Afectividad		Me siento la necesidad de estar en contacto con mis amigos más a menudo.
				Percepción		Mi madre respeta mi sentimiento.
				Cognición		Mi madre me acepta tal como soy.
		* Determinar los tipos de relaciones interpersonales que establecen los adolescentes.	Social	Comunicación	¿Tienes problemas con tus padres por el hecho de estar conectado en las redes sociales?	
				Estilos de Relaciones Interpersonales	Mi madre confía en mi juicio.	
				Agresivo	Cuando hablamos de cosas, mi madre se preocupa por mi punto de vista.	
				Pasivo	Mis amigos me entienden.	
				Asertivo	Me gustaría tener una madre diferente.	
					Mi madre espera demasiado de mí.	
	Confío en mi madre.					

### **3.6. Técnicas e instrumentos de investigación.**

Los instrumentos que se utilizaron para este trabajo de investigación fueron:

1. Entrevistas al Rector del Colegio, Inspector General e Inspectores de Área.
2. Encuesta aplicada a estudiantes del primer año de bachillerato general unificado y a padres de familia.
3. Inventory of Parent and Peer Attachment de Armsdem y Greenberg (1987) IPPA (Inventario de Apego de Padres y Pares).

#### **3.6.1. La entrevista.**

Fidias Arias afirma que la entrevista es “técnica basada en un diálogo o conversación "cara a cara", entre el entrevistador y el entrevistado” (2012); técnica que encierra todos los aspectos de una investigación, con ella se puede recabar detalles imposibles de obtener con una encuesta.

En este trabajo se utilizó una entrevista semi – estructurada, con una base de preguntas que guiaban el proceso y se incluía otras de igual importancia, este tipo de entrevistas es eficaz cuando se quiere profundizar algún tema con la información que el mismo entrevistado proporciona.

### **3.6.2. La encuesta.**

Es una técnica que a través de preguntas sirve para alcanzar información acerca de las variables; Frans Johan Doorman (1991) escribe en su libro aportaciones importantes al momento de realizar una investigación en ciencias sociales “los científicos sociales se han conformado con la norma del “método científico”, mediante el desarrollo de otros métodos de investigación cuyos resultados...pueden someterse al análisis estadístico”; refiriéndose así a la encuesta como el instrumento más utilizada para comprobar o descartar una hipótesis.

### **3.6.3. Inventory of Parent and Peer Attachment de Armsdem y Greenberg (1987) IPPA.**

El Inventario de Apego de Padres y Pares IPPA (2013) es un cuestionario de preguntas dirigido a adolescentes que evalúa las dimensiones positivas y negativas de las relaciones entre padre – hijo y adolescente – pares. El IPPA mide tres dimensiones: 1) El grado de confianza mutua; 2) La calidad de la comunicación; 3) Extensión de la ira y la alienación.

Este inventario es utilizado para evaluar la calidad de las relaciones interpersonales mediante una escala que mide el estilo de apego que tienen los adolescentes, enfoca las dimensiones de padre, madre y amigos porque son las personas con las que interactúa la mayor parte del tiempo. Del

inventario se seleccionaron las preguntas que se ajustaban al tema investigado y traducidas al español para aplicarlas con los estudiantes.

Se aplicó en un solo reactivo 2 grupos de preguntas, un grupo de preguntas dirigido a su madre, padre o cuidador (se le brindo la debida explicación); el otro grupo dirigido a las relaciones con sus pares. No se tomó en cuenta un tercer grupo dirigido al padre porque el objetivo de la investigación va centrado al estilo de relaciones interpersonales mediante la valoración del apego, además con la finalidad de evitar que los resultados aportaran otro dato que no sería tomado en cuenta en el presente trabajo.

### **3.7. Plan de Recolección de Información**

Para la información científica se consultó:

- Textos.
- Revistas.
- Webgrafía
- Internet.
- Técnica de la encuesta.
- Pruebas estandarizadas.
- Informes de inspección proporcionados por el colegio
- Elaboración de cuadros y gráficos estadísticos.
- Análisis de resultados.

### 3.8. Plan de Procesamiento de la Información.

DETERMINACIÓN DE UNA SITUACIÓN	BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN	RECOPIACION DE DATOS Y ANÁLISIS BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN	DEFINICIÓN Y FORMULACIÓN	PLANTEAMIENTO DE SOLUCIONES
<p>Las pasantías pre-profesionales permitieron identificar los problemas que se daban entre los adolescentes a través de las redes sociales. Además diariamente se reportaba la retención de celulares o tablets que los estudiantes llevaban a la institución a pesar de la prohibición de estos dispositivos, la medida adoptada no es suficiente para el control.</p>	<p>Después de entrevistas a estudiantes por el problema planteado se pasa a la exploración de artículos, investigaciones científicas, libros y demás bibliografía que aporte con información importante para el posterior planteamiento de soluciones.</p>	<p>Con la recopilación de información bibliográfica surgió la necesidad de recolectar más información dentro del colegio acerca del problema identificado, se realizaron entrevistas a los estudiantes, padres de familia, inspectores de área y general, tutores y rector de la institución. Las autoridades del colegio dieron total apertura para aplicar encuestas y test psicológicos a fin de conocer cómo se desarrollan las relaciones interpersonales de los estudiantes y el uso que les dan a redes sociales.</p>	<p>Al verificar los resultados se evidenció que existe desinformación en los padres acerca del uso de redes sociales y que esto inhibe el desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes. Al comprobar cómo ha crecido la problemática las autoridades de la institución consideran pertinente brindar una guía que favorezca en control en casa y a la vez ayude a los adolescentes.</p>	<p>La guía que se elaborara contiene pautas para el control del uso de redes sociales en el hogar ejecutado por los padres de familia y a la vez en el colegio se darán a los docentes e inspectores y autoridades. Para los estudiantes van dirigidas estrategias que le permitan desarrollar sus habilidades sociales y lograr el mejoramiento de sus relaciones interpersonales sin depender de las redes sociales para ello.</p>

### 3.9. Análisis e interpretación de resultados.

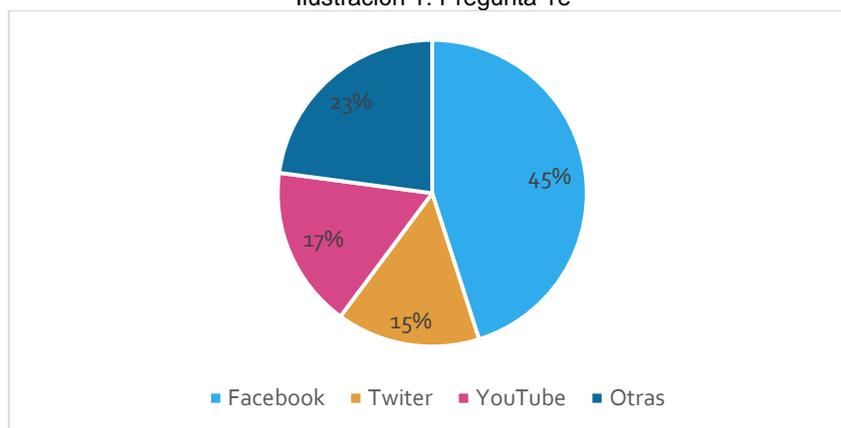
#### 3.9.1. Resultados de la encuesta aplicada a estudiantes del Colegio Mixto Particular UPSE

Tabla 9: Pregunta 1e

¿En qué redes sociales tienes cuenta activada?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Facebook	69	45%
Twitter	23	15%
YouTube	26	17%
Otras	35	23%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 1: Pregunta 1e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

#### Análisis e interpretación.

Esta pregunta es de opción múltiple. Del total de estudiantes encuestados, 45% de ellos tiene cuenta en Facebook, esta red social tiene el primer lugar de preferencia de los adolescentes, en segundo lugar está la opción otras, donde se ubicaron redes como Tuenti, Skype, WhatsApp, etc. le siguen Twitter y YouTube con 23 y 26% respectivamente.

Tabla 10: Pregunta 2e		
¿Para qué utilizas las Redes Sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Para estar en contacto con amigos	62	67%
Para conocer gente nueva	21	22%
Para buscar pareja	0	0%
Otras	10	11%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 2: Pregunta 2e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

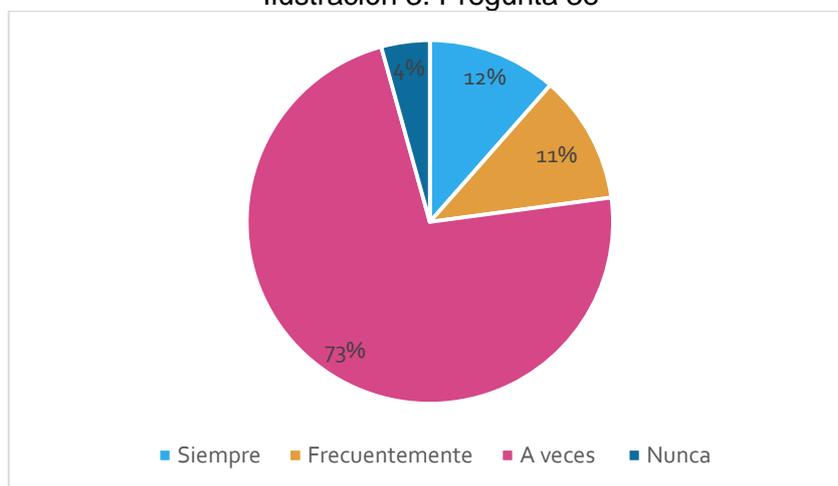
### **Análisis e interpretación.**

Segunda pregunta de opción múltiple. El gráfico muestra que 67% de los estudiantes utiliza las redes sociales para estar en contacto con amigos, 22% de ellos también las usa para conocer nuevas personas, 0% para buscar pareja, otros tuvo la puntuación de 11%, dos de las razones expuestas fueron por tareas escolares y para obtener información para sus actividades escolares.

Tabla 11: Pregunta 3e		
¿Aceptas todas las solicitudes de amistad que recibes?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	8	12%
Frecuentemente	8	11%
A veces	51	73%
Nunca	3	4%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 3: Pregunta 3e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

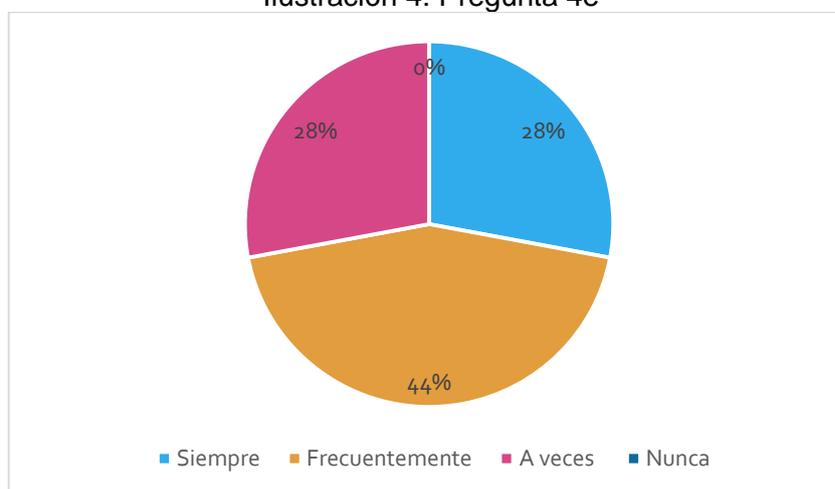
### **Análisis e interpretación.**

El 12% de los estudiantes respondió Siempre, el 11% Frecuentemente. La opción que más aceptación fue A veces con 73% y como último resultado, Nunca obtuvo el porcentaje bajo con el 4%. Lo que indica que en ocasiones los estudiantes aceptan dentro de su grupo en red social a todo tipo de personas, incluso a quienes no conocen.

Tabla 12: Pregunta 4e		
¿Con qué frecuencia accedes a las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	19	28%
Frecuentemente	31	44%
A veces	20	28%
Nunca	0	0%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 4: Pregunta 4e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

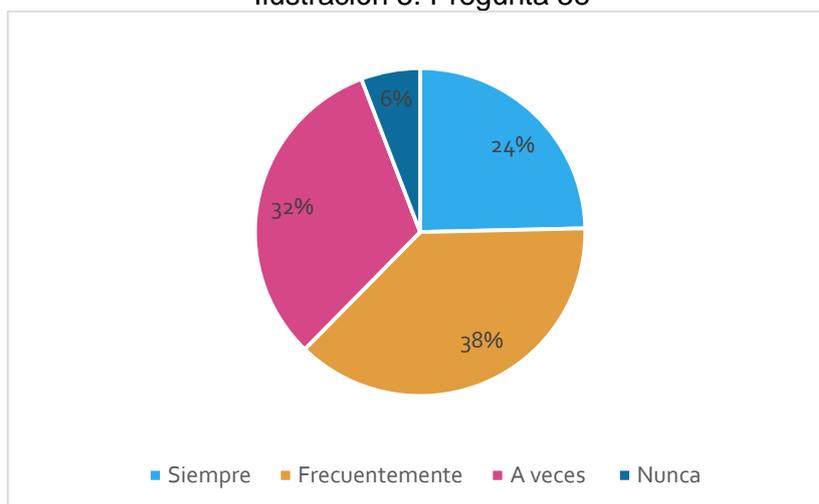
### **Análisis e interpretación.**

El 28% Siempre accede a las redes sociales, el 44% Frecuentemente; la opción A veces obtuvo el 28% y Nunca el 0%; en consecuencia la mayoría de los estudiantes tienen el hábito de revisar sus redes sociales con asiduidad. Este dato aporta significativamente al trabajo investigativo pues no dejan a la población adolescente de nuestra comunidad fuera de los factores de riesgo que motivan el uso descontrolado de redes sociales.

Tabla 13: Pregunta 5e		
¿Te ayuda a relacionarte con los demás el hecho de tener cuenta en redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	17	24%
Frecuentemente	26	38%
A veces	22	32%
Nunca	5	6%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 5: Pregunta 5e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

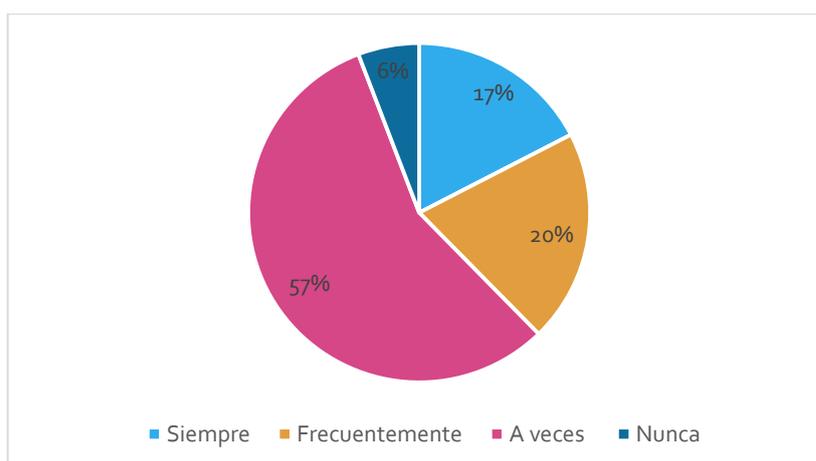
### **Análisis e interpretación.**

Los estudiantes consideran en un 24% (Siempre) que las redes sociales ayudan a relacionarse con los demás, el 38% afirman que Frecuentemente; un 32% consideran que solo A veces y el 6% considera que Nunca favorecen en las relaciones con los demás. Para la mayoría las redes sociales son efectivas para relacionarse con los demás.

Tabla 14: Pregunta 6e		
¿Te produce satisfacción cuando tus fotos y publicaciones son comentadas por varios amigos?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	17%
Frecuentemente	14	20%
A veces	39	57%
Nunca	5	6%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 6: Pregunta 6e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

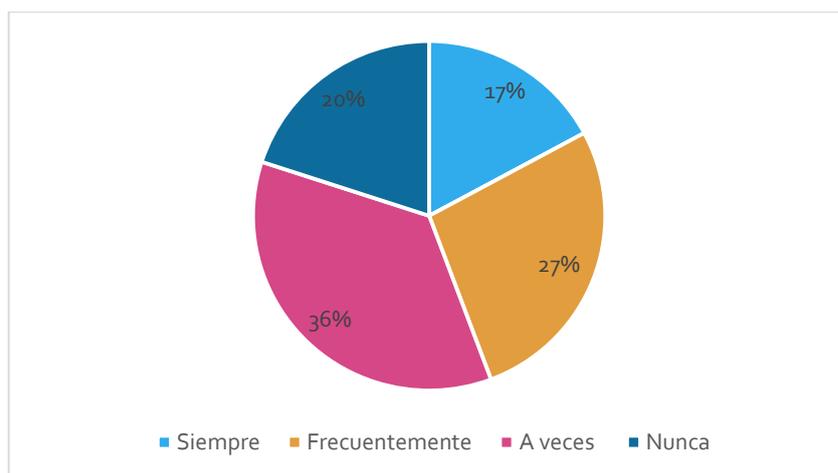
### **Análisis e interpretación.**

El gráfico muestra que la opción con mayor aceptación es A veces con 57%, seguida Frecuentemente con 20%; el 17% para Siempre frente al 6% de quienes no opinan de igual manera. En contraste con la pregunta 5, a pesar que ellos manifiesten que las redes sociales los ayudan socialmente, las satisfacciones generadas por esta actividad no son las esperadas.

Tabla 15: Pregunta 7e		
¿Comunicas la forma como te sientes en tu perfil de redes sociales? ¿Por qué?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	17%
Frecuentemente	19	27%
A veces	25	36%
Nunca	14	20%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 7: Pregunta 7e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

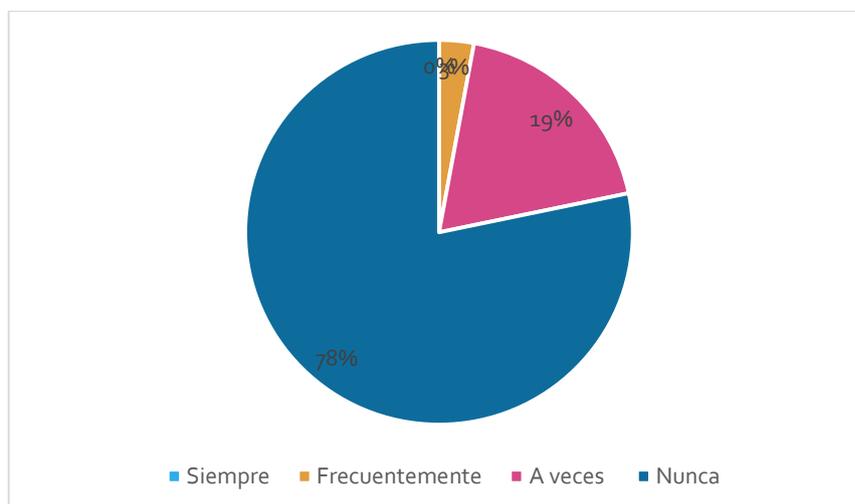
### **Análisis e interpretación.**

La opción A veces obtuvo el mayor porcentaje con 36%, seguido de Frecuentemente con 27%, los estudiantes que respondieron Nunca: 20% y 17% Siempre. En esta pregunta los estudiantes podían argumentar su elección, varios contestaron que publican sus emociones para comunicar lo que sienten y lo que les pasa.

