

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA**



**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE
AYACUCHO, 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORAS

Br. Curi Martinez, Katiwhska

Br. Rojas Cuba, Yenifer Karina

ASESOR

Mg. Cabrera Sandoval, Carlos Felix

<https://orcid.org/0000-0003-0972-2598>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Salud y Bienestar

TRUJILLO - PERÚ

2024

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, Cabrera Sandoval, Carlos Felix con DNI N° 71210119, como Asesor del trabajo de investigación titulado “Adicciones a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de ayacucho, 2023”, desarrollado por las egresadas Curi Martinez, Katiwhska con DNI: 70217715 y Rojas Cuba, Yenifer Karina con DNI: 74956046 del Programa de Psicología; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Mg. Cabrera Sandoval, Carlos Félix

ASESOR

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Excmo. Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.
Arzobispo Metropolitano de Trujillo
Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo
Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo
Vicerrectora académica

Dra. Anita Jeanette Campos Márquez
Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta
Vicerrectora de Investigación

Dra. Teresa Sofía Reátegui Marín
Secretaria General

DEDICATORIA

A Dios por brindarnos salud, protegernos de todo mal, guiarnos por el buen camino.

A nuestros padres por el apoyo brindado en cada etapa de nuestras vidas, por alentarnos en cada dificultad para no rendirnos.

A nuestros padres por ser un apoyo fundamental en cada proceso, por orientarnos a seguir adelante siempre venciendo los obstáculos de la vida.

AGRADECIMIENTO

A nuestros docentes de la Universidad Católica de Trujillo, por haber compartido sus conocimientos.

A nuestra asesora de la presente tesis quien nos ha guiado con su paciencia y sabiduría, además por su valioso aporte a nuestra investigación

Las autoras.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Nosotras, Katiwhska Curi Martinez con DNI: 70217715 y Yenifer Karina Rojas Cuba con DNI: 74956046, egresadas del programa de estudios de la carrera de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, damos fe que hemos seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: "Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023", el cual consta de un total de 66 páginas, en las que se incluye 7 tablas, más un total de 9 páginas en anexos.

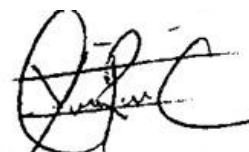
Dejamos constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaramos bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a nuestra autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizamos que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

Las autoras



Curi Martinez, Katiwhska

DNI 70217715



Rojas Cuba, Yenifer Karina

DNI 74956046

ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
INDICE DE TABLAS.....	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
I. INTRODUCCIÓN	12
II METODOLOGÍA.....	30
2.1 Enfoque, tipo.....	30
2.2 Diseño de investigación.....	30
2.3 Población, muestra y muestreo	31
2.5 Técnicas e instrumentos de recojo de datos.....	32
2.6 Aspectos éticos en investigación	34
III. RESULTADOS	36
IV. DISCUSIÓN.....	43
V. CONCLUSIONES	46
VI. RECOMENDACIONES	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA	48
ANEXOS.....	54
Anexo 1: Instrumentos de recolección de la información	54
Anexo 2: Ficha técnica	57
Anexo 3: Operacionalización de variables	59

Anexo 4: Carta de presentación	61
Anexo 5: Carta de autorización	62
Anexo 6: Consentimiento informado.....	63
Anexo 7: Asentimiento informado	64
Anexo 7: Matriz de consistencia.....	65
Anexo 9: Informe de originalidad.....	66

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Correlación entre adicción a redes sociales y bienestar psicológico</i>	36
Tabla 2. <i>Niveles de adicción a redes sociales</i>	37
Tabla 3. <i>Niveles de bienestar psicológico</i>	38
Tabla 4. <i>Correlación entre obsesión a redes sociales y bienestar psicológico</i>	39
Tabla 5. <i>Correlación entre falta de control personal y bienestar psicológico</i>	40
Tabla 6. <i>Correlación entre uso excesivo de redes sociales y bienestar psicológico</i>	41
Tabla 7. <i>Prueba de normalidad</i>	42

RESUMEN

La siguiente investigación tuvo como premisa central, determinar la relación de adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho 2023. Se realizó una investigación de tipo correlacional descriptiva y de diseño no experimental con corte transversal. La muestra estuvo conformada por 145 educandos. Los instrumentos utilizados fueron: Escala de bienestar de psicológico para jóvenes y el Cuestionario de adicción a redes sociales. Los resultados obtenidos mostraron la existencia de una relación significativa e inversa, la mayoría de los participantes se encuentran en los niveles moderado 49.7% y leve 44.1% de adicción, en cuanto a la variable bienestar psicológico en los estudiantes de la muestra extraída se encuentra en un nivel alto (60.0%) y (23.4%) presentan un nivel medio. Se halló también una relación significativa inversa de grado débil entre bienestar psicológico y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo de las redes sociales.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, bienestar psicológico.

ABSTRACT

The following research had as its central premise, determining the relationship between addiction to social networks and psychological well-being in students of an educational institution, Ayacucho 2023. Descriptive correlational research with a non-experimental design with a cross-sectional design was carried out. The sample was made up of 145 students. The instruments used were: psychological well-being scale for young people and the Social Network Addiction Questionnaire. The results obtained showed the existence of a significant and inverse relationship, the majority of the participants are at the moderate 49.7% and mild 44.1% levels of addiction, regarding the variable psychological well-being in the students of the extracted sample is in a high level (60.0%) and (23.4%) present a medium level. A significant inverse relationship of weak degree was also found between psychological well-being and the dimensions Obsession with social networks, Lack of personal control in the use of social networks and Excessive use of social networks.

Keywords: Addiction, social networks, psychological well-being.

I. INTRODUCCIÓN

Actualmente, la situación a causa del riesgo de salud, por la pandemia Covid-19, generó ciertas anomalías conductuales en las personas, la tecnología se ha extendido por todo el mundo como medio principal de comunicación entre todas las personas, ya sea en su ámbito laboral, familiar y educativo, como reacción a esta crisis, los ciudadanos tuvieron que generar conductas de adaptabilidad frente a los cambios.

Es por ello, que emplearon medios y herramientas tecnológicos para poder relacionarse y comunicarse con la sociedad en conjunto, pero estos medios de comunicación se volvieron cada vez más insostenibles debido a que ya no era una necesidad, sino que se volvió una adicción al uso de estos aparatos tecnológicos que permiten la comunicación con los demás, simultáneamente se ha ido disminuyendo la comunicación de manera física con los familiares y amigos.

De tal manera que los consumidores primarios son los niños, adolescentes y jóvenes, los cuales tienen mayor facilidad de adaptación a las redes sociales y otras formas de comunicación. De tal modo, que esta accesibilidad que se les brinda está generando cierta adicción en ellos y no tienen la facultad de poder controlar el tiempo de uso de las tecnologías y dejando de lado la comunicación directa, teniendo problemas académicos y en su salud mental y su bienestar psicológico.

Roa (2022) mencionó que a nivel mundial el uso del internet se incrementó ya que las personas están conectadas un promedio de 2 horas y 27 minutos durante el día en las distintas plataformas sociales. De modo que, entre los países examinados en el 2021, Nigeria es el país que ocupa primer puesto con 4 horas y 7 minutos de uso diario del internet en las distintas modalidades como Facebook, YouTube, Twitter e Instagram; mientras que, en Japón, el uso del internet es de 51 minutos, esto quiere decir que su uso es muy bajo y se sitúa en el último puesto.

En cambio, en España el 90.4% de personas con edades de 15 a 19 años usan con mayor frecuencia como el Facebook, twitter y YouTube, mientras que en México el

82% usan las distintas plataformas virtuales, aumentando así la conectividad en las plataformas virtuales (Asociación de Internet Mx, 2022).

En la actualidad, según The Global of Digital, indicó que los clientes de las redes sociales en el mundo, han crecido más del 10% en los últimos meses del año 2021, con 424 millones de usuarios nuevos que empezaron durante el 2021. Nos muestra que Facebook sigue liderando como plataforma favorita con 2.910 millones de usuarios a partir de octubre del 2021, YouTube creció a la par con Facebook obteniendo 2560 millones de usuarios activos, WhatsApp cuenta con 2 mil millones de personas activas por mes, Instagram con más de 250 millones de nuevos usuarios y Tik Tok con mil millones de personas activas por mes (Kemp, 2022).

No obstante, según la Organización de Naciones Unidas (ONU, 2022) refiere que los 71% de los adolescentes de entre 15 a 23 años pasan mayor tiempo conectados a las redes en tanto el otro grupo equivale al 58% solo acceden al internet. Es por ello en vísperas del día de internet seguro la Unión Internacional de Telecomunicaciones, arrojó una encuesta y se les pidió que clasificaran 3 amenazas de las redes sociales como el ciberacoso, deficiencia en la protección y el grooming; el resultado fue que el 40% mencionaron el ciberacoso y el 24% las deficiencias de protección y el 26% el grooming.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2021) mencionó que 450 millones de individuos en todo el mundo presentan problemas de salud mental que perjudica delicadamente sus vidas, es por ello que más de 300 millones de personas a nivel mundial están con depresión, que de alguna manera se incrementó el problema de salud mental con un 18,4% entre 2015 a 2020. El 50% comienzan estos problemas antes de los 14 años, y el 75% antes de los 18 años; entre el 35% y 50% no reciben tratamientos es por ello que alrededor de 800.00 personas se suicidan anualmente, ocupando el segundo lugar las personas que tienen las edades entre 15 a 29 años.

Adicional a esto, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022) mencionó que el 32,3% de individuos de las edades que oscilan entre 15 a 29 años manifiestan algún problema de la salud mental y emocional; de igual forma las mujeres

jóvenes atraviesan problemas de la salud mental con un porcentaje de 30,2% a diferencia de los varones jóvenes con un porcentaje de 22,9%.

Por otra parte, la titular de la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU, 2022) manifestó que la salud mental en los jóvenes es una problemática y es por ello que se requiere mayor énfasis y tratamiento especial; para ello se implementaron estrategias para evitar un deterioro de la salud mental y a su vez priorizar en la agenda política con la finalidad de trabajar terminante e inmediata.

Kuric et al. (2022) mencionaron que en España la población joven padece frecuentemente problemas de salud mental con un porcentaje de 6,2% en el año 2017 y el 15,9% en el año 2022, manifestando que estos problemas doblan el porcentaje las mujeres que los varones. Por otro lado, el 36.2% cuentan con diagnósticos especialmente de trastornos de ansiedad, estrés y depresión, es por ello que existe el aumento de ideas suicidas que ha pasado de un 5,8% en el año 2019 a un 8,9% en el año 2021.

En el Perú, existen 19,90 millones de usuarios de internet, eso quiere decir que 27 millones de peruanos equivalente al 60% de la población usan internet y están activos en el Facebook, Instagram, twitter, WhatsApp, telegrama, tiktok, ya que los datos muestran, que el 97,8% ingresan desde cualquier móvil, 2,2% a través de las computadoras, el 25,9% a través de teléfonos y computadoras y el 71% a través de un teléfono móvil (Alvino, 2021).

La pandemia y el aislamiento motivaron el uso de las plataformas, donde los conocedores del tema sostuvieron que, los padres deben ser los supervisores de los niños. Ya que mencionan que cuando una persona se encuentra demasiado tiempo frente al computador, comienzan a desinteresarse por las otras actividades cotidianas por ello, un catedrático de la Universidad San Martín de Porres mencionó que el confinamiento de la pandemia obligo y motivo a todos los alumnos el uso de redes sociales con el objetivo de mantenerse comunicados, por ende la gran mayoría de las personas encontró una manera de distraerse a través del uso de las diferentes redes sociales (Perú21, 2021).