Tabla 16: Pregunta 8e		
¿Te has sentido insultado o humillado en las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
Frecuentemente	3	3%
A veces	13	19%
Nunca	54	78%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 8: Pregunta 8e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

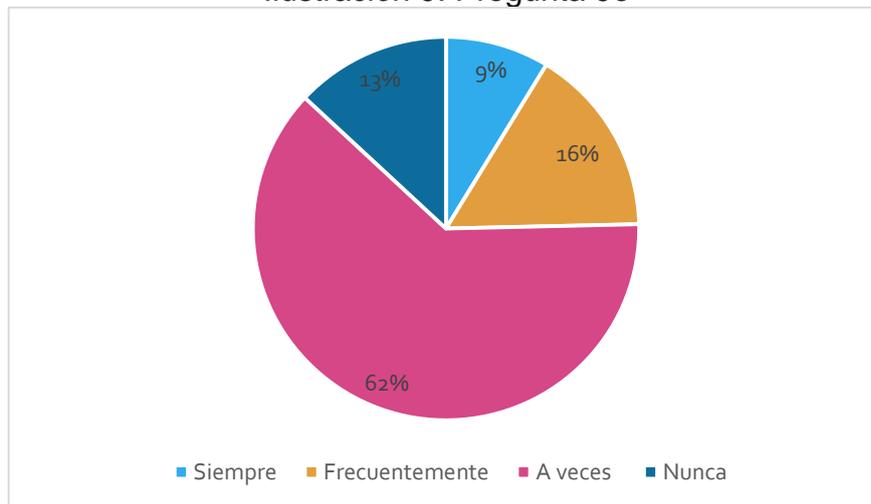
### Análisis e interpretación.

Los resultados obtenidos fueron: Nunca con el 78%, A veces con el 19%; Frecuentemente obtuvo el 3% y Siempre el 0%. En conclusión por los resultados la mayoría de los estudiantes no han experimentado situaciones insultantes o humillantes en redes sociales.

Tabla 17: Pregunta 9e		
<b>¿Dejas de lado las tareas escolares y de casa por estar conectado en redes sociales?</b>		
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Siempre	7	9%
Frecuentemente	11	11%
A veces	43	62%
Nunca	9	9%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 9: Pregunta 9e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

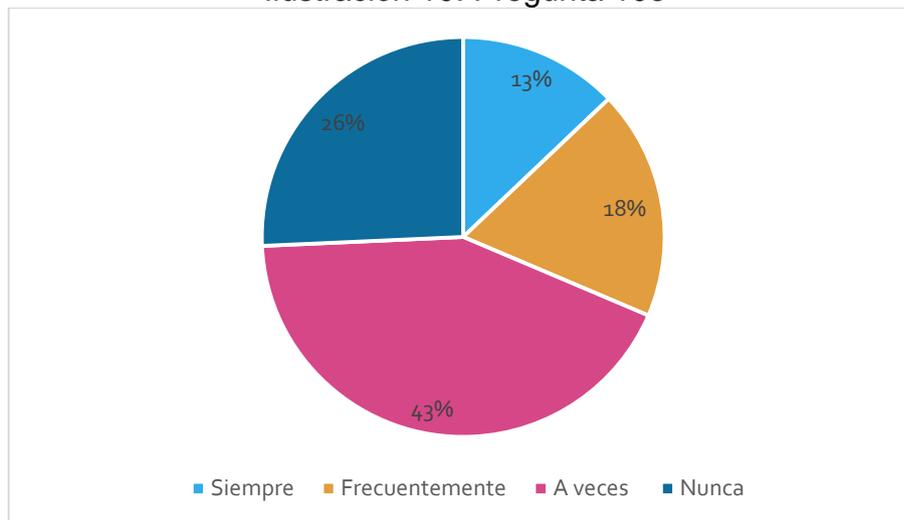
### **Análisis e interpretación.**

En el gráfico se observa que el 62% corresponde a que A veces dejan de lado sus tareas por estar en las redes sociales, la opción Frecuentemente obtuvo el 16%, el 13% afirma que Nunca dejan sus tareas y el 9% de los estudiantes dijo que Siempre. Por lo tanto podemos ver que las actividades asignadas en el trabajo y la casa a los adolescentes si se ven afectadas en un 25% y en el 62% ya están dando señales de interferencia.

Tabla 18: Pregunta 10e		
¿Tienes problemas con tus padres por el hecho de estar conectado en las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	13%
Frecuentemente	13	18%
A veces	30	43%
Nunca	18	26%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 10: Pregunta 10e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

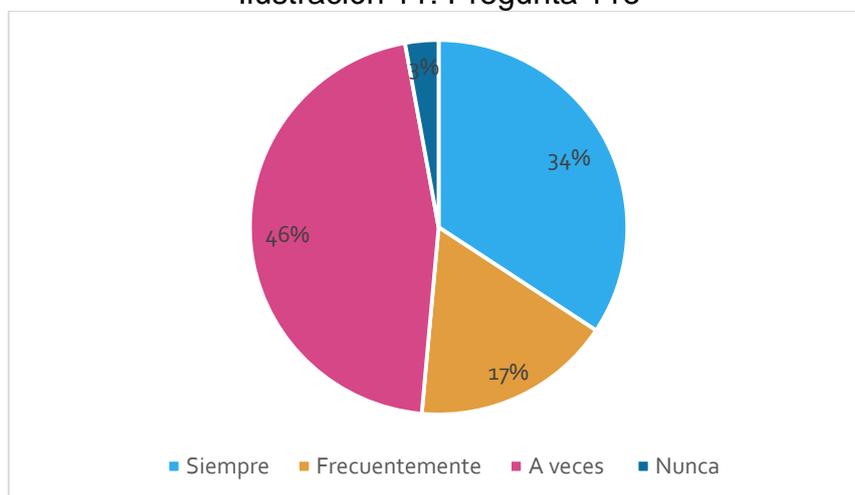
### **Análisis e interpretación.**

En el gráfico estadístico observamos que el 43% afirma haber tenido diferencias con sus padres por estar conectado a redes sociales, seguido del 26% que corresponde a Nunca, Frecuentemente tiene el 18% y en último lugar está Siempre con el 13%.

Tabla 19: Pregunta 11e		
¿Se puede correr peligros con las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	24	34%
Frecuentemente	12	17%
A veces	32	46%
Nunca	2	3%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 11: Pregunta 11e



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

### **Análisis e interpretación.**

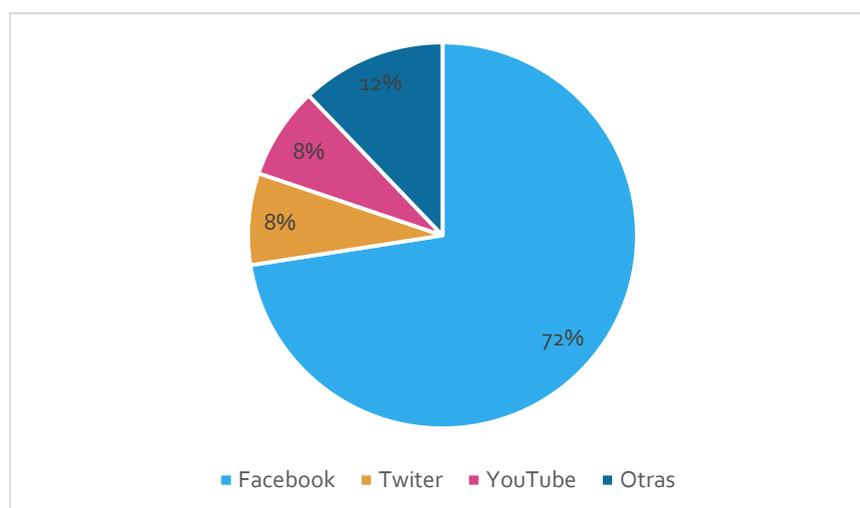
Con el 46% la alternativa A veces obtuvo la mayoría, Siempre: el 34%, Frecuentemente: 17% y Nunca: 3%; en conclusión la mayoría de los adolescentes exponen su información personal, no piensan que las redes sociales sean motivo de alarma. La opción A veces quiere decir que en ocasiones ellos recurren en acciones que podrían representar un peligro, es una señal para la prevención.

### 3.9.2. Resultados de la encuesta aplicada a padres de familia del Colegio Mixto Particular UPSE

Tabla 20: Pregunta 1p		
¿Sabe usted en qué Redes Sociales su hijo tiene cuenta?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Facebook	66	72%
Twitter	7	8%
YouTube	7	8%
Otras	11	12%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 12: Pregunta 1p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

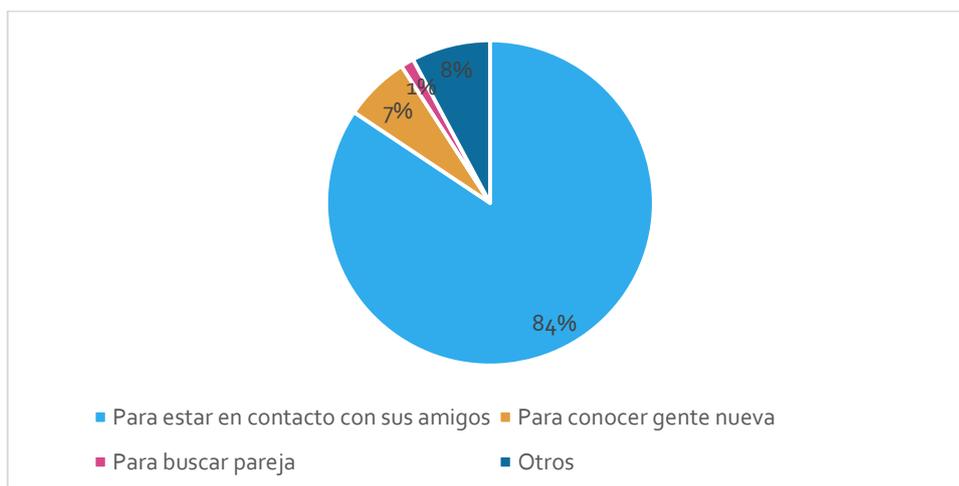
#### Análisis e interpretación.

Facebook se alza con 72%, la opción Otras con 12% sin especificar cuáles son, en tercer lugar están Twitter y YouTube con el 8%. Los padres relacionan redes sociales con Facebook directamente, pocos conocen la existencia de otras redes.

Tabla 21: Pregunta 2p		
¿Sabe para qué su hijo utiliza las Redes Sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Para estar en contacto con amigos	65	84%
Para conocer gente nueva	5	7%
Para buscar pareja	1	1%
Otras	6	8%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 13: Pregunta 2p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

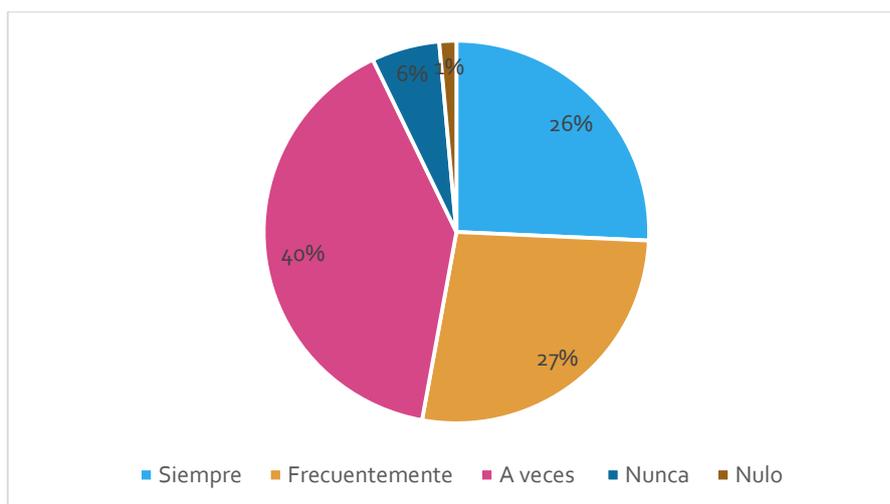
### **Análisis e interpretación.**

La mayoría, el 84% de los padres coincide que sus hijos utilizan las redes sociales para estar en contacto con sus amigos, el 7% dijeron que también las usan para conocer gente nueva, el 1% contestó que las redes sociales le sirven a su hijo para buscar pareja. En la opción otros obtuvo el 9% personas que aseguran que sus hijos acceden a redes sociales por deberes.

Tabla 22: Pregunta 3p		
¿Usa de las Redes Sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	18	26%
Frecuentemente	19	27%
A veces	28	40%
Nunca	4	6%
Nulo	1	1%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 14: Pregunta 3p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

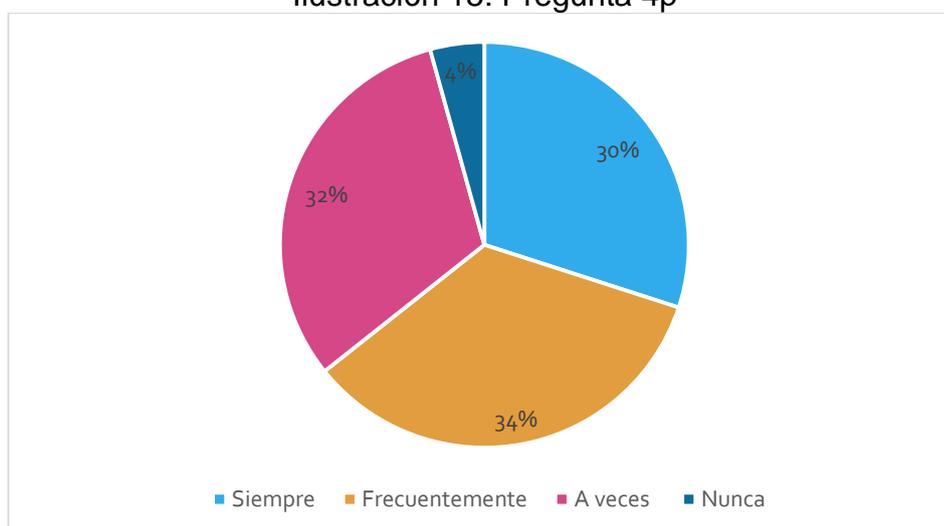
### **Análisis e interpretación.**

El gráfico muestra que el 26% asegura usar siempre su red social, el 27% las usa frecuentemente, el 40% solo A veces, el 6% asegura que Nunca utiliza redes sociales y el 1% no contestó; el análisis es que la mayoría de los padres sabe la existencia de las redes sociales y su manejo.

Tabla 23: Pregunta 4p		
Su hijo/a esta conectado en las redes sociales:		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	21	23%
Frecuentemente	24	27%
A veces	22	46%
Nunca	3	3%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 15: Pregunta 4p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

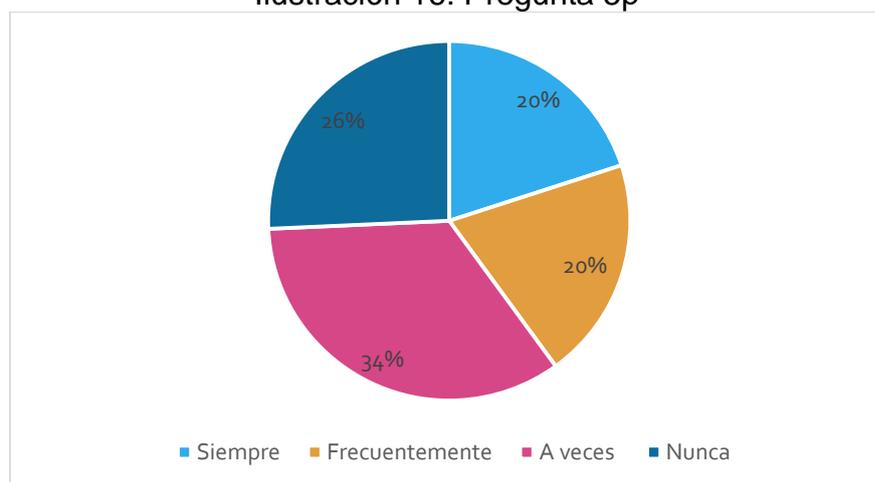
### **Análisis e interpretación.**

La opción Siempre obtuvo 30%, Frecuentemente obtuvo 34%, con 32% los padres respondieron que A veces sus hijos están conectados en redes sociales y el 4% corresponde a Nunca; como resultado global vemos que más del 50% de los padres conoce que su hijo está constantemente conectado en las redes sociales. Esta actividad está instaurada dentro de la rutina de los adolescentes.

Tabla 24: Pregunta 5p		
Pregunta 5.- ¿Supervisa las actividades que su hija/o realiza en las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	14	20%
Frecuentemente	14	20%
A veces	24	34%
Nunca	18	23%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 16: Pregunta 5p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

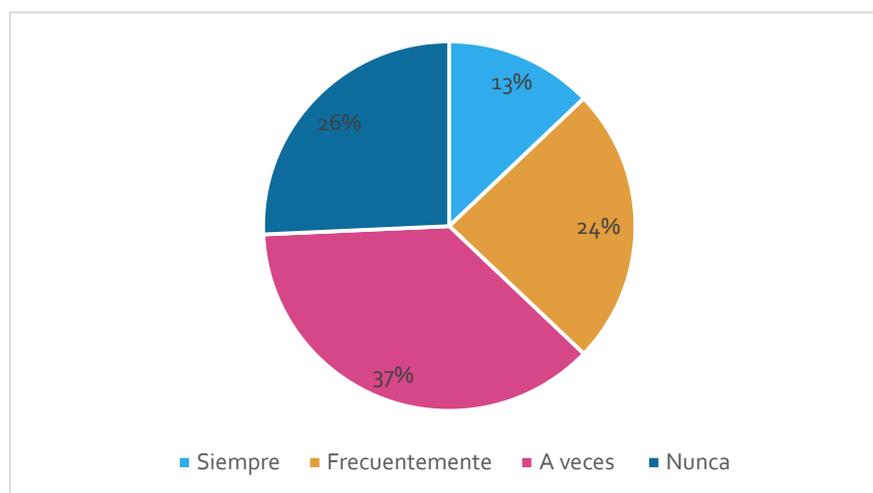
### **Análisis e interpretación.**

Los resultados fueron: el 20% asegura que Siempre supervisa las actividades de su hijo en redes sociales; 20% más fue para la escala Frecuentemente, el 34% de los padres manifiesta que A veces supervisa mientras que el 26% admite no controlar Nunca a su hijo en redes sociales. Esto indica los criterios divididos en cuanto al control que se ejerce en el hogar sobre el uso de redes sociales.

Tabla 25: Pregunta 6p		
¿Su hijo/a, deja de lado tareas escolares y en el hogar por estar conectado?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	13%
Frecuentemente	17	24%
A veces	26	37%
Nunca	18	26%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 17: Pregunta 6p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

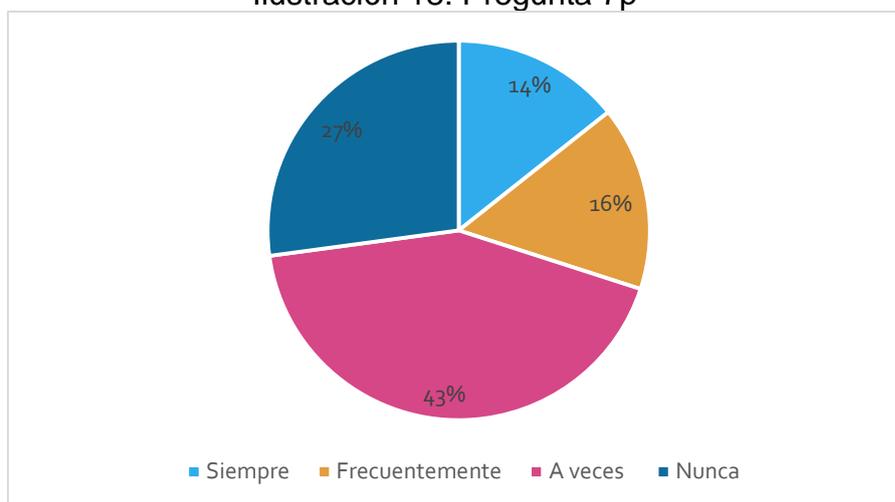
### **Análisis e interpretación.**

El gráfico muestra que el 13% para Siempre, el 24% para Frecuentemente, estas opciones revelan que los padres ven que sus hijos dejan de lado sus tareas escolares o del hogar por estar en redes sociales, el 37% para A veces, el 26% en la opción Nunca; lo que muestra que la situación en cuanto al control de uso de redes sociales esta medianamente controlada.

Tabla 26: Pregunta 7p		
¿Tiene problemas con su hijo/a por el hecho de estar conectado en las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	14%
Frecuentemente	11	16%
A veces	30	43%
Nunca	19	27%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 18: Pregunta 7p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

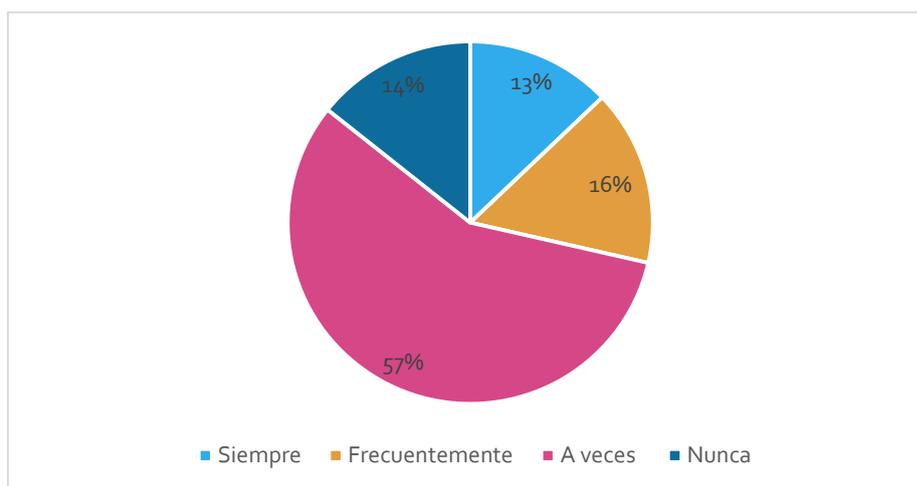
### **Análisis e interpretación.**

El 43% de los padres manifestó que tiene problemas con sus hijos y su uso en redes sociales solo A veces, en segundo lugar tenemos la opción de Nunca con 27%, seguido de Frecuentemente con 16% y con el 14% la opción Siempre. Esta pregunta nos muestra que los problemas por el uso de redes sociales van en aumento.

Tabla 27: Pregunta 8p		
¿Prohíbe el uso del internet y redes sociales como forma de castigo para su hijo/a?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	9	13%
Frecuentemente	8	16%
A veces	40	57%
Nunca	10	14%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 19: Pregunta 8p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

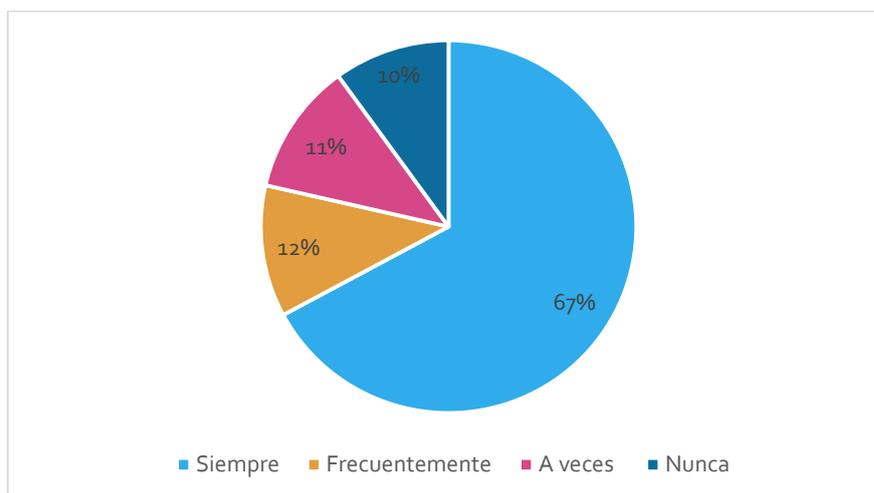
### **Análisis e interpretación.**

Para esta pregunta se obtuvieron los siguientes resultados: el 13% dice que Siempre prohíben el uso del internet y redes sociales como forma de castigar a sus hijos, el 16% afirmaron que recurren a este castigo Frecuentemente; el 57% respondió que lo hace A veces y el 14% afirma que Nunca prohíben el uso del internet y redes sociales.

Tabla 28: Pregunta 9p		
¿Su castigo es respetado y cumplido?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	47	67%
Frecuentemente	9	12%
A veces	8	11%
Nunca	7	10%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 20: Pregunta 9p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

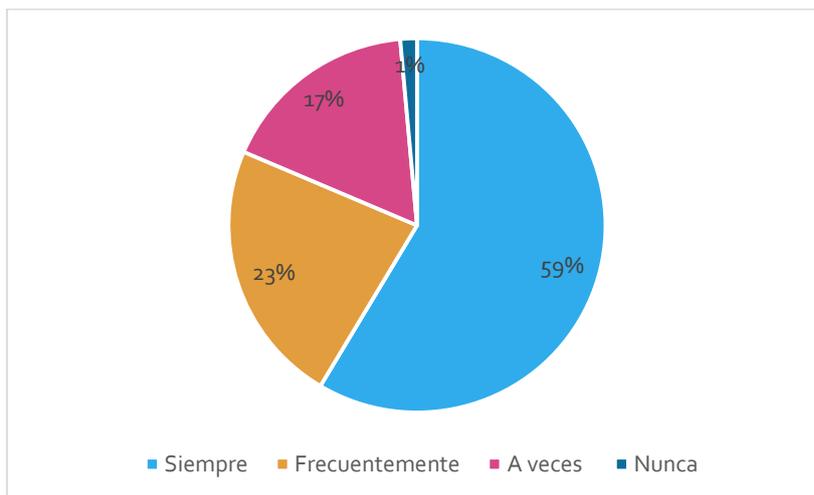
### **Análisis e interpretación.**

En el gráfico se observa que el 67% de los padres de familia afirman que su castigo es respetado y cumplido, el 12% afirma que el castigo se cumple frecuentemente, el 11% respondió que solo A veces se cumple lo impuesto por ellos y el 10 dice que su castigo Nunca es respetado.

Tabla 29: Pregunta 10p		
¿Se puede correr peligros con las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	41	59%
Frecuentemente	15	23%
A veces	12	17%
Nunca	1	1%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 21: Pregunta 10p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

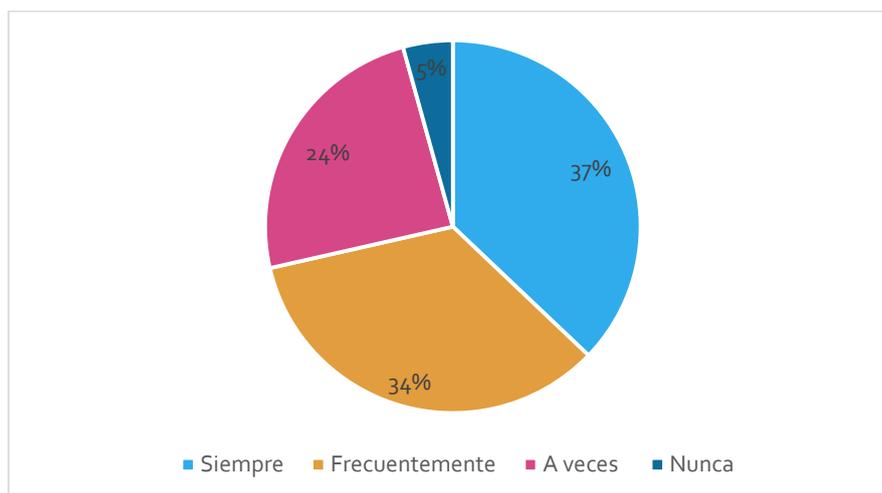
### **Análisis e interpretación.**

Con el 59% la opción Siempre fue la que obtuvo mayoría, Frecuentemente le sigue con 23%, A veces alcanzó el 17% y el 1% fue para la opción Nunca. Los padres tienen conocimiento de los riesgos que sus hijos pueden correr en redes sociales, así lo muestran los resultados en la encuesta uniendo los resultados de las opciones Siempre y Frecuentemente sumarían el total del 82%.

Tabla 30: Pregunta 11p		
¿Conversa con su hijo/a acerca del uso de las redes sociales?		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	36	37%
Frecuentemente	15	34%
A veces	16	24%
Nunca	3	5%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 22: Pregunta 11p



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo

### **Análisis e interpretación.**

El 37% de los padres encuestados respondieron que Siempre conversan con sus hijos sobre el uso de redes sociales, el 34% afirma que lo hace Frecuentemente; el 24% respondió que conversa este tema A veces y el 5% dijo que Nunca dialoga este tema con sus hijos.

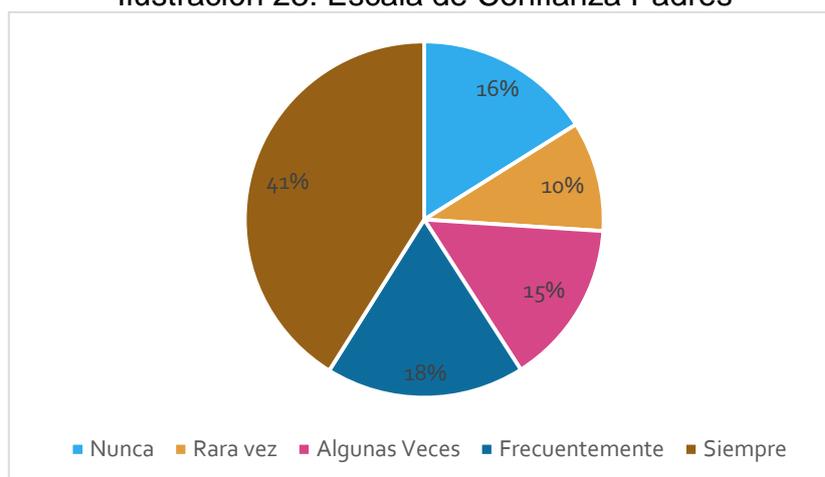
### 3.9.3. Resultados del Inventario de Apego con Padres y Pares (IPPA, 1987).

Tabla 31: Escala de Confianza Padres		
Categoría Padres		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	101	16%
Rara vez	93	10%
Algunas veces	64	15%
Frecuentemente	113	18%
Siempre	259	41%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.

Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 23: Escala de Confianza Padres



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.

Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

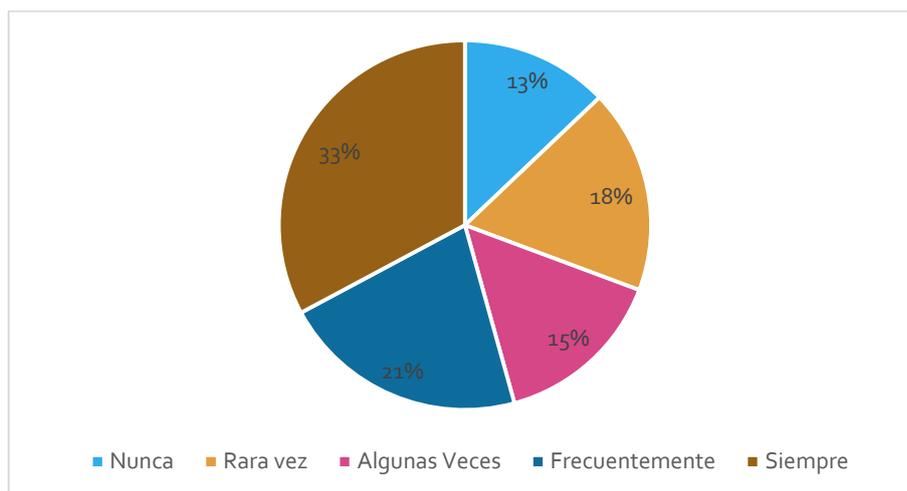
#### Análisis e interpretación.

Los resultados de mayor a menor tenemos que el 41% de los estudiantes mantiene Siempre la confianza con su madre/padre; le sigue la opción Frecuentemente con 18%; las siguientes opciones de Algunas veces, Rara vez y Nunca obtuvieron el 15, 10 y 16% respectivamente. Resultados favorables en cuanto a los niveles de confianza de hijos a padres.

Tabla 32: Escala de Comunicación Padres		
Categoría Padres		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	18	13%
Rara vez	25	18%
Algunas veces	21	15%
Frecuentemente	30	21%
Siempre	46	33%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 24: Escala de Comunicación Padres



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

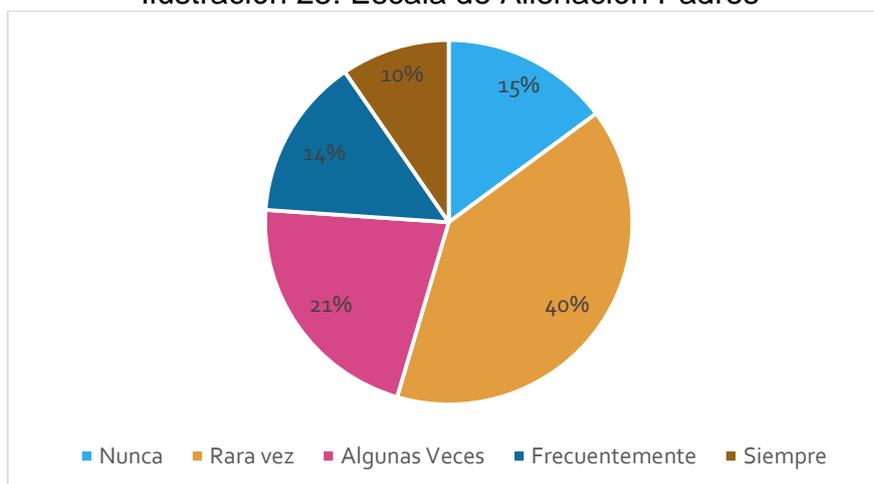
### **Análisis e interpretación.**

Siguiendo con el patrón de inicio tenemos que la comunicación se muestra estable, el 33% para Siempre y el 21% para Frecuentemente; las opción Algunas veces obtuvo el 15%, Rara vez el 18% y Nunca el 13%. Los resultados concluyen que aunque más del 50% el otro tanto por ciento tiene deficiencias en la comunicación con sus padres.

Tabla 33: Escala de Alienación Padres		
Categoría Padres		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	31	15%
Rara vez	83	40%
Algunas veces	45	21%
Frecuentemente	30	14%
Siempre	20	10%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 25: Escala de Alienación Padres



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

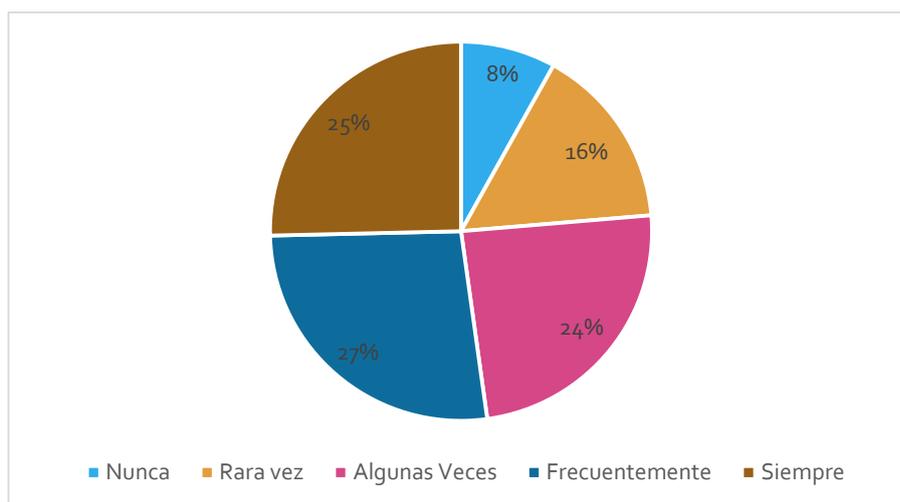
### **Análisis e interpretación.**

En la escala de alienación tenemos que el 40% han tenido Rara vez situaciones en las que se sienten ajenos a sus padres y actividades, luego está la opción Algunas veces con el 21%, el 15% corresponde a Nunca, con una mínima diferencia continúa Frecuentemente con el 14% y la opción Siempre con el 10%. Se resume que la alienación en la relación hijo – padre está presente en aproximadamente en 55%.

Tabla 34: Escala de Confianza Pares		
Categoría Pares		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	33	8%
Rara vez	64	16%
Algunas veces	99	24%
Frecuentemente	110	27%
Siempre	104	25%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 26: Escala de Confianza Pares



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

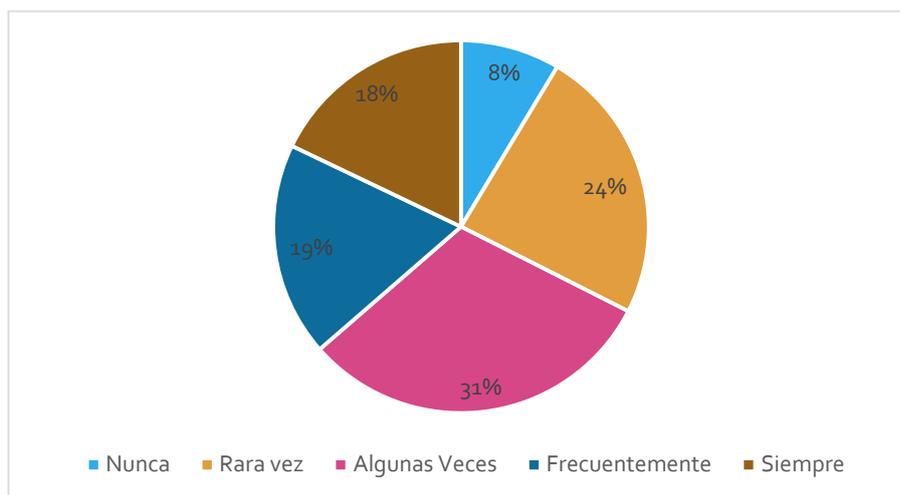
### **Análisis e interpretación.**

El gráfico permite verificar los niveles de confianza entre los adolescentes, para Frecuentemente el 27%, 25% para Siempre; Algunas veces obtuvo el 24%, las opciones de Rara vez y Nunca obtuvieron el 16 y 8% respectivamente. Por lo tanto los niveles de comunicación se encuentran estables en más del 50% de los estudiantes mantiene comunicación.

Tabla 35: Escala de Comunicación Pares		
Categoría Pares		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	24	8%
Rara vez	67	24%
Algunas veces	87	31%
Frecuentemente	52	19%
Siempre	50	18%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 27: Escala de Comunicación Pares



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

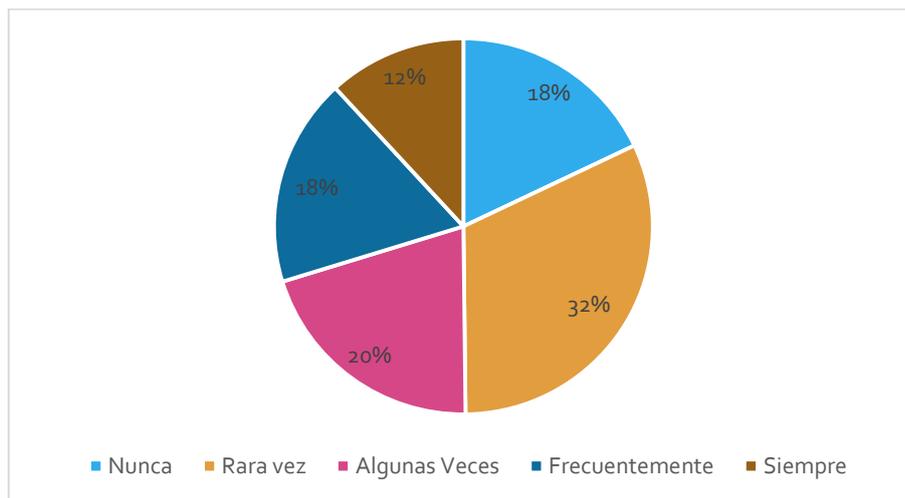
### **Análisis e interpretación.**

En la escala de comunicación vemos que los criterios están contrastados, la opción Nunca tiene 8%; Rara vez con 24%; con mayor porcentaje tenemos a la opción Algunas veces con 31%, Frecuentemente 19% y 18% para Siempre. Los porcentajes nos indican que la comunicación entre los estudiantes tiene momentos en los que no es efectiva.