Por lo tanto, esta situación de la crisis sanitaria en el mundo influyo en el bajo desarrollo psicoemocional de las personas en ámbitos referidos a su bienestar emocional. Por lo cual, la adición a redes sociales acrecentó en la sociedad afectando la vida familiar, emocional a y laboral de las personas.

Saavedra et al. (2021) realizaron estudios epidemiológicos de salud mental en Ayacucho, Cajamarca y Huaraz con adolescentes, las prevalencias de los trastornos mentales más frecuentes fueron: fobia social (Ayacucho 2,8%; Cajamarca 2,5% y Huaraz 5,2%), episodio depresivo (Ayacucho 9,1%; Cajamarca 9,2% y Huaraz 10,7%) y otros problemas de salud mental de pensamientos e intentos suicidas de 1,5% en adultos y el 5,4% en adolescentes.

En Ayacucho se investigó sobre el nivel del bienestar psicológico, en una determinada población, donde los resultados fueron que el 63.3%, de los estudiantes, 38 de ellos presentan un nivel moderado de bienestar psicológico, 12 de ellos presentan un nivel bajo de bienestar psicológico (Quispe, 2021). Por lo que, se evidencia que el bienestar psicológico va mejorando en cuanto a la vivencia de las personas y cambiando los hábitos que no son de beneficio para la salud mental.

Sin embargo, en la presente Institución Educativa Pública, los estudiantes pueden presentar adicciones a redes sociales y con lo mismo un nivel de bienestar psicológico bajo, ya que, hoy en día, la virtualidad juega un papel muy importante, porque tiene ventajas y desventajas, ya que los estudiantes realizan trabajos con el apoyo del internet y también buscan tener comunicación entre otros compañeros fuera de clase, de igual manera entre su contexto social, encontraron diversas maneras de distraerse, a través de las diferentes aplicaciones.

Donde el desarrollo del bienestar psicológico se vio afectada, evidenciándose poca participación en diferentes actividades por la pérdida de tiempo en las redes sociales, ya que prefieren dedicar su tiempo de ocio en actividades que son poco productivas, y esto se va reflejando en el bajo rendimiento académico y personal, además, También afecta su bienestar psicológico a medida que tomen decisiones autónomas y realicen

actividades más productivas, por ejemplo: Priorizar sus obligaciones académicas y familiares.

Por lo detallado, se procede de gran utilidad investigar sobre la problemática, planteándose, el problema general, ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 5to año de una Institución Educativa Pública Ayacucho, 2023?

Así mismo con los problemas específicos: ¿Cuáles son los niveles de adicción a redes sociales en los estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023?, ¿Cuáles son los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023?, ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión a redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023?, ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal y el bienestar psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023? Y ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023?

A nivel teórico, se justifica que la investigación denominada bienestar psicológico y su vínculo con la adicción a redes sociales, actualmente cobran relevancia para su estudio, debido a que produce ciertas conductas excesivas estimuladas por el impulso y la satisfacción del individuo en temas adictivos referentes al uso de herramientas tecnológicas, los cuales se presentan con mayor frecuencia en adolescentes debido a que la adicción a redes sociales tiene como finalidad, la interacción virtual con personas de diferentes contextos sociales, el cual puede traer consecuencias.

En lo metodológico la presente investigación, realizó un estudio de análisis descriptivo en un determinado ambiente educativo, en el cual se desarrolló diversos cuestionarios para la aplicación en la población educativa a estudiar, de la misma manera, se emplea el uso del software SPSS y el Excel para el tratamiento de datos y estadística, los cuales serán de apoyo para el desarrollo adecuado de los resultados los cuales servirán para obtener resultados eficientes y científicos.

Desde lo social, es beneficioso para los estudiantes ya que se muestra los resultados obtenidos, con los cuales se determina las medidas necesarias teniendo en cuenta el porcentaje de los resultados de las presentes variables, donde se propone al director y docente fomentar la prevención y promoción de actividades, tomando medidas que la institución y los padres de los estudiantes deseen tomar referidos a la problemática estudiada, entre otros. Por lo que, también se podrán beneficiar de forma indirecta a los familiares y profesores de dicha población educativa.

A nivel práctico, brinda información sobre la adicción a las redes sociales y bienestar psicológico, sirviendo como guía para que docentes y líderes institucionales practiquen e implementen las estrategias necesarias para mantener el control sobre ambas variables, las cuales se derivarán de lo que estaremos haciendo en este estudio. Los resultados obtenidos pueden ser utilizados como base para otros investigadores que deseen profundizar en el tema de investigación.

Teniendo presente la información detallada anteriormente, se planteó como objetivo general determinar la relación entre la adicción a redes sociales y bienestar psicológico. Igualmente, se plantean los objetivos específicos identificar el nivel de adicción a redes sociales, identificar el nivel de bienestar psicológico, establecer la relación entre bienestar psicológico y la obsesión a redes sociales, establecer la relación entre el bienestar psicológico y la falta de control personal, establecer la relación entre el bienestar psicológico y el uso excesivo de las redes sociales.

Se formularon como hipótesis general, que existe relación significativa entre la adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa, de igual manera, las hipótesis específicas que existe relación entre las variables estudiadas.