Tabla 36: Escala de Alienación Pares		
Categoría Pares		
Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	50	18%
Rara vez	89	32%
Algunas veces	57	20%
Frecuentemente	50	18%
Siempre	33	12%

Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Ilustración 28: Escala de Alienación Pares



Fuente: Resultados de los instrumentos aplicados.  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

### **Análisis e interpretación.**

Estos resultados muestran el grado en que los estudiantes se sienten parte o ajenos al grupo de amistades al que pretenden: 18% para Nunca; 32% para Rara vez; 20%, la opción Frecuentemente obtuvo el 18% y el 12% lo tiene Siempre. En conclusión tenemos que más del 50% tiene deficiencias a la hora de establecer relaciones interpersonales con sus pares.

### **3.10. Verificación de hipótesis.**

La evaluación de los resultados en las encuestas y escala aplicadas a estudiantes y padres de familia dieron la verificación de la hipótesis planteada desde el principio de la investigación. Las preguntas claves para comprobar la hipótesis fueron:

- ¿Te ayuda a relacionarte con los demás el hecho de tener cuenta en redes sociales? A la que respondieron afirmativamente el 24% para Siempre y el 38% para Frecuentemente, para estos adolescentes el mantener activa una cuenta en redes sociales lo ayuda a mantener relaciones con los demás; el 34% de la opción A veces, porcentaje más alto considera que solo en ocasiones esto es cierto.
- Se verifico en los resultados de la pregunta 7e, los estudiantes respondieron que comunicaban sus sentimientos en redes sociales en un 17 y 27% para siempre y frecuentemente, el porcentaje más alto lo obtuvo la opción A veces con 36%, las razones que motivan a este grupo de adolescentes a publicar sus estados de ánimo coinciden en manifestar como están y como se sienten para que todos sus amigos en redes sociales lo sepan, otros fueron más allá respondiendo que lo hacían cuando necesitaban un consejo. Esta necesidad coincide con el déficit de comunicación que arrojó el Inventario de Apego entre Pares que explicaremos más adelante.

- Los estudiantes respondieron que sus tareas escolares y en el hogar se veían afectadas por el uso de redes sociales en el 45% para A veces, quiere decir que este porcentaje de adolescentes admiten que en ocasiones sus actividades son desplazadas por el uso de redes sociales, no existe control de actividades y tiempos, mientras que Frecuentemente obtuvo el 20% y aunque descartamos adicciones existen factores que predisponen a estos grupos a padecerla.
- Al realizar la evaluación de resultados en el Inventario de Apego de Padres y Pares se constató que las relaciones entre padres e hijos se mantienen estables niveles de confianza con el 52% correspondientes a las opciones en la escala de Siempre y Frecuentemente. El 48% restante presentan dificultades que deben ser evaluadas con el propósito de intervenir y mejorar la confianza familiar.
- En cuanto a la comunicación, los niveles porcentuales de especial atención los tienen las opciones Nunca con el 13% y Rara vez con 18% porcentaje; lo que indica que el 31% de los estudiantes no comunican sus emociones y pensamientos a su figura parental cercana, que existen barreras en la comunicación que “superan” al manifestar dichas emociones en redes sociales.

- Para el área de alienación se comprueba que el 50% de los adolescentes tiene apego inseguro, el 20% presentan apego evitativo y el 30% restante apego seguro, por lo que los estilos de las relaciones interpersonales que desarrollan hasta el momento se atribuyen a las características de los tipos de apego que tienen con la figura parental de su infancia.
- En el sub-inventario para pares los resultados difieren en el 5% con los resultados del sub-inventario de padres, los adolescentes que presentan apego seguro suman el 24% de los adolescentes evaluados, el apego pasivo tiene el 21% y el 55% restante corresponde al tipo de apego inseguro.

En consecuencia las relaciones interpersonales dependen del estilo de apego, gracias a la aplicación del inventario se demuestra que las relaciones entre padres e hijos no muestran los mismos niveles de confianza, comunicación y apego que en las relaciones con sus pares.

### **3.11. Conclusiones y recomendaciones.**

#### **3.11.1. Conclusiones**

- Las redes sociales son una herramienta de la que, se debe conocer su manejo adecuado, posee características positivas que potenciándolas para actividades productivas (sociales y educativas), ayudan de forma

significativa en muchas áreas de la vida del estudiante, sin que estas se conviertan en la única opción para desenvolverse y que no se conviertan en pretexto para incumplir tareas en casa y colegio, es vista profesionalmente como una herramienta y no como única alternativa para desarrollar actividades sociales.

- La prohibición de equipos con acceso a redes sociales ha creado un concepto negativo en los estudiantes, algunos docentes de la institución usan la red social como otra forma de realizar y presentar trabajos autónomos, la socialización de un proyecto que combine reglas con control en casa como en el colegio permitirá que el uso de dispositivos con acceso a redes sociales no se convierta en un distractor para los estudiantes sino como un útil escolar al que acudirán cada vez que sea necesario y no de forma compulsiva.
- La influencia de las redes sociales no permiten el desarrollo de la comunicación asertiva y de la capacidad de expresar emociones de la forma y en el momento adecuado, acentuando la baja autoestima, el descontrol y conductas ansiosas en los adolescentes. Las redes sociales se están convirtiendo en la puerta de escape en la que pueden verter sus emociones sin recibir la guía adecuada, al no poseer las habilidades de comunicación y el discernimiento que les permita buscar la asesoría que necesitan.

- Se pudo determinar los Estilos de Relaciones Interpersonales, predominando el Agresivo 40% y el Asertivo 30%, el estilo Pasivo se encuentra en el 20% de los estudiantes, dados por la forma como son educados en el hogar, la combinación de los grupos estudiados permiten que los adolescentes funcionen bien en conjunto, factor que puede aprovecharse para ayudar a los compañeros que no poseen habilidades sociales.
- Los porcentajes vertidos por los instrumentos psicológicos no presentaron indicadores de adicción pero presentan posibilidades de adquirirla de no actuar a tiempo en los hábitos, tanto para redes sociales como para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables y duraderas.

### **3.11.2. Recomendaciones.**

- La participación de los padres de familia en la prevención de los problemas psicosociales a los que están expuestos los adolescentes, sus hijos, es fundamental por lo que se propone que participen en actividades psicoeducativas para regular el uso de redes sociales y que estas no interfieran en las actividades cotidianas e importantes de los adolescentes.

- Socializar con los docentes y autoridades de la institución educativa las los tipos, ventajas y desventajas de las redes sociales así como la forma de insertarlas en las actividades escolares de los estudiantes para trabajar en el control y no en la prohibición que acentúa los problemas ya presentados en el colegio.
- Las habilidades sociales son capacidades que posee cada persona, innatas según la personalidad que posea o aprendidas porque ha aprovechado las oportunidades presentadas, entonces la inversión de tiempo y espacio para fortalecer y enseñarlas a los adolescentes es importante en esta etapa de su vida, las habilidades que puedan desarrollar les servirán en cualquier momento y ámbito.
- El fortalecimiento de las relaciones interpersonales en el hogar y en el colegio es primordial para los adolescentes en su preparación para la vida adulta, por lo que se recomienda incluir actividades en las que puedan interactuar con sus padres de familia, mejorando y fortaleciendo sus vínculos. De darse este fortalecimiento su reflejo sería el mejoramiento de sus relaciones entre pares.

- La prevención en el momento presente, con los datos recogidos de la población muestra, es idónea para el efectivo ejercicio de la actividad psicológica. La promoción y prevención de las adicciones las tics, al internet y las patologías a las que se predisponen las personas en redes sociales son temas que deben ser socializados con los estudiantes, con información científica y real que les muestre la realidad a las que se exponen diariamente.

**CAPÍTULO IV**  
**MARCO ADMINISTRATIVO**

**4.1. Recursos:**

RECURSOS	INSTITUCIONALES	
	<b>Colegio Mixto “UPSE”</b>	
	<b>HUMANOS</b>	
	Estudiantes, Docentes Tutores y Padres de Familia	
	<b>MATERIALES</b>	
	Libros, internet, computadora, laptop, impresora, materiales de oficina.	
	<b>ECONÓMICOS</b>	
	<b>INVERSIÓN</b>	
	Computador	850.00
	Impresora	200.00
	Cámara fotográfica	200.00
	<b>TOTAL GASTOS DE INVERSIÓN:</b>	<b>1650.00</b>
	<b>OPERACIÓN</b>	
	Materiales de oficina	150.00
	Movilización	200.00
	Consumo de teléfono	120.00
	Consumo de internet	240.00
	Anillados	80.00
	Empastados	100.00
	Alquiler de proyector de imágenes	200.00
	Material	50.00
	<b>TOTAL GASTOS DE OPERACIÓN:</b>	<b>1140.00</b>
	<b>HONORARIOS</b>	
Asesor de Tesis	400.00	
Gramatólogo	100.00	
<b>TOTAL GASTOS DE HONORARIOS:</b>	<b>500.00</b>	
<b>IMPREVISTOS</b>	<b>164.50</b>	
<b>TOTAL DE PRESUPUESTO:</b>	<b>3454.50</b>	

## 4.2. Cronograma

ACTIVIDADES	Abr 2014	May 2014	Jun 2014	Jul 2014	Ago 2014	Sep 2014	Oct 2014	Nov 2014	Dic 2014	Ene 2015	Feb 2015	Mar 2015	Abr 2015
1. Selección del Tema	■	■											
2. Búsqueda de Información (bibliografía)		■	■	■									
3. Análisis del problema y la propuesta				■	■								
4. Elaboración del diseño del trabajo de investigación					■	■							
5. Presentación del tema a Consejo Académico							■						
6. Aprobación de Consejo Académico								■	■				
7. Elaboración del Proyecto										■			
8. Elaboración del marco teórico										■			
9. Recolección de información										■	■		
10. Procesamiento de datos											■		
11. Análisis de los resultados y conclusiones											■		
12. Formulación de la propuesta												■	
13. Revisión Comisión Trabajo de Titulación												■	
14. Aprobación y designación del Tutor por Consejo Académico para sustentación												■	
15. Presentación de la Tesis Completa a Consejo Académico												■	■
16. Defensa													■

## **CAPITULO V**

### **PROPUESTA**

#### **5.1.- Datos informativos.**

El presente trabajo de investigación, “Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014 - 2015”, tiene como los siguientes datos informativos:

CÓDIGO DE AMIE: 24H00361

FECHA DE RESOLUCIÓN: Resolución N° 0000002 del 20 de Febrero del 2009 y Resolución N° 0000004 del 9 de marzo del 2009

RÉGIMEN: COSTA

SOSTENIMIENTO: Particular

JORNADA: Matutina y Vespertina

NIVEL/ES: Básica Superior y Bachillerato General Unificado

PROVINCIA: Santa Elena

CANTÓN: La Libertad

PARROQUIA: La Libertad

CORREO ELECTRÓNICO: [colegioupse@gmail.com](mailto:colegioupse@gmail.com)

PORTAL WEB: [www.coupse.edu.ec](http://www.coupse.edu.ec)

ZONA: 5 – Distrito 24D01- Circuito 24D02C04\_05

No. DE ESTUDIANTES: 1182

NÚMERO DE PERSONAL DOCENTE CONTRATO DISTRITO: 43

NÚMERO DE PERSONAL ADMINISTRATIVO: 5

## **TÍTULO DE LA PROPUESTA**

### **GUÍA PARA EL FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES SOCIALES Y MANEJO ADECUADO DE LAS REDES SOCIALES CON ADOLESCENTES.**

#### **5.2. Antecedentes de la propuesta.**

Las Pasantías Pre – Profesionales dirigidas por la Carrera de Psicología a través de la UPSE, posibilitaron recoger evidencias acerca de un problema que fue agudizándose en el presente año lectivo en el Colegio Mixto Particular UPSE, la retención de los teléfonos celulares en la institución debido al incumplimiento de una disposición institucional, las razones por las cuales los estudiantes se reusaban a cumplir la norma y a exponerse a la retención de su dispositivo fue despejándose conforme fueron pasando los días.

Surgieron inconvenientes entre estudiantes que se suscitaban en redes sociales, los conflictos entre pares que comenzaban en el centro de estudio y eran propagados en redes sociales o que, surgían de comentarios emitidos en redes y eran motivo de enfrentamientos entre compañeros en el colegio. Además de esto se vieron casos de cyberbullying o ciberacoso

entre compañeros, los que se trató directamente con los estudiantes implicados.

En los meses de Julio, Agosto y Septiembre se registraron mayor número de equipos celulares retenidos por el departamento de inspección, en las entrevistas realizadas, ellos aseguran que estos equipos distraen a todos los estudiantes y no solo al propietario, que son requisados debido a que interrumpen las actividades normales en el salón de clases o usados en los baños; por lo que los estudiantes usan de pretexto el permiso a los servicios higiénicos, aseguran los inspectores que generalmente al momento de la detención los estudiantes están conectados en su red social, chateando o revisando publicaciones.

La situación ha llegado a crear conflictos con estudiantes, padres de familia y docentes, pues no todos hacen cumplir la norma tal y como es, aplicada al criterio de cada docente o inspector surgen reclamos de estudiantes por la desigualdad en las sanciones. La situación logran controlarla como institución, con la debida comunicación hacen que los padres de familia también participen del control del uso de estos equipos tecnológicos, sin embargo los estudiantes siguen llevando sus teléfonos celulares.

Se estima desde la óptica psicológica brindar asesorías o una guía que permita mejorar la convivencia entre docentes y estudiantes, que ayude al

control sobre el uso de redes sociales y la vez que se fortalezcan las relaciones interpersonales que muestran un deterioro y manifestaciones inadecuadas que no aportan con el desarrollo integral que se busca en los adolescentes.

### **5.3. Justificación.**

El trabajo de Moreno (Blatner, 2005) comenzó el trabajo grupal que realizaba con niños, los invitaba a caracterizar los personajes de los cuentos que él les contaba, fundamentando los beneficios de este trabajo siguió aplicando y perfeccionando la técnica hasta conseguir propagar su teoría y técnica en psicoterapia, el Psicodrama.

Las obras en psicodrama y psicoterapias grupales de Jacob Levy Moreno (1978) dejaron las bases para la presente propuesta. El psicodrama tiene la virtud de invitar al grupo a interactuar con los demás mientras expresa con su cuerpo y lenguaje verbal una historia, estos ejercicios encajan acertadamente en la psico-educación de los adolescentes contemporáneos, quienes no tienen interés en clases magistrales.

La propuesta responderá a potenciar las habilidades sociales, con estrategias psicológicas fundamentadas en la psicoterapia de grupo, que como ya sabemos son sistemas integrados por personas con similares características que comparten sus experiencias buscando el apoyo entre

sus miembros y entre todos mejorar su calidad de vida. Este grupo dirigido por un psicoterapeuta brinda estrategias de afrontamiento en situaciones difíciles que exigen adaptaciones y recursos cognitivos y emocionales.

Por lo tanto la psicoterapia grupal, el psicodrama, admiten en los adolescentes la auto-identificación de sus capacidades y deficiencias en relaciones interpersonales, luego a través de sesiones dirigidas por un psicólogo trabajen en dinámicas grupales con estrategias psicológicas que mejoren el autoestima, la comunicación interpersonal.

Además del ejercicio en la expresión de emociones, el humor, la caracterización de personajes y la expresión corporal como componentes motivadores, para el desarrollo de las actividades.

#### **5.4. Objetivos.**

##### **5.4.1. Objetivo General:**

Fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes a través de la aplicación de estrategias grupales previniendo con ello la adquisición de conductas psicopatológicas producidas por los factores de riesgos presentes en el contexto donde se desenvuelven.

#### **5.4.2. Objetivos Específicos:**

- Mejorar las habilidades sociales adquiridas en los adolescentes trabajando con su autoestima y estilos de comunicación.
- Orientar a estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades sobre el manejo adecuado de redes sociales para un mejor desempeño en las relaciones interpersonales.
- Logar la participación de la comunidad educativa a fin de promocionando la importancia de las relaciones interpersonales en los adolescentes como factor primordial en la prevención de adicciones relacionadas a las redes sociales.

#### **5.5. Factibilidad.**

##### **5.5.1. Factibilidad Legal.**

El colegio como institución estatal tiene la obligación de dar cumplimiento a las normas establecidas para los organismos del estado que promuevan la salud y la educación, pilares que sostienen el progreso de las comunidades, por lo tanto la propuesta se basa en el fragmento del Reglamento a la Ley de la Salud expuesto a continuación:

#### **Reglamento a la Ley Orgánica de Salud.**

##### **CAPITULO 1.- DE LAS ACCIONES DE SALUD**

**Art. 1.-** Las áreas de salud en coordinación con los gobiernos seccionales autónomos impulsarán acciones de promoción de la salud en el ámbito de

su territorio, orientadas a la creación de espacios saludables, tales como escuelas, comunidades, municipios y entornos saludables.

**Art. 10.-** Quienes forman parte del Sistema Nacional de Salud aplicarán las políticas, programas y normas de atención integral y de calidad, que incluyen acciones de promoción, prevención, recuperación, rehabilitación y cuidados paliativos de la salud individual y colectiva, con sujeción a los principios y enfoques establecidos en el artículo 1 de esta Ley.”  
(Reglamento a la Ley Orgánica de Salud, 2008)

Para dar cumplimiento al presente proyecto tal y como lo dicta la ley de Educación el apoyo del DECE estará en la colaboración de todos el personal que componen la comunidad educativa, por lo tanto la presente propuesta tiene su fundamento en la implementación de los DECE y la colaboración de todos los miembros de la institución para poder alcanzar los objetivos en todos los estudiantes.

**Ley de Educación 6914.**

## **CAPÍTULO VI**

### **RESPONSABLES DE LOS DEPARTAMENTOS DE CONSEJERÍA ESTUDIANTIL A NIVEL CENTRAL Y A NIVEL ZONAL**

Art. 21.- Deberes y atribuciones del equipo zonal.- El quipo zonal encargado del asesoramiento y fortalecimiento de Consejería Estudiantil de los

establecimientos educativos de su respectiva jurisdicción, asumirá los siguientes deberes y atribuciones:

- g) Realizar un diagnóstico psicosocial de las problemáticas recurrentes que existan en las instituciones educativas y plantear una estrategia de intervención para los Departamentos de Consejería Estudiantil que requieran de apoyo adicional en su labor;

### **El Plan del Buen Vivir.**

#### **Objetivo 3.- Mejorar la calidad de vida de la población**

- a. Normar, regular y controlar la calidad de los servicios de educación, salud, atención y cuidado diario, protección especial, rehabilitación social y demás servicios del Sistema Nacional de Inclusión y Equidad Social, en sus diferentes niveles, modalidades, tipologías y prestadores de servicios.

*3.7. Fomentar el tiempo dedicado al ocio activo y el uso del tiempo libre en actividades físicas, deportivas y otras que contribuyan a mejorar las condiciones físicas, intelectuales y sociales de la población*

- e. Impulsar la generación de actividades curriculares y extracurriculares y la apertura de espacios que permitan desarrollar y potenciar las habilidades y destrezas de la población, de acuerdo a la condición etaria, física, de género y características culturales y étnicas.

### **5.5.2. Factibilidad Política.**

La Guía para el fortalecimiento de Habilidades Sociales y manejo adecuado de las Redes Sociales en adolescentes, está dirigido a estudiantes entre 15 y 16 años, padres de familia o representantes legales y docentes del Colegio UPSE, la participación de la comunidad educativa es importante para el cumplimiento efectivo de los objetivos propuestos en el presente trabajo.

De no contar con el DECE, se pueden implementar las actividades por el personal del colegio con la previa capacitación y orientación de un psicólogo, para que se pueda ejecutar la Guía despejando las dudas en cuanto a ejecución y habilidades que debe poseer la persona que dirija dichas actividades.

### **5.5.3. Factibilidad Técnica.**

Las actividades y talleres dirigidos a estudiantes y padres de familia se pueden realizar en la institución ya que cuenta con aulas amplias, proyectores en caso de necesitarlos, espacios abiertos como el patio y las canchas de básquet con gradas, que permiten el desarrollo de las actividades con la debida planificación y orden de los participantes y las personas que estarán dirigiéndolos.