Se indagó sobre los antecedentes de investigación donde se hallaron estudios previos relacionados a las variables estudiadas a nivel internacional. Encontramos a Fabris et al. (2020) investigaron los vínculos entre el miedo a perderse algo, la adicción a redes sociales, y síntomas emocionales en la adolescencia: el papel del estrés asociado con negligencia y reacciones negativas en las redes sociales, la muestra estuvo conformada

por 472 adolescentes italianos de 11 a 19 años, se utilizaron recursos como autoinforme, finalmente sus resultados fueron que el miedo a perderse algo es un factor asociado a la sensibilidad del estrés lo que se relaciona con la adicción a redes sociales y un impacto negativo en el bienestar emocional.

Nguyen (2021) investigo, el impacto de las redes sociales en la vida de los estudiantes, el propósito de esta tesis fue estudiar y analizar el rendimiento académico y el impacto a las redes sociales para brindar recomendaciones sobre cómo evitar los posibles efectos negativos y aumentar los positivos, el método de estudio fue cualitativo y combinación de fuentes primarias y secundarias, como principal fuente se llevó una serie de entrevistas, los resultados mostraron que la variable estudiada tiene ambos efectos en el rendimiento académico.

Por otro lado, Hou et al. (2019) indagaron la relación entre la adicción a las redes sociales con la salud mental y el rendimiento académico de estudiantes universitarios, de igual forma la autoestima como conciliador de la comunicación, se precisó un método de sondeo incluida una muestra de 232 estudiantes donde se logra como resultado que, la relación entre ambas variables es desfavorable y el rendimiento académico en función a la relación que existe entre ambos era mediada por el autoestima. Desarrollaron un programa de intervención de autoayuda de dos etapas que redujo efectivamente la adicción de los estudiantes y logró de manera eficiente para el bienestar de la salud mental y productividad en los estudios.

Por su parte, Twenge y Keith (2019) investigaron sobre el uso de los medios está relacionado con un menor bienestar psicológico, donde se consideró como objetivo general determinar si el tiempo que están conectados influye en un menor bienestar psicológico fue en tres grandes encuestas a una muestra de 221,096 adolescentes en dos países. Los resultados fueron que los usuarios ocasionales que permanecían menos de una hora navegando en internet presentan un bienestar psicológico mayor y las personas que permanecen más de cinco horas al día se encuentran en un nivel bajo, lo cual indica que tienen más probabilidades de ser infelices, tienden a tener conductas suicidas y con problemas de depresión.

Hudimova et al. (2021) estudiaron el impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de los usuarios de la web durante la progresión de la pandemia de Covid-19, la muestra estuvo conformada por 254 jóvenes. El método que utilizaron fue el psicodiagnóstico y el cuestionario de escala de bienestar psicológico de Warwick Edinburg para identificar los patrones de participación en las redes sociales de los participantes durante el autoaislamiento forzados. Los resultados fueron que los participantes muestran emociones negativas y miedo al desconocido, inmersión de los jóvenes en las RS como una especie de escapar de los malos pensamientos, en la escala de bienestar psicológico indica un nivel inferior.

Con respecto a los antecedentes nacionales, encontramos los estudios de Lizárraga (2020) donde se investigó el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del Callao, la muestra estuvo constituida por 421 internos, de 18 a 70 años, se utilizaron los instrumentos de Escala de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés. Los resultados fueron que el 28.7%, que representa a 121 internos presentan un nivel medio de bienestar psicológico y un 71.3%, que corresponde a 300 internos presentan un nivel alto.

Arias y Isidro (2022) presentaron su investigación, adicción a las redes sociales y bienestar psicológico en la generación Z, diseño empírico asociativo, con una muestra de 151 jóvenes entre los 18 y 24 años, los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de Slas -Blas, Copez y Merino y la escala de bienestar psicológico de Domínguez. Los resultados obtenidos fueron altamente significativa la adicción a redes sociales y autoaceptación, vínculos sociales y proyectos correspondiente al bienestar psicológico a diferencia en la relación entre la adicción a redes sociales y autonomía que no se evidenció relación, pero se llegó a la conclusión sobre la correlación parcial entre las variables estudiadas.

En la investigación de Ccorahua (2022) dicha investigación tuvo como objetivo general verificar que existe relación entre el bienestar psicológico y las redes sociales, los instrumentos empleados fueron el cuestionario breve de adicción a redes sociales (ARS – 6) y la escala de bienestar psicológico SPWB de Ryff, tuvo como muestra a 303 adolescentes de dos instituciones educativas de San Juan de Miraflores donde se

encontró correlaciones significativa entre la adicción a redes sociales y bienestar psicológico, se concluyó que a mayor adicción menor será el bienestar psicológico en los adolescentes.

Espantoso y Mannheim (2021) desarrollaron la investigación donde su objetivo general fue determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de ciencias de la salud, la muestra estuvo conformada por 281 jóvenes entre varones y mujeres, con edades que oscilan entre los 18 y 25 años, los instrumentos empleados fueron ARS para la primera variable y BiepsA para la segunda variable, donde se encontró una correlación inversa entre el uso excesivo de las redes sociales, al igual que se observaron distintas correlaciones entre las variables estudiadas según sexo y cantidad de horas de conexión.

Padin (2022) estableció su principal objetivo general, determinar si existe influencia significativa de la adicción a redes sociales y bienestar psicológico, la muestra estuvo conformada por 323 estudiantes de 18 a 30 años, los instrumentos utilizados fueron el ARS, y la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS – A), los resultados obtenidos fueron que la dimensión obsesión por las RS influye de forma inversa y significativa sobre la dimensión aceptación, control de situaciones y vínculos sociales del BP, se concluye que solo algunas de las dimensiones del ARS es un predictor significativo de las dimensiones del BP.

Así mismo, en los antecedentes regionales resaltan los estudios de Amiquero y Asto (2022) con el tema inteligencia emocional y adicción a redes sociales, el diseño es uno experimental descriptivo, correlacional de corte trasversal, los instrumentos empleados fueron el Meta -Mood versión reducida y el test de Adicción ardes sociales en la cual estuvo conformada por 131 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de san Cristóbal de Huamanga, Los resultados obtenidos muestran que un 52.9% posee un nivel de inteligencia emocional regular, 71.3% adicción leve, 23% adicción moderada y el 5.7% adicción severa.

Cárdenas (2021) en su investigación Sujeción a redes sociales y depresión en educandos de derecho de una universidad privada de Ayacucho. El cual, tuvo como

propósito determinar el vínculo entre ambas variables de estudio. Así mismo, el estudio fue de enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlación, no experimental. El cual tuvo como muestra a 119 educandos. Se empleó un cuestionario para cuantificar las variables. Por otro lado, dicho estudio concluye que, la relación entre ambos objetos de estudio o variables, presentan un nivel de sig. 0,003 y un coeficiente de correlación de 0,716 respectivamente, el cual, supone un nivel positivo alto de relación.

Solano y Ccorahua (2021) indagaron acerca del impacto psicológico y adicción a redes sociales durante la pandemia por COVID – 19 en Ayacucho, su objetivo fue determinar si existe relación entre las variables estudiadas, fue un estudio de enfoque cuantitativo, tipo prospectivo, una muestra conformada por 110 alumnos, las herramientas utilizadas fueron el Cuestionario de ARS y cuestionario de 23 items, los resultados obtenidos fueron que el 87,3% no presentan impacto psicológico por la pandemia y 12.7% si presentan, mientras que con la otra variable se identificó que casi nunca un 48.2%, algunas veces un 24.5%, nunca 21.8% casi siempre 4.5% y un porcentaje siempre.

Quispe (2020) en su estudio la sujeción a redes sociales y autoestima en educandos de nivelación de la universidad Federico Froebel. El cual, tuvo como propósito determinar el vínculo entre los dos objetos de estudio. Por otro lado, el estudio fue de enfoque cuantitativo descriptivo correlacional, no experimental. Así mismo, presento una muestra de 42 educandos, el instrumento fue cuestionario e inventario de autoestima. Por consecuente, dicho estudio concluyo que, el vínculo entre ambos objetos de estudio presenta un nivel de sig. De 0,033 y una correlación de 0.827 respectivamente, por lo que, presenta un nivel positivo alto.

En relación con la variable adicción a redes sociales, es una dependencia que desarrolla la persona hacia diversas plataformas sociales donde implica la interrelación con las personas externas, la adicción viene a ser la compulsión hacia el uso excesivo de las redes sociales, esto a pesar de que le cause problemas con la familia, la escuela, el trabajo, etc., generalmente esta adicción trae consecuencias a corto y largo plazo, como la lejanía con la familia, el desempleo, el bajo desempeño académico, entre otros,

por ello se vio a personas que se conectan más de 18 horas y se encuentran pendientes a las actualizaciones de las redes sociales (Echeburúa y De Corral, 2015).

Zamora (2018) sostuvo que, la red social es un conjunto de actores y patrones bien definidos, los cuales están conformados en elementos, los cuales vienen a ser individuos, grupos, organización y comunidades socio globales conectadas bajo las redes inalámbricas, dichas redes permiten la conexión global entre el mundo a través del internet, los cuales están enlazados a través de un conjunto de relaciones sociales el cual hace posible la interacción por medios virtuales.

Una adicción es el uso excesivo de ciertas sustancias dañinas, en las últimas décadas estuvo de moda la nueva adicción hacia las redes sociales los cuales cuentan en la actualidad con más de 3000 millones de inscritos en el mundo, de los cuales las redes con mayor uso son el Facebook, YouTube, WhatsApp, Facebook Messenger, WeChat, Instagram, etc. por lo que se considera que esta adicción puede traer consecuencias a futuro, tanto así que altera la conducta de una persona que lo padece, estos vicios suelen generar nuevas actitudes en las personas los cuales son dañinos en la familia como en la propia persona (Jasso et al., 2017).

Por otro lado, el internet es aquella herramienta que se utiliza para el uso de las diversas ventajas que se emplean en la actualidad tales así en el uso exclusivo de una determinada empresa, sin embargo, también puede ser de uso perjudicial cuando la persona que hace el uso pierda el control sobre las horas que pasa en el internet o navegador, esto se puede convertir en un vicio a futuro, trayendo consigo diversas alteración en la persona como en su contexto, quienes presentan conductas evasivas, que le permiten a la persona a mantener activo en el internet a través de las redes sociales (Martínez y Moreno, 2020).

La adicción se caracteriza como una necesidad recurrente el cual genera dependencia en la persona y se describe por el seguimiento patológica de la persona, a través de una sustancia u otras acciones (Vargas, 2018).

Marín et al. (2019) mencionan que las personas con dichas adicciones presentan las siguientes características: La persona suele estar mucho tiempo en las redes sociales, tales como el Facebook, por tal motivo pierden la vida social en base a su contexto. Sentir la necesidad de utilizar las redes sociales en todo momento, ya sea un momento de mucha importancia. Utiliza las redes sociales para poder olvidarse y distraerse de los conflictos laborales o académicos. Presentaron dificultades tanto en el ámbito laboral, personal y educativo, todo por el uso contante de las redes sociales mostrando una actitud de impaciencia con necesidades de poder acceder a través de un móvil a una red social.

Los beneficios de las redes sociales son diversos, así como menciona Malo et al. (2020) que permite la reunión con el resto de las personas con un determinado interés, los cuales pueden compartir experiencias, por ello en su mayoría se crean grupos de trabajos creados a través del WhatsApp, Google Meet, Zoom, etc. En la actualidad existen nuevas innovaciones los cuales se observan a través de las redes sociales, tales como mantenerse informado través de los grupos de noticiero.