## **5.6. Fundamentación.**

### **5.6.1. Fundamentación Psicológica.**

Virginia Satir en su obra afirma “los estilos de comunicación afectan también que tan productiva y creativamente manejemos nuestras relaciones, resolvamos los problemas humanos de todos los días y desarrollemos las capacidades que nos son únicas” (1991). Busca en la comunicación los canales para lograr un fortalecimiento personal y de familia, y en el presente trabajo podemos fusionar estos ámbitos en las relaciones interpersonales con las estrategias de los psicólogos humanistas y la psicoterapia de grupo.

Por su parte Carl Rogers afirma que la confianza necesaria para relacionarse con los otros depende entre otros factores de las Condiciones de valía y el respeto positivo por otros; estos factores se origina en la infancia cuando el niño depende de los cuidados y atenciones de otros; dando paso a la necesidad de la aceptación de los demás, el respeto positivo al que se ajustara según los requerimientos de las personas que lo rodean dejando de lado su espontaneidad y naturaleza real.

Por lo que según estos conceptos teóricos de la Psicología Humanista nos brindan las bases para asegurar que la propuesta presentada es una aportación interesante a las relaciones interpersonales de los

adolescentes, convirtiéndose en el espacio para ser espontáneos, extrovertidos, a sacar su yo interno.

### **5.6.2. Fundamentación Sociológica.**

Manuel Castells en su obra “La era de la información: Economía, Sociedad y Cultura” (2006) expresa como en una realidad dialéctica, los sucesos humanos responden a los fenómenos de innovación tecnológica en los que estamos inmersos que ya forman parte de nuestra vida como un nueva forma de comunicación, una realidad virtual que no deja de ser eso, algo real, que sucede y que se transforma.

Castells expresa “esta virtualidad es nuestra realidad porque es dentro de la estructura de esos sistemas simbólicos atemporales y sin lugar donde construimos las categorías y evocamos imágenes que determinan la conducta, inducen la política, nutren los sueños y alimentan las pesadillas” (2006); recogiendo en esta reflexión todos los sucesos que tienen lugar en redes sociales, recogiendo los aspectos positivos y los negativos en una sola expresión.

## 5.7. Metodología, plan de acción.

### PLAN DE ACCIÓN

Enunciados	Indicadores	Medios de Verificación
<p><b>Fin:</b> Diseñar una Guía de fortalecimiento de las habilidades sociales que aporta al desenvolvimiento de relaciones interpersonales saludables y a controlar el uso de redes sociales.</p>	<p>Mejorar en un 85% desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes en el colegio.</p>	<p>Guía para el fortalecimiento de Habilidades Sociales y manejo adecuado de las Redes Sociales en adolescentes</p>
<p><b>Propósito:</b> Fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes estudiantes del colegio UPSE, a través de la aplicación de estrategias grupales.</p>	<p>Fortalecer las habilidades sociales como la autoestima, la comunicación asertiva y la empatía de los adolescentes en un 85%</p>	<p>Dinámicas grupales para el desarrollo de habilidades sociales, psicodramas y talleres.</p>
<p><b>Salón de clase y áreas libres</b></p>		

Lugar o infraestructura donde se desarrollaran las actividades	Planificar las actividades y tiempo cuidando el cumplimiento de los objetivos trazados en beneficio de los estudiantes.	Estudiantes, padres de familia y docentes.
<b>Actividades:</b> Socializar el manual de estrategias con los docentes a fin de que conozcan su contenido.	Alcanzar que el 85% de los docentes apliquen el manual de estrategias.	Manual de estrategias.

**Elaborado por:** Jaclyn Solano Ricardo, Carrera de Psicología, UPSE.

En la Ley Orgánica de Educación, su artículo 58 establece la importancia de la atención integral de los estudiantes en proceso de formación como mecanismo a ser implementado por el Departamento de Consejería Estudiantil en las instituciones educativas sin discriminar niveles.

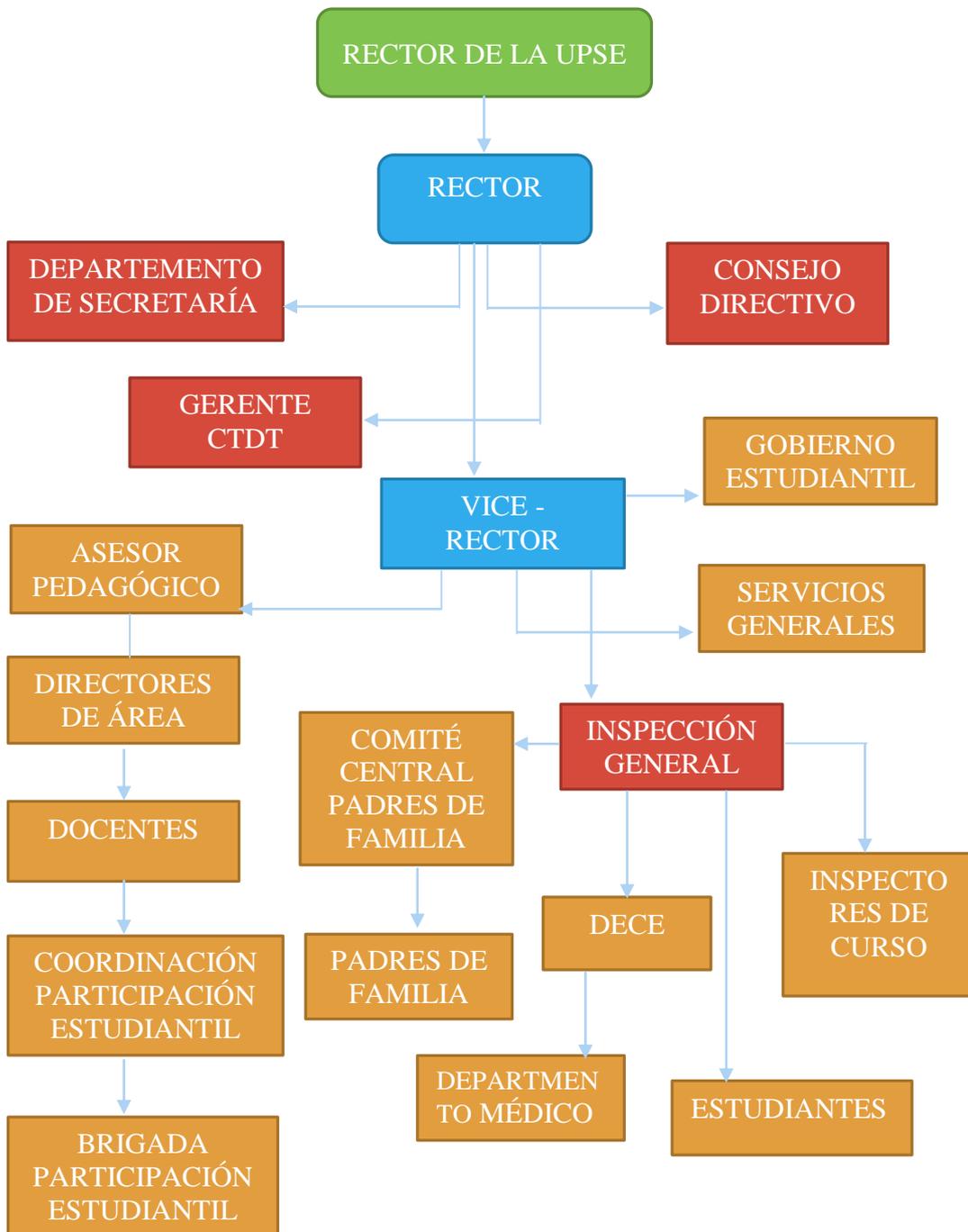
A la vez el Código de la niñez y adolescencia en su artículo 38 promueve que los objetivos en los programas de educación básica y media garanticen los conocimientos, valores y actitudes necesarios para: a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo (Código de la Niñez y Adolescencia, 2003).

En el momento presente los adolescentes necesitan pautas que los orienten en un mundo mega diverso pero sin estructuras que se despejen antes ellos de forma clara, tienen muchos recursos que no saben utilizar y sacarle provecho. No dejan de requerir la guía en primer lugar de su familia, representantes o tutores que les brinden afecto y apoyo, requieren de educadores que les guíen en el aprovechamiento de la educación que reciben y requieren de la ayuda social, quienes los miran desenvolverse naturalmente en un mundo cambiante.

Consecuentemente la propuesta planteada responde a la necesidad del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, con el fin de abordar el desarrollo psicosocial y a su vez mejore el aprendizaje de los adolescentes.

## 5.8. Administración.

### 5.8.1. Organigrama Estructural.



### **5.8.2. Organigrama Funcional.**

El organigrama de funciones en el Colegio UPSE está constituido de tal forma que se efectúen todas las exigencias del sistema educativo vigente, el organigrama tiene la siguiente estructura:

#### **Funciones del Rector:**

- Socializar y promover el cumplimiento de las actividades contenidas en la Guía para fortalecer las habilidades sociales, con docentes e inspectores del colegio garantizando con ello el conocimiento y consentimiento de participación.
- Planificar junto con docentes y DECE las actividades a desarrollarse con estudiantes, procurando una preparación que permita el cumplimiento de los objetivos de cada actividad.
- Facilitar el lugar, equipos y materiales con los que pueda contribuir el colegio disponiendo de la ayuda del personal competente.
- Incentivar la asistencia a los talleres y actividades en docentes y padres de familia promoviendo la importancia de los mismos para la educación integral de los estudiantes.

#### **Funciones del Docente tutor e Inspectores**

- Planificar junto con autoridades y DECE las actividades a desarrollarse con estudiantes, procurando una preparación que permita el cumplimiento de los objetivos de cada actividad.

- Motivar a estudiantes y padres de familia a participar en las actividades descritas en la Guía como manera de fomentar el crecimiento individual y social en toda la comunidad educativa.
- Participar de las actividades como tutor y guía de los estudiantes.

### **Funciones de los Padres de familia o representantes**

- Participar de forma activa asistiendo a las actividades que son convocados, garantizando la participación conjunta con sus representados en pro del mejoramiento de sus relaciones familiares.
- Vigilar el cumplimiento de las recomendaciones brindadas en cada taller, comunicándose periódicamente con el docente.
- Informarse acerca de las necesidades de sus hijos así como de los riesgos psicosociales previniendo futuros problemas con la comunicación oportuna desde casa.

### **5.9. Previsión de la evaluación.**

PREGUNTAS	PLAN DE EVALUACIÓN
1.- ¿Qué evaluar?	La Guía para el fortalecimiento de Habilidades Sociales y manejo adecuado de las Redes Sociales en adolescentes posee estrategias de evaluación para ellos y actividades enmarcadas en la participación grupal que incluye a toda la comunidad educativa.
2.- ¿Por qué evaluar?	La identificación de las características de personalidad que los hacen acreedores de ciertas habilidades sociales les permitirá conocer qué cualidades deben

fomentar y llenar esos vacíos desde ahora con herramientas prácticas.

- 3.- ¿Para qué evaluar? Para fortalecer las habilidades sociales que poseen y aprender nuevas, para el afrontamiento de situaciones estresantes y difíciles a las que se ven expuestos los adolescentes y no saben cómo manejarlas.
- 4.- ¿Con qué criterios? Inventario de Apego de Padre y Pares (IPPA)  
Encuestas aplicadas a estudiantes y padres de familia
- 5.- ¿Cuáles son los Indicadores?
- Mejorar en un 85% desarrollo de las relaciones interpersonales de los adolescentes en el colegio.
  - Fortalecer las habilidades sociales como la autoestima, la comunicación asertiva y la empatía de los adolescentes en un 85%.
  - Alcanzar que el 85% de los docentes apliquen el manual de estrategias.
- 6.- ¿Quién evalúa? Jaclyn Solano Ricardo egresada de la Carrera de Psicología de la UPSE.
- 7.- ¿Cuándo evaluar? Al término de las actividades en la propuesta.
- 8.- ¿Cómo evaluar? Análisis de datos vertidos en las Encuestas  
IPPA  
Entrevistas a docentes e inspectores.
- 9.- ¿Cuáles son las fuentes de información? Estudiantes  
Padres de familia  
Inspectores  
Registro de asistencia a talleres.
- 10.- ¿Con qué instrumentos evaluar? Los instrumentos que se utilizarán son la entrevista, la encuesta, registros de asistencia, videos

## 5.10. Presentación y socialización de Propuesta.



GUÍA PARA EL FORTALECIMIENTO DE  
HABILIDADES SOCIALES Y MANEJO  
ADECUADO DE LAS REDES SOCIALES CON  
ADOLESCENTES.

## CONTENIDO:

# Estrategias Grupales:



# Talleres: Las redes sociales: la nueva forma de comunicarnos

1

- Conceptos
- Tipos y características

2

- Ventajas
- Desventajas

3

- Peligros en redes sociales
- Adicción al internet y redes sociales
- Recomendaciones

## INTRODUCCIÓN

La presente guía recoge varias dinámicas que ejercitan el ejercicio grupal de las habilidades sociales que se necesitan fortalecer en los adolescentes, esquematizados de tal manera que implique el gasto menor de materiales y tiempo a la vez que incentive a los estudiantes a participar en las dinámicas propuestas. Al final de cada actividad el facilitador reflexiona sobre el trabajo realizado e incentiva a los participantes a sacar sus propias conclusiones.

Las actividades para estudiantes son altamente dinámicas que sugieren mucha espontaneidad de parte del facilitador, lo que servirá de “enganche” para motivar a los adolescentes estudiantes.

Para los padres de familia se ofrecen tres talleres en los que se hablara de las redes sociales, su utilización, características, ventajas y desventajas de una forma práctica y entendible. A la vez se les proporciona instrumentos informativos para que se apliquen en el hogar y se pueda prevenir cualquier situación no deseada producida por el uso de redes sociales.

## **OBJETIVOS:**

### **Objetivo General:**

Fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes a través de la aplicación de estrategias grupales previniendo con ello la adquisición de conductas psicopatológicas producidas por los factores de riesgos presentes en el contexto donde se desenvuelven.

### **Objetivos Específicos:**

- Mejorar las habilidades sociales adquiridas en los adolescentes trabajando con su autoestima y estilos de comunicación mediante talleres grupales que inviten a una participación activa.
- Orientar a estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades sobre el manejo adecuado de redes sociales para un mejor desempeño en las relaciones interpersonales.
- Logar la participación de la comunidad educativa a fin de promocionando la importancia de las relaciones interpersonales en los adolescentes como factor primordial en la prevención de adicciones relacionadas a las redes sociales.

## **Habilidades Sociales.**

### **Introducción.**

Las habilidades sociales constituyen en el ser humano el conjunto de herramientas para desenvolverse y relacionarse socialmente de forma efectiva, tienen la facultad de permitir asociaciones personales satisfactorias y en ocasiones duraderas, que dejan sensaciones positivas en las personas que las poseen y en aquellas que interactúan con ellas.

Algunos rasgos en el carácter y formación contextual del niño, hacen que la adquisición de estas habilidades no sea tarea difícil, sin embargo para quienes no las poseen ni han tenido una formación infantil adecuada, el aprendizaje y aplicación de las habilidades sociales se vuelve una tarea compleja.

En la etapa del ser humano que comprende la transición de la niñez a la adultez denominada Adolescencia, las habilidades sociales se vuelven importantes a la hora de conocer nuevas amistades y conseguir la popularidad social necesaria para sentirse parte de un grupo. El desarrollo de su personalidad se refleja en la búsqueda de patrones de comportamientos que ya están instaurados en la sociedad, el Autoconcepto y Autoestima le permiten discernir cual será el modelo social con el que se siente más a gusto, pero la pertenencia a este grupo dependerá del manejo inter e intrapersonal.

Cuando no hay ningún referente que motive el desarrollo de las habilidades sociales o que les permita aprenderlas, surgen molestias internas, frustraciones y pensamientos repetitivos que afectan la Autoestima y la percepción que el individuo tiene de la sociedad. Los riesgos de no tener habilidades sociales son la adquisición de conductas anormales o

psicopatológicas o adquirir alguna adicción, puede ser alcohol y drogas, o las nuevas adicciones como internet y redes sociales.

## 1° ESTRATEGIA GRUPAL

### AUTOESTIMA.



**Título de la dinámica: “Recuerdo que...”**

**Objetivo:** Reflexionar sobre la historia personal y los factores que influyen en nuestras vidas.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Fichas con las listas de frases.

**Participantes:** De 5 a 40 personas.

**Desarrollo:** Los alumnos, en grupos de 4 o 5 personas, deben pensar en un personaje, que puede ser real o imaginario, muy parecido a ellos o diferente.

Tienen que crear su vida eligiendo las distintas frases de la lista. Escribirán la vida entera de su personaje y decidirán su nombre. Al final hara la representación ante el grupo general.

#### **Conclusiones y evaluación:**

El profesor guía la reflexión a través de preguntas como:

- ✓ ¿Cómo le va en sus estudios?
- ✓ ¿Qué le ayudó? ¿Qué le resultó difícil?
- ✓ ¿Qué papel tuvo su familia en su vida?

#### **Listas de frases.**

##### **Grupo 1:**

- ✓ Nació en una familia de clase media-baja.
- ✓ Nació en una familia con buenas posibilidades económicas.

##### **Grupo 2:**

- ✓ Es el/la mayor de todos/as sus hermanos/as.
- ✓ Es el/la hermano/a menor.

##### **Grupo 3:**

- ✓ Es un hombre.
- ✓ Es una mujer.

##### **Grupo 4:**

- ✓ De pequeño/a le gustaba quedarse en casa y no tenía muchos amigos/as.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Le encantaba jugar en la calle con sus amigos/as.</li> <li>Tenía amigos/as de muchos países y jugaban a juegos de todos los países del que provenían.</li> </ul>
<p><b>Grupo 5:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Las asignaturas que mejor le van en el colegio son...</li> <li>✓ No le gusta ir al colegio.</li> <li>Le va muy bien en el colegio.</li> </ul>	<p><b>Grupo 6:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Siempre le ha gustado leer.</li> <li>✓ Hace mucho deporte.</li> <li>✓ Le encanta ir al campo y realizar juegos al aire libre.</li> <li>✓ Ayuda en la cocina.</li> <li>✓ Le gusta arreglar carros.</li> </ul>

## 2° ESTRATEGIA GRUPAL

### AUTOESTIMA.



**Título de la dinámica: “Cualidades”**

**Objetivo:** Descubrir qué cualidades se tiene y aprender a hablar sobre ello. Aprender a ver las cualidades que tienen otros estudiantes.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Bolígrafo, papel y una caja.

**Participantes:** De 4 a 12 estudiantes.

**Desarrollo:** Da a cada uno bolígrafo y papel. Los estudiantes escribirán su nombre en un papel. Lo pondrán en la caja. Sin mirar, sacarán un trozo de papel.

Escribirán 3 cualidades positivas sobre la persona de la que han sacado el nombre. Cada uno leerá en alto lo que hayan escrito sobre esa persona. La clase tendrá que adivinar quién es el compañero/a.

#### **Conclusiones y evaluación:**

Hablar sobre cómo ha sido para cada uno/a escuchar cosas positivas sobre sí mismo/a. Cuando aprendes a conocer tus cualidades positivas te da más autoestima.

### 3° ESTRATEGIA GRUPAL

#### LA COMUNICACIÓN



**Título de la dinámica: “Sin palabras”**

**Objetivo:** Ser consciente de la importancia de la dimensión no verbal de la comunicación

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Hojas con expresiones de la cara (una por cada par de estudiantes).

Documento con información sobre la comunicación no verbal.

Situaciones a representar por los estudiantes.

**Participantes:** De 2 a 30 personas.

#### **Desarrollo:**

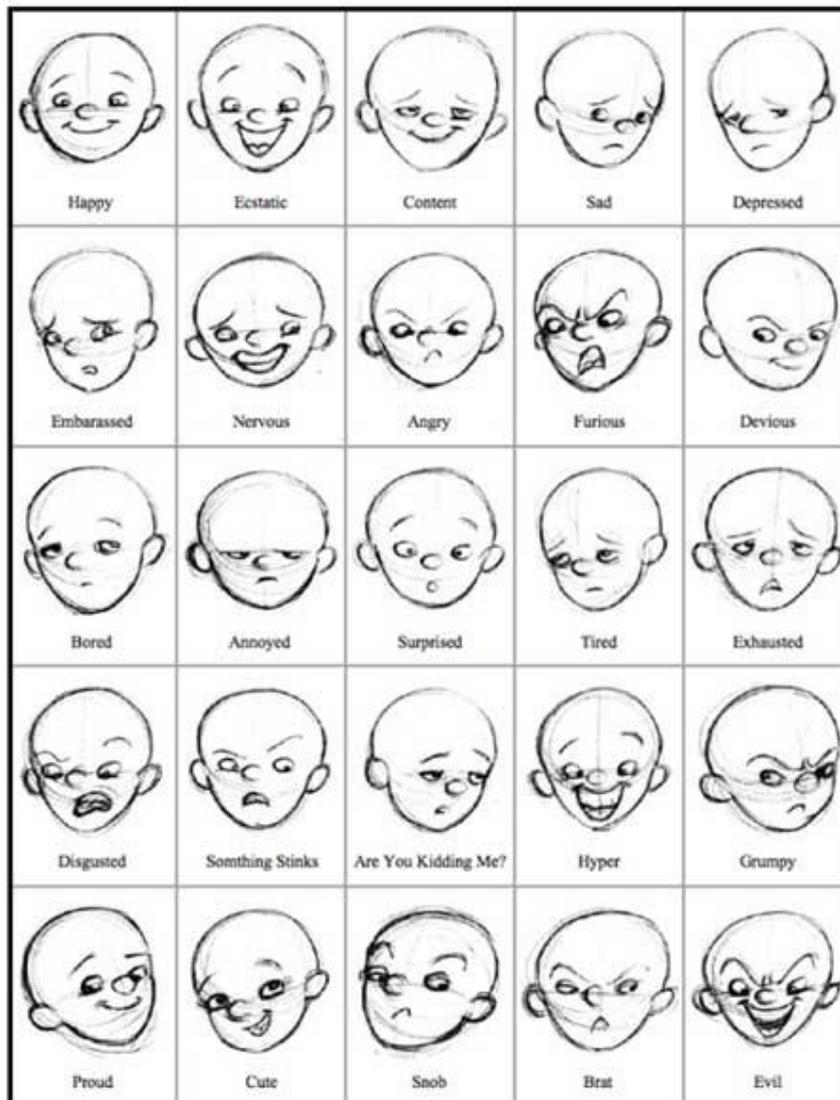
1. Los estudiantes, en parejas, analizarán las expresiones de los rostros en las hojas y deciden qué emociones muestran. Después, se ponen en común y se reflexiona sobre la importancia de la comunicación no verbal.
2. El profesor/a lleva a cabo una breve presentación sobre la comunicación no verbal con un Power Point (presentación visual).
3. A continuación, algunos estudiantes (individualmente) representan diferentes situaciones utilizando la comunicación no verbal y los demás tienen que adivinar de qué situación se trata y qué emociones son representadas.
  - ✓ Estás en la parada del autobús, y el autobús va algo retrasado, tienes prisa porque tienes una cita en el médico...
  - ✓ Estás en urgencias del Hospital, has llevado a tu abuela porque no se sentía bien...
  - ✓ La empresa para la que tuviste ayer una entrevista de trabajo te acaba de llamar: ¡has conseguido el trabajo!

- ✓ Estás en clase, escuchando al profesor que lleva hablando 2 horas. Estás aburrido/a.

**Conclusiones y evaluación:**

El profesor orienta el procedimiento de reflexión sobre la importancia de la comunicación no verbal utilizando las siguientes preguntas: ¿Cómo expresamos nuestras emociones hacia los demás? ¿Qué es la comunicación no verbal?

**Expresiones faciales**



DaniDraws.com Copyright © 2007 Dani Jones

## 4° ESTRATEGIA GRUPAL

### LA COMUNICACIÓN



**Título de la dinámica: “Información de un accidente”.**

**Objetivos:**

- \* Estimular la reacción emocional y la relación personal.
- \* Estudiar las distorsiones introducidas en un mensaje transmitido entre varios individuos.
- \* Ser consciente de las interferencias culturales de una situación imprevista.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:**

- \* El mensaje a transmitir.
- \* Una hoja de observaciones.
- \* Una pizarra.
- \* Una grabadora (opcional).

**Participantes:** 8 participantes y observadores elegidos entre los participantes.

**Desarrollo:**

1. El organizador/a elige 6 participantes al azar.
2. Cinco de los seis participantes van a otra habitación. Uno de ellos se queda con el organizador/a y los observadores.
3. El organizador/a distribuye a los observadores las hojas de observación (y enciende la grabadora si es que tiene intención de volver escuchar la transmisión del mensaje que se va a producir a continuación).

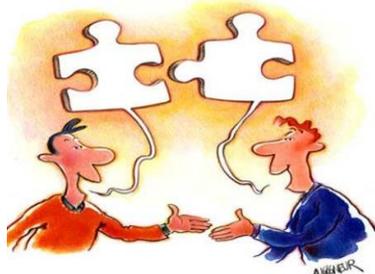
4. El organizador/a lee el mensaje con el primer participante que no debe tomar nota.
5. El organizador/a pide al segundo participante que vuelva a la sala. El primer participante repite entonces al segundo lo que el organizador/a le dijo. Es importante tener en mente que cada participante debe transmitir el mensaje a su manera y sin el apoyo de otros participantes o de los observadores.
6. El tercer participante entra también en la sala principal y el segundo le repite lo que el primero le dijo.
7. Se repite lo mismo hasta que el quinto participante reciba también el mensaje.
8. El sexto participante entra en la sala y hace de policía.
9. Entonces el quinto participante le repite el mensaje que recibió.
10. El policía escribe el mensaje en la pizarra tal y como lo ha entendido, de forma que el grupo entero pueda leerlo.
11. El organizador/a escribe también el mensaje principal en la pizarra y se compara con el del policía.

**Conclusiones y evaluación:**

El organizador mantiene un breve debate con el grupo sobre la aplicación práctica del experimento, utilizando, en su caso, la grabación. Se centrará en la relación entre las interferencias en la vida real. Los observadores están también invitados a comentar las notas tomadas en la hoja de observaciones.

## 5° ESTRATEGIA GRUPAL

### ASERTIVIDAD



**Título de la dinámica: “Doy un mensaje y reciben mi mensaje”**

**Objetivo:** Desarrollar una manera de comunicarse de tipo asertiva, basada en el respeto hacia uno mismo y hacia los demás.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Material didáctico para la presentación del profesor, fichas de trabajo para los alumnos.

**Participantes:** De 5 a 40 personas.

#### **Desarrollo:**

1. El/la formador/a presenta las principales características de los estilos de relaciones interpersonales: asertivo, pasivo, agresivo describiendo:
  - ✓ Las características de la expresión no-verbal.
  - ✓ Las características de la expresión verbal.
  - ✓ Las ventajas/desventajas a la hora de prevenir conflictos y resolverlos cuando surjan.
2. Tras la explicación (utilizando un apoyo visual como por ejemplo una presentación Power-Point y haciendo referencia a ejemplos concretos) los alumnos, en pequeños grupos, analizan una situación (utilizando la ficha adjunta) y la desarrollan según los distintos estilos, analizando sus consecuencias.
3. Luego, los grupos escenifican una de las situaciones y en gran grupo se comentan las probables consecuencias.

#### **Conclusiones y evaluación:**

La actividad permite hacer una reflexión sobre el estilo de relación interpersonal más eficaz, con relación al bienestar personal, puesto que

una persona que sabe expresar sus necesidades y opiniones respetando los demás, ve reforzada su autoestima y sus relaciones con los demás.

**Situaciones:** (los profesores pueden buscar situaciones cercanas a la vida de los alumnos)

1. Su amigo acaba de llegar a cenar, justo una hora tarde. No le ha llamado para avisarle que se retrasaría. Usted se siente irritado por la tardanza. Le dice:

2. Un compañero del colegio le da constantemente su trabajo para que Ud. Lo haga. Usted decide terminar con esta situación. Su compañero acaba de pedirle que haga algo de su trabajo. Usted le contesta:

3. Usted y un/a amigo/a están en el cine, una pareja sentada delante no para de reírse y hablar, le está molestando. Le dice...

**Tabla:**

<b>Estilo</b>	<b>Consecuencias</b>
<b>Pasivo</b>	
<b>Agresivo</b>	
<b>Asertivo</b>	

## 6° ESTRATEGIA GRUPAL

### EMPATÍA



**Título de la dinámica: Un sufragio diferente**

**Objetivo:** Comprenderse mejor unos a otros y promover la empatía y la ayuda mutua.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Tres urnas (cualquier caja de cartón). Una hoja de etiquetas: "Me gustaría superar...."; "Me arrepiento de...."; "Un problema mío es..." Tijeras y papel de colores para recortar y adherir etiquetas a las urnas. Papeletas en blanco y bolígrafos.

**Participantes:** De 5 a 30 personas.

#### **Desarrollo:**

1. Se colocan a la vista de todos, tres urnas con las siguientes etiquetas (cada una): "Me gustaría superar..."; "Me arrepiento de...."; "Un problema mío es...."
2. Se trata de terminar las frases en papeletas sin firmar, que se depositarán en las urnas correspondientes. Se pueden escribir todas las papeletas que se desee.
3. Una vez hayan depositado todos sus papeletas, se procede al escrutinio, consiste en leer las papeletas de cada una y comentarlas en gran grupo, entre todos, aportando soluciones, dando consejos,.....

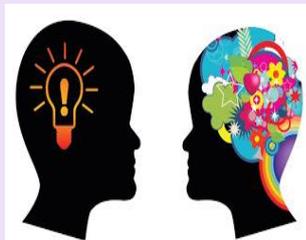
#### **Conclusiones y evaluación:**

El profesor guía la reflexión a través de preguntas como:

- ✓ ¿Cuál de los problemas se repitió más?
- ✓ ¿De qué manera nos ayuda el compartir nuestros problemas?
- ✓ ¿Cuentan con alguien que los escuche sin condiciones?
- ✓ ¿Reciben de esta persona el consejo adecuado?

## 7° ESTRATEGIA GRUPAL

### INTELIGENCIA EMOCIONAL



**Título de la dinámica: " Pobre Gatito"**

**Objetivo:** Invitar al control de las emociones mediante las instrucciones recibidas.

**Duración:** 1 hora aproximadamente

**Materiales:** Ninguno

**Participantes:** De 5 a 40 personas.

#### **Desarrollo:**

- ✓ El instructor indica a los participantes que se sienten en el piso en círculo.
- ✓ El instructor selecciona a un participante y le indica que él será el gato. Así mismo le menciona que deberá caminar en cuatro patas y deberá moverse de un lado a otro hasta detenerse frente a cualquiera de los participantes y hacer muecas y maullar tres veces.
- ✓ El instructor explica a los participantes que cuando el gato se pare frente a ellos y maúlle tres veces, la persona deberá acariciarle la cabeza y decirle "pobrecito gatito", sin reírse.
- ✓ El que se ría, pierde y da una prenda, sale del juego o le tocará el turno de actuar como "gato".

#### **Conclusiones y evaluación:**

- ✓ El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.



## 8° ESTRATEGIA GRUPAL

### INTELIGENCIA EMOCIONAL



**Título de la dinámica: " Te vendo un pato"**

**Objetivo:** Diferenciar las emociones y caracterizar las conductas del sexo opuesto

**Duración:** 40 minutos

**Materiales:** un pato de juguete

**Participantes:** De 10 a 40 personas.

#### **Desarrollo:**

- ✓ Se pide en el salón a 6 voluntarios, 3 hombres y 3 mujeres.
- ✓ Pasa cada grupo al frente y sigue las caracterizaciones indicadas y realizadas por el instructor, estas pueden ser alegría, tristeza y imitación del sexo opuesto. El dialogo es el siguiente:
  - Te vendo un pato
  - Pica o no pica
  - No pica
  - Te lo compro
  - Te lo vendo

#### **Conclusiones y evaluación:**

El instructor pide comentarios acerca de la actividad realizada, pide a los participantes su comentario de la caracterización que se le hizo difícil realizar.

Se hacen reflexiones acerca de las emociones y su importancia al momento de expresarnos ante los demás

## 9° ESTRATEGIA GRUPAL

### INTELIGENCIA EMOCIONAL



#### Título de la dinámica: " RETENTIVA AFECTIVA"

**Objetivo:** Estimular la memoria afectiva. Favorecer el uso del pensamiento por imágenes. Desarrollar la creatividad.

**Duración:** 40 minutos

**Materiales:** Música grabada, Texto escrito pre-elaborado, Acuarelas, Plumones o Crayolas, Cartulinas

**Participantes:** ilimitado

#### Desarrollo:

- ✓ El Facilitador invitará a los participantes a cerrar los ojos y concentrarse solamente en escuchar su voz.
- ✓ Con una música suave de fondo, el Facilitador comenzará a leer el siguiente fragmento: "Vamos a pensar que estamos en el campo, observando una bella pradera, la vegetación es variada. De pronto, salen volando mariposas, y a lo lejos se ven muchos pajaritos, y se escucha su canto. Esto nos provoca el deseo de tomar una flor, olerla para sentir su aroma, observar sus colores, sus formas diversas. Damos gracias a la vida por un regalo tan bello. La flor que cada uno de ustedes tomo, la van a colocar aquí, en el centro de todos, para todos..."
- ✓ El Facilitador les indica a los participantes que no abran los ojos.
- ✓ El Facilitador pide a los participantes que piensen bien en cómo es su flor y otorga algunos minutos para que realicen esta actividad.
- ✓ El Facilitador pide a los participantes que poco a poco abran los ojos.
- ✓ El Facilitador invita a los participantes a que le enseñen su flor al resto del grupo, para lo cual será necesario que la dibujen y pinten.

- ✓ Al terminar la actividad anterior el Facilitador monta una exposición con las pinturas y les pide a los participantes que las analicen una a una.

**Conclusiones y evaluación:**

- ✓ Para finalizar, el Facilitador guía un proceso para que los participantes comenten sobre lo que sintieron, lo que opinan, etc.
- ✓ El Facilitador guía un proceso para que los participantes analicen como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

## **Redes sociales.**

### **INTRODUCCIÓN**

Constituyen formas de interacción social, definida como un intercambio dinámico entre personas, se trata de un sistema virtual abierto y en evolución constante que involucra a grupos que se identifican en las mismas preocupaciones y necesidades. La inclusión en redes es una experiencia reflexiva y participativa de esas interacciones e intercambios de información con personas, empresas y servicios de todo el mundo.

A través de las redes sociales en Internet según los conceptos compartidos tenemos la posibilidad de interactuar con personas de diversas características sin conocerlos personalmente, el sistema es libre y se va consolidando con lo que cada usuario aporta.

La modalidad para el desarrollo de las actividades concernientes a este tema, se darán en forma de talleres, que serán modificados ligeramente según el público al que se dirigirá: padres de familia, docentes o estudiantes. Los temas y contenidos son los recogidos en el proyecto de investigación de la temática, se brinda un esquema total que puede ser proyectado en diapositivas para la visualización de los participantes, las dinámicas también pueden ser adaptadas según la comodidad de todos los participantes.

## **TALLER LAS REDES SOCIALES: LA NUEVA FORMA DE COMUNICARNOS 1**

### **1. Introducción**

¿Qué es lo que más valoran los adolescentes de sí mismos? La popularidad. ¿Y qué necesita un adolescente para ser popular? Amigos, humor y espontaneidad.

Ser conocido y popular es para los adolescentes tener muchos amigos, como principal grupo de referencia harán todo lo posible para pertenecer al grupo y captar la aceptación y simpatía de sus miembros. La importancia de la amistad es para los adolescentes de hoy, la misma que para nosotros los adultos cuando atravesamos esa etapa del desarrollo, la diferencia está en la forma como se manifiestan y comunican, los avances tecnológicos y redes sociales posibilitaron nuevas formas de socialización.

### **2. Objetivo:**

Informar a estudiantes y padres de familia sobre las características que poseen las redes sociales a través de datos, investigaciones, videos y dinámicas para la comprensión del complejo mundo de las redes sociales.

### **3. Video de ambientación: #ÉchaleCabeza a las redes sociales e internet.**

[https://www.youtube.com/watch?v=N4AnVheeC\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=N4AnVheeC_o)



#### 4. Presentación del Tema:

##### Definición.

“Las redes sociales son una estructura sistémica y dinámica que involucra a un conjunto de personas u objetos, organizados para un solo objetivo que se enlazan mediante una serie de reglas y procedimientos”.  
(Crovi Druetta, 2009)

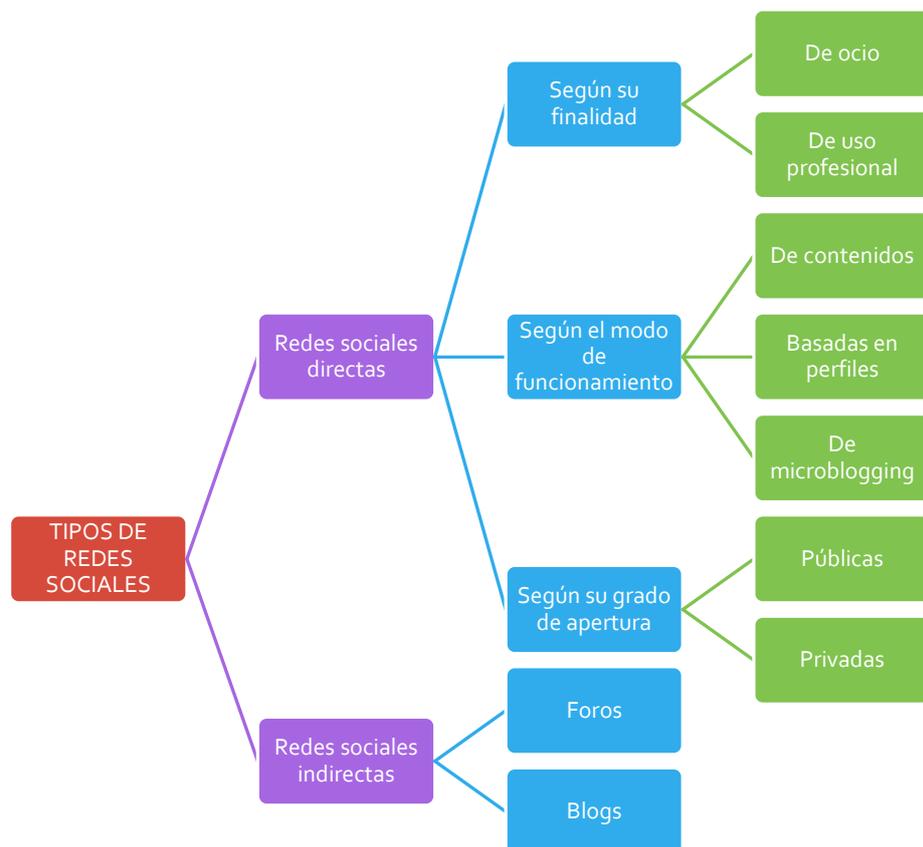
Actualmente, las redes sociales se han convertido en espacios que facilitan la transmisión y el posicionamiento de varios temas permitiendo la participación directa del público, compartir conocimientos y movilizarse de forma inmediata.

Sumergidos en este universo tecnológico, es claro que la vida social de los adolescentes pase por las pantallas. Los chicos quieren aumentar su lista de “amigos”. Y para conquistar la amistad del otro, a veces comparten información personal. El concepto de “amistad” virtual y real, no es el mismo. Y ellos lo saben. Pero los amigos de la Red son también “amigos”. Y suman. Para el adolescente, el anonimato y la intimidad ceden ante el deseo de tener popularidad.

- **Tipos**

### **Redes sociales directas**

Ubicamos en primer lugar este tipo de redes porque se trata de aquellas en que un grupo de personas comparten intereses y actividades, este contenido puede ser visualizado u compartido por todo el grupo a través de comentarios e interacciones entre los miembros adheridos a esta red. La información es administrada por los usuarios a través de su perfil personal, este controla con quienes comparte lo que sube a su red social mediante configuraciones de privacidad según la red social directa a la que pertenezca.