Echeburúa (2012) menciona los factores a redes sociales: Durante la etapa de desarrollo físico o psicológico, los jóvenes y adolescentes vienen a ser el grupo con más alto riesgo de adicción a las redes sociales, donde dichos adolescentes desarrollan conductas de rebeldía dentro del hogar, dichos sujetos sienten la necesidad de crear y buscar experiencias nuevas, y por ello termina encausándolos a las redes o al internet, y en ese sentido son la población que pasan mayor tiempo de su vida en las redes e internet. Por otro lado, estos tienen mayor conocimiento y uso de los aparatos electrónicos que son las principales herramientas que permiten la conectividad entre los demás usuarios virtuales.

El surgimiento de las redes sociales y el estudio de las consecuencias psicológicas, producen el uso excesivo, por lo que se desarrolló un trastorno adictivo a redes sociales, los cuales comparten las mismas características que las demás adicciones, los cuales se evidencian en las conductas y actuación que se encargan de la existencia de un sujeto, donde al mismo tiempo causan secuelas en su cuerpo que convergen en resultados prohibidos a nivel físico y psicológico (Jasso et al., 2020).

Según Ecurra y Salas (2014) planteo las siguientes dimensiones latentes: La obsesión por las redes sociales.

Son actitudes compulsivas o compromiso mental hacia las redes sociales, por lo que, la persona fantasea con poder acceder a una red social, utilizando tiempo y esfuerzo, se alejan de la familia y amistades, pierden su economía, niegan su problema en la adicción a las redes, sus sentimientos y pensamientos dominan el acceso constante a las redes sociales, coordinado a ello con la ansiedad e inquietud por la ausencia de ingreso a las plataformas.

Por segunda dimensión encontramos a la falta de control personal, son actitudes que demuestran que la persona presenta poco control o ningún control sobre sí mismo, como conectarse al internet ni bien se despierte incluyendo la interrupción de sus actividades del día, constantes pensamientos sobre el acontecimiento de las redes sociales, pensar en adecuar su acceso a las redes, sin embargo, es imposible hacerlo, o no tiene éxito sus deseos por controlar su acceso.

Y por último, el uso excesivo de las redes sociales donde se muestra actitud desmedida y dificultad para controlar el uso de las redes sociales, tales como la necesidad permanente de estar conectado, sentirse relajado y tranquilo después de usar las redes sociales, el estar en la línea en las redes sociales pierde el sentido del tiempo, por lo que en su mayoría del tiempo se encuentra conectado en las redes sociales, invirtiendo tiempo y dinero para acceder a ello, estando siempre al tanto de los acontecimientos.

Para efectos de la investigación, después de indagar lo detallado de cada autor, se valora la teoría de Young (1998) conforme a las redes sociales, donde menciona que la adicción está incluida en una amplia gama de conjunto de problemas de comportamiento donde los adolescentes vienen siendo indefensos en cuantos a las redes.

Así mismo, dicha teoría resalta, el interés en los niños y adolescentes debido a que son más propensos a adquirir conductas adictivas, debido a que su situación y condición física y psicológica son motivados a explorar nuevas experiencias y comportamientos

impulsivos, donde no desarrollan un control de sus intereses e impulsos. Así mismo, en su postulado, Young califica a este tipo de adicción como un trastorno por secuencias anómalas a tiempos de conexión, aislamiento y desatención. Los cuales, generan un problema de desarrollo psicoemocional adecuado en los adolescentes.

Con respecto al bienestar psicológico, Cardak (2013) definió como el incremento personal de conceptos para desenvolverse y poder sentirse feliz. El bienestar psicológico de una persona incluye la relación del individuo con los objetivos de su vida. Si es consciente de su potencial, la calidad de su relación con los demás y lo que siente por su propia vida.

Victoria y Gonzales (2000) definen el bienestar psicológico como el constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social.

Goldberg (1993) explicó el bienestar psicológico desde el punto de vista del sexo, de la edad, experiencias estresantes; esto tuvo como resultado que no presentaron una relación significativa con el bienestar psicológico, pero si en cuanto a la personalidad de extraversión y responsabilidad relacionados de forma positiva.

Según Castro (2023) en su artículo menciona que la aceptación personal se basa más que nada en aceptarse tal y como es la persona con sus cualidades y defectos, pero la parte del defecto es difícil de aceptar y es por ello que la mayoría de las personas se quedan estancados en esa faceta y le es difícil salir. Al llegar a este punto de aceptación en la vida cotidiana surgen situaciones como pérdida de un ser querido, despidos laborales, diagnósticos de enfermedades, etc., si esta persona sabe manejar la situación va asumir sin rencor, no busca culpables y acepta lo sucedido, entonces estas personas saben gestionar sus emociones.

El enfoque psicosocial está vinculado con la sociedad, es decir que está relacionado con las relaciones sociales y esto a su vez como influyen en las sociedades que de alguna manera modifican sus conductas, la manera de pensar y de expresar sus emociones o sentimientos (Quintana et al., 2018).

Como afirma Suárez et al. (2018) el proyecto de vida es de suma importancia y de forma estratégico para desarrollar la personalidad, es decir que busca las necesidades, deficiencias o carencias que tienen las personas en su vida y posterior a ellos lograr la superación buscando el bienestar y satisfacción y así poder disminuir los sufrimientos en todos los aspectos. En la opinión de Heidegger (1951) citado por Sessarego, la autogestión personal, es una necesidad de gestionarse, desarrollando sus capacidades, habilidades y valorando las circunstancias en las circunstancias que se encuentren.

Como sostienen Rieck y Lundin (2020) existe varios factores como la personalidad que influye en la edad y en la sociedad en lo cual las personas van cambiando o modificando algunas conductas, comportamientos, sentimientos, etc.; seguidamente son los factores ambientales ya que gira en el entorno sociocultural que viven los individuos y están expuestos a creencias religiosas, culturales, la salud y sus derechos.