Según su finalidad: El empleo de estas redes se da por el objetivo que persigue la persona al ingresar a la misma, Se sub-divide en:

- De ocio: Su finalidad es el entretenimiento y mejorar las relaciones personales, mediante publicaciones, comentarios, mensajes

audiovisuales o escritos se generan las interacciones con otros usuarios. Incrementar las relaciones personales de sus usuarios es el principal objetivo de estas redes.

- De uso profesional: Este tipo de red social son direccionadas a personas que buscan relaciones profesionales, ampliar su campo laboral y mantenerse al día con la información relacionada a sus actividades laborales.

Según el modo de funcionamiento. Su estructura está orientada hacia actividades concretas como parte de un proceso ya establecido. Las subcategorías son las siguientes:

- De contenidos: Los usuarios que crean páginas con contenidos de interés sobre muchos temas, este contenido puede ser escrito, audiovisual, fotos, etc., que luego comparten.
- Basadas en perfiles tanto personales como profesionales: para este tipo de redes es obligatorio que el usuario cree su perfil para poder acceder a todas las funciones de la red.
- De microblogging: Diseñadas para emitir pequeños fragmentos de información que sus usuarios comparten desde sus equipos fijos o móviles.

Según su grado de apertura: Determinadas por el grado restricción y/o apertura que pueda tener cualquier usuario para acceder a ellas.

- Públicas: Son empleadas por cualquier tipo de usuario que disponga de un dispositivo con acceso a Internet. No es requisito pertenecer a grupo específico.
- Privadas: Son redes cerradas, contrariamente a las redes públicas se accede a ellas perteneciendo a un grupo concreto. Los usuarios mantienen relaciones ya convenidas o de otra naturaleza con dicha red.

Entre las redes sociales directas famosas encontramos a Facebook, Twitter, YouTube, LinkedIn por citar ejemplos.

### **Redes sociales indirectas**

Se llama redes sociales indirectas a aquellas que cuentan con miembros que no tienen datos referenciales visibles para todos pero que disponen de un controlador o grupo de control que supervisa el contenido y comentarios en torno a un tema de discusión. Se clasifican en foros y blogs:

- Foros: Estos espacios fueron creados para el intercambio de información, opiniones y criterios acerca de un tema de interés para quienes forman parte del mismo. Los comentarios emitidos y preguntas hechas en este espacio son respondidas por los demás usuarios que quieran participar del tema.
- Blogs: Sitios que cuentan con actualizaciones frecuentes por parte de su creador o creadores, ellos manejan enlaces en el contenido del blog que vierten información que consideran importante. (Las Redes Sociales en Internet 2011)

### **Trabajo en Grupo:**

#### **¿Cómo circula la información en las redes sociales?**

#### **Objetivo:**

Conseguir la visualización de la velocidad a la que fluye la información por redes sociales, la falta de control que tenemos sobre ella, una vez puesta en la red y lo fácil que es su manipulación.

#### **Materiales:**

Gran cantidad de papeletas de 4 colores que pueden tener la representación de una cara o tener textos, etc...

4 expositores que los podemos crear con rollos y cola especial de pegado en spray.

**Desarrollo:**

1. Dividimos la clase en 5 grupos de 4, 5 o 6 alumnos. Grupo Rojo, grupo azul, grupo amarillo y grupo verde.
2. Cada grupo controla un panel y puede publicar (pegar) las pegatinas que están (aparecen) en su panel en los otros tres.
3. Se eligen 4 personas que van a tener una conducta imprudente. Publican una foto (papeleta) en un panel a la vez.
4. Antes de empezar a actuar todos los integrantes del grupo se hacen unas preguntas:
  - a) ¿La información va a permanecer siempre en este estado controlado?
  - b) Nos interesaría siempre que permaneciera así.
  - c) ¿Y si lo que publicamos es bueno para nosotros?
5. Una vez hechas las preguntas empieza la dinámica de los grupos. Cada componente del grupo puede y debe de pegar papeletas que estén en su panel en los tres restantes.
6. Se dejan transcurrir unos minutos en los que los integrantes de los grupos van creando copias de las fotos por los paneles.
7. Se para un momento y se visualiza que es lo que ha pasado con la información y se plantean diferentes preguntas.
8. Se vuelve a dejar unos minutos en los que los integrantes de los grupos pueden manipular las papeletas: ponerles gafas, bigote, arrugarlas, etc...
9. Se vuelven a realizar preguntas sobre la facilidad con la que se puede manipular la información.

10. A partir de este momento los imprudentes deben de tratar de eliminar las fotos de los paneles. Se trata de ver la dificultad que va a existir para de eliminar sus fotos de los paneles.

**Plenaria y Conclusiones:**

Finalizamos con una discusión sobre lo que hemos aprendido. Cada alumno pondrá en una papeleta lo que ha visto en la dinámica, se pegan en los paneles y se hace una última discusión.

## **TALLER LAS REDES SOCIALES: LA NUEVA FORMA DE COMUNICARNOS 2**

### **1. Introducción**

Es necesario que una vez conocidas y ser parte de las redes sociales podamos darnos cuenta de las bondades y peligros que poseen, cuando algo es innovador y rompe los paradigmas sociales surge una avalancha de mensajes que nos invitan a ser parte de lo nuevo, lo que está en boga, lo que usan los demás, sin embargo no es después de evidenciar casos en los que vemos emociones desbordantes, anormalidades, enfermedades y daños a los demás en que tomamos medidas de prevención.

Videos en cuanto a prevención los encontramos en las mismas redes sociales, las que podemos utilizar tanto para darnos gusto como para cuidar nuestra integridad.

### **2. Objetivo:**

Concientizar en estudiantes y padres de familia sobre las ventajas y desventajas de las redes sociales, nuevas formas de adicciones que se generan en la red conociendo los beneficios y riesgos a los que nos exponemos.

### **3. Presentación del tema:**

#### **Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales**

<b>Ventajas</b>	<b>Desventajas</b>
☺ Su utilidad es muy amplia, en el campo académico y laboral, se usan para el intercambio de información, proyectos innovadores y experiencias que fomentan el estudio.	☹ La creación de cuentas con identificación falsa, con el objetivo de entrar en la privacidad de los demás, acoso a menores de edad, tráfico de personas o

<p>☺ Permiten la participación de proyectos y trabajos colaborativos desde cualquier sitio, las distancias se reducen a dos dispositivos interconectados. Para los empresarios las redes sociales representan eficiencia en comunicaciones y el trabajo en equipo de sus empleados pues optimizan el tiempo para la realización de sus actividades.</p> <p>☺ Las personas pueden crear una identidad personal y/o virtual, hacer una clasificación de sus libros, películas, programas de televisión preferidos y etcétera, se construye una autobiografía que se expone ante todos los usuarios, esta información se comparte a todos los que tenga en su lista de contactos.</p> <p>☺ Permiten relacionarte con las demás personas sin importar la distancia, ideología, tiempo, etc., sobrepasa las barreras físicas y culturales.</p> <p>☺ Es una herramienta para el aprendizaje escolar fuera de las aulas de clase, con ellas se da seguimiento al estudiante a la vez</p>	<p>invitación a realizar negocios ilícitos. Los llamados hackers filtran de forma muy rápida y sencilla la información y datos confidenciales de las personas.</p> <p>☹ El rápido acceso a las redes las convierte fácilmente en una adicción, el uso inadecuado y descontrolado puede convertir a personas con problemas psico-emocionales en adictos potenciales sin necesidad de ingerir alguna sustancia química.</p> <p>☹ Casos de pornografía infantil y pedofilia se han manifestado en las diferentes redes sociales. (Marquis, 2014). Además videos suicidas de adolescentes con problemas de autoestima y estados depresivos han sonado desde hace varios años atrás hasta ahora.</p> <p>☹ La falta de privacidad es una queja constante de los usuarios, siendo mostrada</p>
---	---

que se lo incentiva a aprender y practicar lo estudiado.

☺ Posibilita a muchas personas que por razones físicas o de otra índole están aisladas, tener interacción social a través de las redes y mantener sus contactos familiares. Estos sitios son una oportunidad para que ellos desarrollen su comunicación sin inhibirse. (Marquis, 2014)

☺ Se mantienen las referencias personales, los contactos débiles a los que en algún momento se podrá acudir y los contactos fuertes los mantiene a pesar de distancias y tiempo de no frecuentarse de forma real y directa.

☺ Posibilita la participación en campañas solidarias, la coordinación y/o la invitación a eventos a todos sus contactos y por ende a los contactos de sus contactos sin costo alguno.

públicamente información personal, la utilización de las configuraciones de privacidad depende de cada sujeto.

#### **4. Dinámica de ambientación:**

**Dinámica de las ventajas** (Autor: Antonio Omatos Soria)

**Objetivo:**

Reflexionar sobre la presencia y las ventajas de las Redes Sociales en nuestras vidas a través de recomendaciones para el beneficio personal y de nuestros hijos.

### **Materiales**

Hojas de colores (1 por persona)

Reproductor de música y altavoces.

Canciones de 90" o 120". Os adjunto las que he usado.

### **Desarrollo:**

- ✓ Dividimos a los alumnos en grupos de 4 por el método que decidamos: azar, grupos prediseñados, etc...
  
- ✓ Se reparte una hoja a cada componente de los grupos.
  
- ✓ Se explica el tema que se va a tratar. En el caso de las ventajas podemos dar diferentes enfoques, desde el más general hasta las ventajas particulares. Sobre el tema elegido, deben de escribir en la hoja, durante el tiempo que dura la música, las ventajas que ellos ven. Una vez acabada la canción, pasan la hoja a su compañero de la derecha y volvemos a hacer lo mismo, completar las ideas del compañero mientras suena la canción. Lo repetimos 3 ó 4 veces.
  
- ✓ Cada grupo tendrá 4 hojas que resumen las ventajas de la red. Se inicia un debate en cada grupo con el objetivo de crear un documento comun con las principales ventajas que existen a su modo de entender. Este documento lo pueden plasmar en un papel o (mejor) en un Google Docs.
  
- ✓ Tras esos minutos de debate, cada representante de los grupos pone en consideración de todos los demás las ventajas que han

encontrado y, mediante un debate final se crea un documento común con las ventajas encontradas por toda la clase.

#### **5. Conclusiones:**

Se invita a los participantes tomar asiento y escribir en la pizarra las conclusiones o ideas principales en torno al tema trabajado.

## TALLER LAS REDES SOCIALES: LA NUEVA FORMA DE COMUNICARNOS 3

### 1. Objetivo:

Asesorar a estudiantes y padres de familia para hacer el correcto uso de las redes sociales permitiendo proteger la privacidad personal y la de amigos o familiares.

### 2. Video informativo.

#### Recomendaciones para el Uso Seguro de Internet y las Redes Sociales

<https://www.youtube.com/watch?v=t-x73w1N1os>



### 3. Presentación del tema:

#### Peligros por el constantes uso de redes sociales.

Del mismo modo en que ellos encuentran el lugar perfecto para expresarse sin inhibiciones, también encuentran los riesgos de contactarse con personas de quienes no conocen intenciones, que pueden aprovecharse de su ingenuidad, redes de pornografía, invitándolos a ver videos que influyen en su pensamiento y acciones. También pueden encontrarse con la expresión de estados depresivos de sus pares con problemas emocionales, los adolescentes pueden hacerse eco de estas emociones o

imitar estos comportamientos porque aún no saben lidiar con este tipo de información.

La necesidad de revisar constantemente su actividad en redes sociales también está siendo considerada por los investigadores como una adicción (Echeburúa & Corral, 2010), lo que pone en estado de alerta a padres y educadores pues todavía no se establecen reglas claras para el uso de las redes debido a su aún reciente aparición. Pero el problema de adicción viene acompañado de perfiles de personalidad que predisponen al individuo a padecer de este tipo de adicción.

### **Adicción a redes sociales e internet.**

“Cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio” (Echeburúa & Corral, 2010) así lo expresa este autor español especialista en psicología clínica refiriéndose al fenómeno paralelo a las bondades de comunicación que poseen las redes sociales, la dependencia que se desarrolla en los adolescentes a estos sitios en internet se ha convertido en una preocupación para la psicología, su propagación avanza gracias a la falta de medidas de control que frenen este nuevo tipo de adicción.

Las características de las redes sociales como la inmediatez en la comunicación y traspaso de información y acceso gratuito hacen que muchas personas gusten de ingresar en ellas y no medir el tiempo o las actividades que dejan de lado, “las redes sociales son el espantajo que aleja el fantasma de la exclusión: se vuelcan las emociones, con la protección que ofrece la pantalla” (Echeburúa & Corral, 2010), es otra necesidad de los seres humanos que se ve satisfecha aparentemente por la pertenencia a estos grupos virtuales.

#### **4. Trabajo grupal:**

##### **Objetivo:**

Reflexionar sobre el mal uso y la falta de autoestima en las familias de países desarrollados donde se acentúan las adicciones y trastornos conductuales en redes sociales.

##### **Materiales:**

- ✓ Copias del testimonio
- ✓ Papelotes y marcadores

##### **Testimonio Real**

"I'm in the 7th grade. I'm 13. I'm not a cheerleader. I'm not the president of the student body. Or captain of the debate team. I'm not the prettiest girl in my class. I'm not the most popular girl in my class. I'm just a kid. I'm a little shy. And it's really hard in this school to impress people enough to be your friend if you're not any of those things. But I go on these really great vacations with my parents between Christmas and New Year's every year. And I take pictures of places we go. And I write about those places. And I post this on my Xanga. Because I think if kids in school read what I have to say and how I say it, they'll want to be my friend." – Vivien, 13, to Parry Aftab during a "Teen Angels" meeting (citado en Boyd, Danah. 2007).

"Estoy en el séptimo grado. Estoy 13. No soy una animadora. Yo no soy el presidente del cuerpo estudiantil. O capitán del equipo de debate. Yo no soy la chica más guapa de mi clase. Yo no soy la chica más popular de mi clase. Yo sólo soy un niño. Soy un poco tímido. Y es muy difícil en esta escuela para impresionar a la gente lo suficiente para ser su amigo si usted no es ninguna de esas cosas. Pero me voy de estos realmente grandes vacaciones con mis padres entre Navidad y Año Nuevo todos los años. Y

tomo fotografías de lugares que vamos. Y escribo sobre esos lugares. Y he puesto esto en mi Xanga. Porque creo que si los niños en la escuela leer lo que tengo que decir y cómo lo digo, que van a querer ser mi amigo. "- Vivien, 13, a Parry Aftab durante una" reunión de Teen Angels "(Citado en Boyd, Danah. 2007).

**Desarrollo:**

- a) Dividir a los participantes en grupos iguales.
- b) Realizar la lectura a todos y si es necesario, la lectura puede repetirse en cada grupo en voz baja.
- c) Realizar una representación gráfica de la situación que vive la niña del testimonio.
- d) Realizar una reflexión y compartirla para todo el salón.

**5. Volantes informativos**

Proporcionar a los asistentes volantes que contengan las recomendaciones sobre el adecuado uso de redes sociales y las señales de alerta ante una posible adicción. Anexo

## BIBLIOGRAFÍA.

### Bibliografía

- Laura Prato, Liliana Villoria. (2010). *Aplicaciones Web 2.0 - Redes Sociales*. Eduvim.
- Alberto Urueña, Annie Ferrari, David Blanco, Elena Valdecasa. (2011). *Las Redes Sociales en Internet*. Madrid: Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información.
- Altamirano Sanchez , S. (2011). Prevencion de la violencia intrafamiliar en las mujeres de la ciudadela Catolica. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.
- ANDREA PENAGOS, MARIÁNGELA RODRÍGUEZ, SONIA CARRILLO, JORGE CASTRO\*\*. (2005). APEGO, RELACIONES ROMÁNTICAS. *UNIVERSIDAD DE LOS ANDES, Colombia*, 21 - 36.
- Arias, F. (2012). *EL Proyecto de Investigación*. Venezuela: EPISTEME C. A.
- Bados, A., & García, E. (2010). *La técnica de la reestructuración cognitiva*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Bartholomew, K. (1994). *Assessment of individual differences in adult attachment. Psychological Inquiry*,.
- Bermúdez Moreno, J., Pérez García , A., Ruiz Caballero, J., Sanjuán Suárez, P., & Rueda Laffond, B. (2011). *Psicología de la personalidad*. Madris: UNED.
- Bernete, F. (2010). Usos de las TIC, Relaciones sociales y los jóvenes. *Revista de Estudios de juventud*, 98.
- Betancourt, W. (2007). *Liberando mi inteligencia emocional*. Ecuador.
- Bisquerra Alzina, R., & Perez Escoba, N. (2007). *Las competencias emocionales* . Barcelona-España: Universidad de Barcelona.
- Bottero, M., Oliver, E., & Zanola, M. (2007). *La Indefensión Aprendida*. Montevideo: Editorial Psicolibros.
- Bowlby, J. (1989). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós.
- Brigas Hidalgo, A. (2010). *"Psicología. Una ciencia con sentido humano"*, Editorial , Primera Edición 2010. México, 2012. Mexico: ESFINGE.
- Buendía, J., Riquelme, A., & Ruiz, J. (2004). *El suicidio en adolescentes: factores implicados en el compotamiento suicida*. España: Edición electrónica S.L.
- Burt, M. (2005). *Una nueva perspectiva sobre el ministerios de la mujer cristiana. Ser mujer en el siglo XXI*. España: Publicación Timoteo.
- businessstinking.com*. (2013). Obtenido de *businessstinking.com*: <http://www.businessstinking.com.mx/>
- Climent, R. S. (2009). Influencia de la brecha digital en la convivencia. *Compartim, Revista de Formación del Professorat*, 1- 4.
- Constitución de la República del Ecuador*. (2008). Quito.

- Coopersmith, S. (2010). *Escala de autoestima de Coopersmith versión adulto*. Lima: Universidad de Lima.
- Cosacov, E. (2007). *Diccionario de términos técnicos de la psicología*. Argentina: Brujas.
- Crovi Druetta, D. M. (2009). *Redes sociales: análisis y aplicaciones*. Mexico: Plaza y Valdés, S.A. de C.V.
- Del Alcazar Ponce, J. P. (22 de mayo de 2014). *Formación Gerencial*. Obtenido de <http://blog.formaciongerencial.com/2014/05/16/ranking-redes-sociales-ecuador-mayo-2014/>
- Doorman, F. J. (1991). *La metodología del diagnóstico en el enfoque "investigación adaptativa"*. IICA.
- Echeburúa, E., & Corral, P. d. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en. *ADICCIONES*, 91 - 96.
- Educación, M. d. (2013). *Acuerdo 6914*. Quito.
- Erickson, E. (1898). *Ciclo de la Vida Completado*. Buenos Aires: Paidós.
- Escoda, R. B. (2012). EDUCACIÓN EMOCIONAL: ESTRATEGIAS PARA SU PUESTA EN PRÁCTICA. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*.
- Eva Peñafiel, Cristina Serrano. (2010). *Habilidades Sociales*. Editex.
- Freud, A. (1961). *El yo y los mecanismos de defensa*. Buenos Aires: Paidós.
- García del Castillo, J. A. (2013). ADICCIONES TECNOLÓGICAS: EL AUGE DE LAS REDES SOCIALES. *Redalyc.org*, 5 - 13.
- Gil, X. L. (2005). Tecnologías, redes y comunicación interpersonal. Efectos en las formas de la comunicación digital. *Redalyc.org; Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 110 - 116.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Kairos.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional: por qué puede ser más que el IQ, seguido por el texto Trabajando con la inteligencia emocional*.
- Goleman, D., Boyatzis, R., & Mckee, A. (2002). *El líder resonante crea más*. Barcelona: Plaza y Janes.
- González, N., & López, A. (2001). *La autoestima*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Gracia Ibañez, J. (2012). *El maltrato familiar hacia las personas mayores*. España: Editorial UNE.
- Graciano, J., Martos, F., Lopez, J., & Muñoz, A. (2003). *Policía local del país Vaco. Temario Vol. II*. Madrid: Editorial MAD, S.L. .
- Grossman, C., & Mesterman, S. (2005). *Violencia en la familia. La relación de pareja*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Universidad.
- Gutiérrez, R. (2008). *Estudios de criminología III, Volumen 3*. España: Ediciones de la Universidad de Castilla.
- Harré, R., & Lamb, R. (1992). *Diccionario de Psicología social y de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación científica*. Mexico: McFGRAW-HILL INTERAMERICANA Editores S.A. de C.V.
- Hunter, C. (2011). Los trapos sucios ¿En redes sociales? *La Revista*.
- Hunter, C. (2014). Tiempo de Narcisos: Las 'selfies'. *La Revista, Diario El Universo*.
- INEC. (2010). *Encuesta Nacional de relaciones familiares y violencia de género contra las mujeres*. INEC.
- INEC. (2011). *REPORTE ANUAL DE ESTADÍSTICAS SOBRE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIONES (TIC'S)*.
- Irma Mendez, Mirosław Ryszard. (2005). El desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales: una aportación del enfoque centrado en la persona. *Tesis*. Mexico.
- Jaspers, K. (1958). "Filosofía". *Revista de Occidente*, 466.
- Jiménez, L. M. (2014). *El valor de la Axiología*. España: Pentalfa Ediciones.
- Jourad, S. (1992). *La personalidad saludable. El punto de vista de la psicología Humanística*. Mexico: Trillas.
- Kort Rosemberg, F. (2006). *Psicoterapia conductual y cognitiva*. Caracas : CEC.S.A.
- Leal Gonzalez, D. A., & Arconada Melero, M. Á. (2011). *Convivir en Igualdad. Prevención de violencia masculina hacia las mujeres en todas las etapas educativas*. Madrid: Edotirial Arauzadi S.A.
- Luis , C., & et.al. (1998). *Como elaborar y asesorar una investigación de tesis*. México: Cámara Nacional de la Industria Editorial.
- Marcos del Cano, A., & Topa Cantisano, G. (2012). *Salud mental comunitaria*. Madrid: Librería UNED.
- María Elena Brenlla - María Alejandra Carreras – Analía Brizzio. (2001). *EVALUACIÓN DE LOS ESTILOS DE APEGO EN ADULTOS*. Obtenido de Facultad de Psicología.
- Marqueza Cornejo; María Lourdes Tapia. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Redalyc.org (Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal)*, 218 - 229.
- Marquis, E. J. (mayo de 2014). *monografías.com*. Obtenido de monografías.com: <http://www.monografias.com/trabajos84/redes-sociales/redes-sociales.shtml>
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid: Díaz de Santos.
- Mestre , J., Gil , E., & Lloret, I. (2007). *Los derechos Humanos y la violencia de género*. Barcelona: Editorial UOC.
- Michael A. Hogg; Graham M. Vaughan, Marcela Haro Morando. (2008). *Psicología Social*. Madrid: Medica Panamericana.

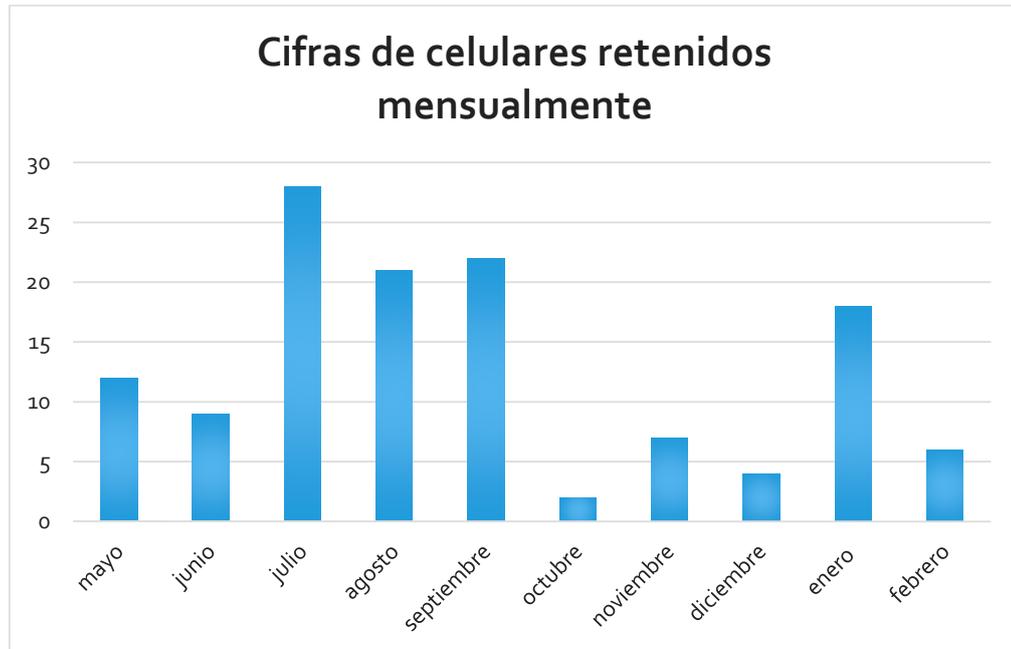
- Milagros Sáiz Roca, Blanca Anguera Domenjó, Cristina Civera Molla, Gonzalo de la Casa Rivas. (2009). *Historia de la psicología*. Barcelona: UOC.
- Millon, T., & Grossman, S. (2006). *Trastorno de la personalidad en la vida moderno*. España: Gráficas Murriel S.A. .
- Minuchin, S. (1992). *Técnicas de terapia familiar*. Argentina : Paidós .
- Mora Chamorro, H. (2008). *Manual de protección a víctimas de violencia de género*. España: Editorial Club Universitario.
- Moreno, J. (1978). *Who Shall Survive*. New York: Beacon House Inc.
- Mosquera, S. (2014). Infidelidad en redes sociales . *La Revista*, 40 - 41.
- Nacional, A. (2008). *Constitución de la Republica del Ecuador*. Montecristi.
- Nacional, A. (2012). *Plan Nacional del Buen Vivir*. Quito.
- Núñez Molina, W., & Castillo Soltero, M. (2014). *Violencia Familiar*. Lima: Ediciones Legales E.I.R.L.
- OPS. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Ginebra: Organización mundial de la salud.
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Obtenido de <http://www.who.int/about/es/>
- Ortiz Camas, M. (2010). Estudio de las causas y consecuencias de la violencia intrafamiliar de las mujeres acogidas en la casa de la acogida Maria Amor. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.
- Pamela Orpinas, Adriana Rico and Lourdes Martinez. (2013). *A Compendium of Assessment Tools*. Washington: Pan American Health Organization.
- Patton Thoele, S. (2005). *El coraje de ser tú misma*. Madrid: EDAF.S.L.
- Pereira, R. (2011). *Psicoterapia de la violencia filio-parental. Entre el secreto y la vergüenza*. Madrid: Ediciones Morata S.L.
- Pérez-Gil Romo, S., & Gracia-Arnaiz, M. (2013). *Mujeres Invisibles: Género, alimentación y salud en comunidades rurales de Oaxaca*. Oaxaca: URV.
- Quintana, J. (1993). *Pedagogía Familiar*. Madrid : Narcea, S.A.
- Ramón-Cortés, F. (2010). “¿Internet amenaza el contacto real?”. *Revista de Estudios de juventud*, 97-114.
- Ramos Bernal, A. (2010). *Stop al estigma de la salud mental*. España: Editorial Club Universitario.
- Reglamento a la Ley Orgánica de Salud*. (2008). Quito.
- Relaciones Interpersonales*. (2008). Obtenido de [www.ehu.es/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf](http://www.ehu.es/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf)
- Rissoan, R. (2013). *Redes sociales: Comprender y dominar las nuevas herramientas de comunicación*. España: Ediciones ENI.
- Rodríguez Luna, R., & Bodelón, E. (2011). *Las violencias machistas contra las mujeres*. Barcelona: Grupo Antígona.
- Rodríguez Moguel, E. (2005). *Metodología de la Investigación*. Mexico.
- Rodríguez, P. E. (2006). La intervención clínica en contextos de pobreza y exclusión: algunas perspectivas. *Revista Venezolana de psicología clínica comunitaria*.

- Rogers, C. (1985). *Terapia de la personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Ruiz, C., Quemada, J., & Blanco Prieto, P. (2005). *La violencia contra las mujeres. Prevención y detección*. España: Ediciones Díaz de Santos.
- Salud, M. D., & Ministerio de, s. (2014). *Ley Organica de la salud*. Quito. Salvador. (2010). *Sociología*. Ediciones Península .
- Sampieri, D. R. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Sánchez-Ocaña, A. S. (2010). *La Web 2.0 ... y la madre que la Parió*. Madrid: Lulu.com.
- Sara Camps-Ponsa, José A. Castillo-Garayoaa, Ignacio Cifrea. (2014). Apego y psicopatología en adolescentes y jóvenes que han sufrido maltrato: implicaciones clínicas. *Clínica y Salud; Universitat Ramon Llull*.
- Satir, V. (2005). *Nuevas Relaciones Humanas en el Nucleo Familiar*. Mexico: Pax.
- Seligman, M. (1981). *Indefensión*. Madrid: Debate.
- Seminario Galego de Educación para la paz. (2006). *Educación emocional y violencia contra la mujer. Estrategias para el aula*. Madrid: Educapaz.
- Senplades, S. N. (2013). *Plan Nacional del Buen Vivir*. Quito.
- Silviaguini. (14 de Enero de 2014). *Guinart Group*. Obtenido de Guinart Group: <https://guinartgroup.wordpress.com/2014/01/14/las-redes-sociales-mas-populares-en-2014>
- Suriá Martínez, R. (2012). *Guía de recursos didácticos de psicología social*. España: Editorial Club Universitario.
- Terry Cannon, P., & Ben Wisner, I. (1996). *Vulnerabilidad*. Colombia: La Red.
- Urueña, Alberto; Ferrari, Annie; Blanco, David; Valdecasa, Elena. (2011). Las Redes Sociales en Internet. *Organizacion Nacional de las Telecomunicaciones y de la SI*, 23.
- Vivas, M., Gallegos, D., & González, B. (2007). *Educación de las emociones*. Venezuela: Producciones Editoriales C.A.
- Vizcaino Morales, L. (2010). Implementar una casa de acogida para víctimas de violencia intrafamiliar en el sector urbano de la ciudad de Cotacachi. Otavalo, Ecuador: Universidad de Otavalo.
- Walker, L. (1984). *The Battered Woman Syndrome*. Nueva York: Springer.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 237 - 244.
- Zapata, O. A. (2005). *Herramientas para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas*. México: Pax.

# **ANEXOS**

## Anexo 1

### Estadísticas sobre el control y retención de equipos tecnológicos en el Colegio UPSE.



Fuente: Departamento de Inspección del Colegio UPSE  
Elaborado por: Jaclyn Solano Ricardo.

Del Departamento de inspección se recogió la información que nos muestra este gráfico estadístico, en las que se puede observar los meses en los que más se retuvieron equipos celulares. Según la inspectora General este año aumentaron las retenciones debido a que los estudiantes no colaboraban acatando las normas de la institución.

Las autoridades del colegio afirman que no se harán modificaciones a las normas establecidas, ya que esto les ayuda a mantener el control sobre el cuidado de estos equipos por parte de los estudiantes, asegurando que el hecho que ellos porten estos aparatos los expone a robos dentro y fuera de la institución, convirtiéndose en una situación difícil de controlar para ellos como docentes e inspectores.

## Anexo 2 Formato de Encuestas aplicadas

**Encuesta aplicada a los estudiantes sobre el tema: Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, Provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014-2015.**

**Objetivo:** Este instrumento tiene como objetivo identificar la influencia del uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los adolescentes.

**Instrucciones:** Estimado estudiante, lea atentamente las preguntas y marque con una equis (X) en el casillero que se ajuste a la realidad de sus actividades. Sea sincero en sus respuestas.

N°	PREGUNTAS	OPCIONES DE RESPUESTA			
		Facebook	Twitter	YouTube	Otras
* 1	¿En qué redes sociales tienes cuenta activada?				
* 2	¿Para qué utilizas las Redes Sociales?	Para estar en contacto con mis amigos	Para conocer gente nueva	Para buscar pareja	Otros
		<b>Siempre</b>	<b>Frecuente mente</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
3	¿Aceptas todas las solicitudes de amistad que recibes?				
4	¿Con qué frecuencia accedes a las redes sociales?				
5	¿Te ayuda a relacionarte con los demás el hecho de tener cuenta en redes sociales?				
6	¿Te produce satisfacción cuando tus fotos y publicaciones son comentadas por varios amigos?				
* 7	¿Comunicas la forma como te sientes en tu perfil de redes sociales? ¿Por qué? _____				
8	¿Te has sentido insultado o humillado en las redes sociales?				
9	¿Dejas de lado las tareas escolares y de casa por estar conectado en redes sociales?				
10	¿Tienes problemas con tus padres por el hecho de estar conectado en las redes sociales?				
11	¿Se puede correr peligros con las redes sociales?				

**Encuesta aplicada a los padres de familia sobre el tema: Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, Provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014-2015.**

Objetivo: Este instrumento tiene como objetivo identificar la influencia del uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales de los adolescentes.

Instrucciones: Estimado padre de familia, lea atentamente las preguntas y marque con una equis (X) en el casillero que se ajuste a la realidad de sus actividades. Sea sincero en sus respuestas.

N°	PREGUNTAS	OPCIONES DE RESPUESTA			
		Facebook	Twitter	YouTube	Otras
1	¿Sabe usted en qué Redes Sociales su hijo tiene cuenta?	Facebook	Twitter	YouTube	Otras
2	¿Sabe para qué su hijo utiliza las Redes Sociales?	Para estar en contacto con sus amigos	Para conocer gente nueva	Para buscar pareja	Otros
		<b>Siempre</b>	<b>Frecuente mente</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
3	¿Usa de las Redes Sociales?				
4	Su hijo/a esta conectado en las redes sociales:				
5	¿Supervisa las actividades que su hija/o realiza en las redes sociales?				
6	¿Su hijo/a, deja de lado tareas escolares y en el hogar por estar conectado?				
7	¿Tiene problemas con su hijo/a por el hecho de estar conectado en las redes sociales?				
8	Prohíbe el uso del internet y redes sociales como forma de castigo para su hijo/a				
9	¿Su castigo es respetado y cumplido?				
10	¿Se puede correr peligros con las redes sociales?				
11	¿Conversa con su hijo/a acerca del uso de las redes sociales?				

**Anexo 3**  
**Formato del Inventario de Apego de Padres y Pares (IPPA).**



**Anexo 4**  
**CARTA AVAL DEL DISTRITO DE EDUCACIÓN 24D02 LA LIBERTAD -**  
**SALINAS**

**Anexo 5**  
**Validación de las encuestas aplicadas a los estudiantes y padres de familia.**

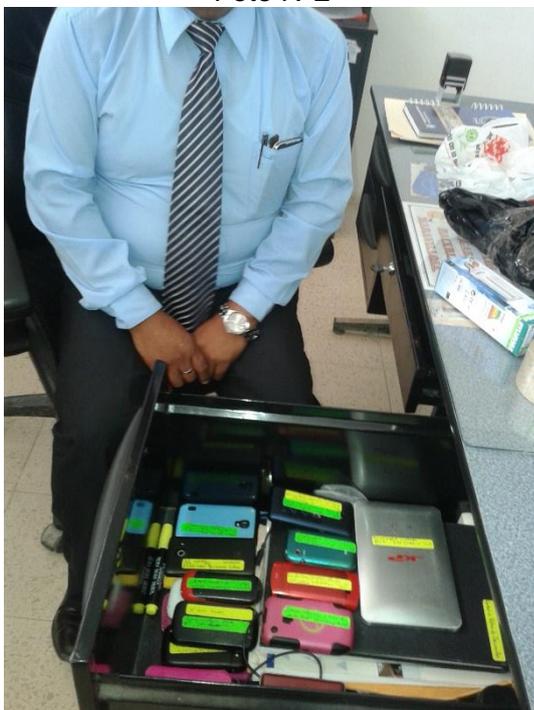
**Anexo 6**  
**Fotos de las actividades realizadas con los estudiantes y autoridades.**

Foto N°1



Equipos celulares retenidos en el rectorado de la institución.

Foto N°2



Los equipos retenidos están debidamente identificados para la entrega al finalizar el año lectivo.

Foto N°3



Entrevista con el Ing. Emilio Bernabé sobre el uso de las redes sociales por parte de los adolescentes.

Foto N°4



Entrevista a la Inspectora general sobre las cifras y el control de equipos tecnológicos a los estudiantes.

Foto N°5



Aplicación de Encuestas a los estudiantes.

Foto N°6



Aplicación del Inventario de Apego de Padres y Pares a los estudiantes.

Foto N°7



Reunión realizada para la exposición del tema de tesis y aplicación de encuestas a padres de familia.

Foto N°8



Entrega de volantes informativos con las señales de alarma sobre el uso inadecuado de redes sociales

Foto N°5



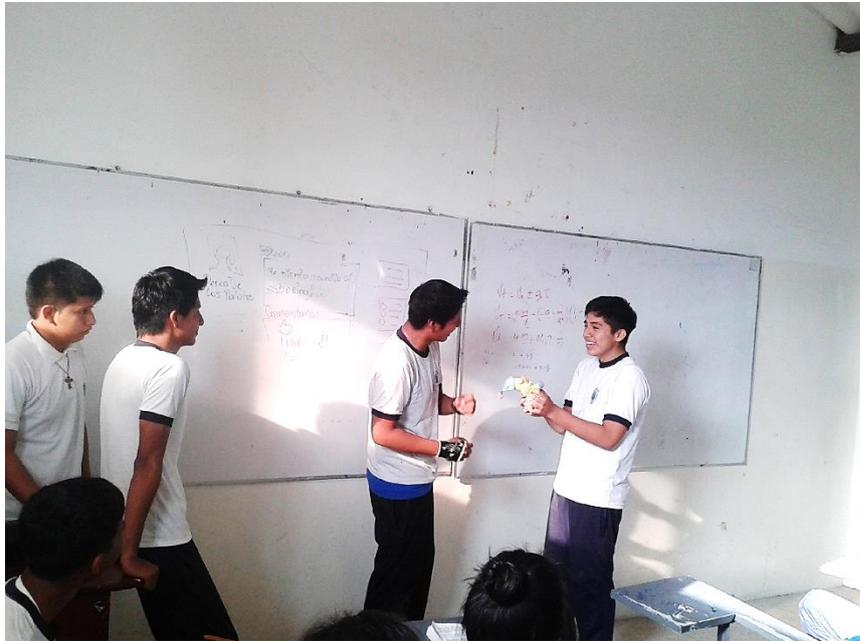
Actividad realizada con los estudiantes de 1BGU7 sobre el uso de redes sociales

Foto N°6



Actividad "Te vendo un pato" con los estudiantes del 1BGU7.

Foto N°7



Estudiantes realizando la caracterización ordenada en la actividad.

Foto N°8



Estudiantes aplaudiendo a sus compañeros participantes.

Foto N°9



Estudiantes al finalizar la actividad.

Foto N°10



Estudiantes al finalizar la actividad.

## Anexo 7

### Volantes informativos



#### CARRERA DE PSICOLOGÍA PROYECTO DE TESIS

##### **Redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes**

Como padres, si no conocemos, en algún momento hemos escuchado a nuestros hijos de hablar del Facebook, twitter, WhatsApp, google y demás, lo vemos como parte de “la moda de los jóvenes” hablar y estar continuamente en estos sitios en internet, pero ¿está usted enterado de los posibles riesgos que corre su hijo/a al exponer información personal en las redes sociales? o ¿si esa costumbre de pasar horas frente al computador o celular podría acabar en el deterioro de sus habilidades sociales?

##### **Señales de alarma**

- a. Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- b. Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- c. Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- d. Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
- e. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.

Elaborado por: Jaclyn Solano R

Bibliografía: Echeburúa, E., & Corral, P. d. (2010).

Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en. ADICCIONES, 91 - 96.

**Anexo 8**  
**Trípticos con recomendaciones para padres.**

**Anexo 9**  
**Documentos Legales para la elaboración, proceso y presentación**  
**de Tesis**