Otro punto muy importante son las circunstancias económicas que cada persona lucha por obtener trabajos o algún oficio para así tener oportunidades de prosperar, tener relaciones positivas con las personas, familiares, amigos, colegas. Y, comportamientos individuales que cada una de las personas lo van adquiriendo de acuerdo a la enseñanza de la familia como de su entorno, es decir su capacidad es innata y aprendida para así poder batallar con sus pensamientos, sentimientos y manejar su vida cotidiana de una manera adecuada, teniendo en cuenta la inteligencia emocional, asumiendo sus responsabilidades y respetando las opiniones de las demás personas.

En la etapa de la adolescencia el desarrollo psicológico se determina por el egocentrismo, a partir de que los adolescentes progresivamente están en cambios corporales propio de la madurez. Esto a su vez está acompañado con las condiciones de vulnerabilidad y su relación principal de redes de apoyo social, familiar, escuelas y comunidades.

Entonces Morales y Díaz (2020) mencionan en su investigación que tuvo como objetivo identificar el bienestar psicológico en los adolescentes; llegando a la conclusión que a pesar de las condiciones que están atravesando o enfrentando, la mayoría de los

adolescentes se sienten satisfechos en vista que tienen apoyo en las escuelas, en sus comunidades y familiares.

Ryff (1989) el modelo de seis dimensiones propuesta por Ryff crea relaciones positivas con lo demás pueden estar mediadas por la aceptación de la misma persona, esto es la autoaceptación, sin embargo, para poder tener facilidad de dominar el entorno, muchas veces depende del crecimiento personal incluido las metas concretas, motivan a la creación de objetivos que le deán un sentido a la vida, la autonomía que esta enlazado con la independencia. Nos referimos a bienestar psicológico como la perspectiva del desarrollo humano, ya que los modelos de desarrollo humano complementan la visión del Bienestar psicológico.

Por lo tanto, para casullo (2002) concluyó que para la evaluación del bienestar psicológico se requiere de cuatro dimensiones las cuales vienen siendo el control de situaciones esta teoría se ha centrado en el estudio y comprensión de los trastornos mentales, ya que ciertas variables como la edad, el sexo, experiencias estresantes durante la su infancia, niñez o en la etapa adultez experimentaron.

En este sentido es importante que la población tenga esa capacidad de poseer sus fortalezas, habilidades y capacidades suficientes para mantener en equilibrio su bienestar psicológico Muñoz (2015) además según Castro (2023) en su artículo menciona que la aceptación de sí mismo se basa más que nada en aceptarse tal y como es la persona con sus cualidades y defectos, pero la parte del defecto es difícil de aceptar y es por ello que la mayoría de las personas se quedan estancados en esa faceta y le es difícil salir. Al llegar a este punto de aceptación en la vida cotidiana surgen situaciones como pérdida de un ser querido, despidos laborales, diagnósticos de enfermedades, etc., si esta persona sabe manejar la situación va asumir sin rencor, no busca culpables y acepta lo sucedido, entonces estas personas saben gestionar sus emociones.

Por su parte la dimensión vínculos psicosociales está vinculado con la sociedad, es decir que está relacionado con las relaciones sociales y esto a su vez como influyen en las sociedades que de alguna manera modifican sus conductas, la manera de pensar y de expresar sus emociones o sentimientos (Quintana et al., 2018).

Es de gran importancia el proyecto de vida como afirma Suárez et al. (2018) el proyecto de vida es de suma importancia y de forma estratégico para desarrollar la personalidad, es decir que busca las necesidades, deficiencias o carencias que tienen las personas en su vida y posterior a ellos lograr la superación buscando el bienestar y satisfacción y así poder disminuir los sufrimientos en todos los aspectos. En la opinión de Heidegger (1951) citado por Sessarego, la autogestión personal, es una necesidad de gestionarse, desarrollando sus capacidades, habilidades y valorando las circunstancias en las circunstancias que se encuentren.

Desde el punto de vista de Michalos (1986) indica que es una integración de enfoques dentro del campo de la satisfacción, la teoría de adaptación se basa en el modelo de hábito automático, en el que el sistema reacciona ante desviaciones del nivel de condición física actual. Estos los procesos de habituación automática son adaptativos porque permiten el impacto del evento sólo se diluirá. Por lo tanto, la fuente de las capacidades personales permanece libres y capaces de responder a nuevos estímulos requiere atención inmediata.

Es importante para entender la felicidad, Coates y Janoff (1978) mencionan que las personas ante una situación que genere estrés las personas se adaptan y retornan al nivel de bienestar inicial, esta teoría se basa en modelo automático de la habituación, que son adaptativos porque permiten que el impacto del evento simplemente se diluya.

La teoría de la salud mental desde una perspectiva de derechos y reflexiones realizadas por Herás et al. (2021) donde su objetivo principal fue investigar la salud mental; en lo cual los investigadores mencionaron que durante los años 2011 a 2019 los individuos viven en constante lucha por sus derechos vitales, sociales y políticos por lo cual estas personas viven estresados, angustiados, que de alguna manera afecta en su forma de actuar, pensar, en la parte del comportamiento, la capacidad de relacionarse con las demás personas; es por ello que auto gestionaron ofreciendo un buen posicionamiento conceptual, metodológico, epistemológico.

Asimismo, la teoría de bienestar o también reconocida como el acrónimo modelo PERMA, está conformada por cinco elementos más importantes (Seligman, 2017).

Como primero está las emociones positivas, es decir son las emociones que se viven día a día de manera positiva, dentro de ello se encuentran la alegría, amor, esperanza, inspiración, serenidad, etc., estas emociones pueden ser ilustradas y no permite que estas emociones potencialicen de manera negativa. Seguidamente experiencias de flujo; es decir fluir, disfrutar de manera plena en todos los sentidos y esto se desarrolla mayormente cuando están en movimientos, actividades que le gusta ejercer a las personas.

Asimismo, relaciones interpersonales que están siempre en contacto con las demás personas en su entorno de trabajo, familiar, amistades, etc., siempre van estar conectados con estas personas y con cada una de ellas la actitud y comportamiento será diferente y viceversa. Como también encontramos significado, en este punto hace referencia a que las personas muestran a los demás lo mejor que pueden ser y así poder ayudar a las demás; cuando hacen este acto estas personas tienen la sensación de satisfacción positiva. Y, consecuentemente los logros, estos son sueños, metas u objetivos personales que cada uno se traza a lo largo de su vida, que puede ser a corto plazo o como también a largo plazo, esto permite una contribución que de alguna manera ayudan al bienestar de cada persona.

Dichos elementos con respecto a la teoría del bienestar, se pueden desarrollar mediante las fortalezas que de alguna manera se van a entrelazar con la satisfacción con la vida y pueden ser: entusiasmo, la capacidad de ser amado y al mismo tiempo amar, gratitud, compromiso, curiosidad.

Esta teoría se ha centrado en el estudio y comprensión de los trastornos mentales, ya que ciertas variables como la edad, el sexo, experiencias estresantes durante la su infancia, niñez o en la etapa adultez experimentaron. En este sentido es importante que la población tenga esa capacidad de poseer sus fortalezas, habilidades y capacidades suficientes para mantener en equilibrio su bienestar psicológico (Muñoz, 2015).

II. METODOLOGÍA

2.1 Enfoque, tipo

El estudio en cuestión, es de enfoque cuantitativo, debido a que está orientada al congregar, examinar y procesar datos, con expresiones numéricas sobre objetos de estudio previamente establecido. En tal sentido Hernández et al. (2014) afirmó que los enfoques cuantitativos, están centrados en el estudio de variables, que presentan escalas y valores expresivos de una variable, con la finalidad de evidenciar su grado o impacto que se presenta en un determinado contexto.

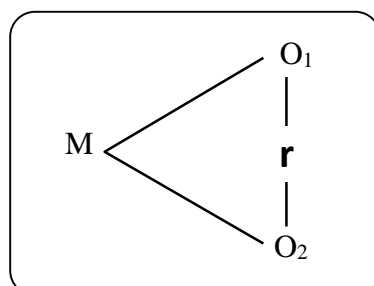
Por consiguiente, esta investigación se encuentra en un límite básico, porque se conceptualiza en forma de ampliación de los conocimientos científicos con temas que realiza cada investigador (Alvarado y Moran, 2010).

2.2 Diseño de investigación

Por otro lado, es de tipo descriptivo correlacional, debido a que está orientada a determinar el grado de vínculo existente entre ambos objetos de estudio. Hernández et al. (2014) sostuvieron que las investigaciones correlacionales están orientadas a determinar el grado de vinculo que puedan existir en dos fenómenos observados. En ese sentido, en dicho estudio se pretende lograr y explicar las relaciones que puedan manifestar los objetos de estudio, en cuanto a sujeción a las variables investigadas.

Así mismo, el diseño de estudio, es no experimental, lo cual, indica que no se manipula intencionalmente las variables, ya sea de manera directa o indirecta. El estudio, está orientado a analizar las variables en su contexto normal o habitual, sin intervención directa o modificación al contexto o a la muestra. Por otro lado, es transversal debido a que se orienta el estudio fenomenológico en un determinado tiempo y una sola ocasión (Hernández et al., 2014).

Esquema del diagrama correlacional:



Donde:

M : Estudiantes

O₁ : Adicciones a redes sociales

O₂ : Bienestar psicológico

r : Relación entre las variables.

2.3 Población, muestra y muestreo

Hernández et al. (2014) mencionaron que la población es la información que se obtiene para representar todas las indagaciones de los variables y estos concuerdan con las especificaciones mediante la medición. Para lo cual, en la presente indagación la población es de 232 estudiantes de la una Institución Educativa Publica de Ayacucho.

Respecto a los criterios de inclusión, se consideraron los siguientes: estudiantes matriculados en el año académico 2023, estudiantes del nivel de secundaria que se encuentran en el quinto grado, estudiantes que aprobaron el asentimiento para la investigación y estudiantes. Asimismo, en los criterios de exclusión, se consideraron los siguientes: estudiantes que presentan déficit sensorial severo que le impida responder a las preguntas del instrumento a utilizar, estudiantes que no desearon participar en la investigación.

Por consiguiente, Hernández et al. (2014) plantearon que la muestra es un subconjunto de la población, debe ser representativa, sin ninguna manipulación, ni adulterio. Añadiendo a ello, la muestra estuvo conformada por 145 estudiantes.

Con respecto al tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia. Hernández et al. (2014) definieron como subgrupos de la población, en la cual, la muestra se elige por conveniencia del investigador, permitiendo seleccionar de manera arbitraria a los participantes.

2.5 Técnicas e instrumentos de recojo de datos

Los instrumentos son aquellos recursos que representa una utilidad al investigador para el recojo de data de un determinado grupo o fenómeno a estudiar (Ore, 2015). En tal sentido, los instrumentos representan un recurso fundamental, en estudios de carácter tecnológico y científico, orientados a fenómenos u población. Por lo cual, se prioriza la utilidad de un recurso esencial en el desarrollo de los aportes científicos y las técnicas a emplear, son cuestionarios que nos facilitan a cuantificar las variables de estudio.

Los instrumentos utilizados fueron los siguientes: Nombre Original: Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), este trabajo utilizó la referencia original elaborada por Ecurra y Salas en el 2014, se encuentra constituido por 24 reactivos, en los cuales consideran tres dimensiones: obsesión por las redes sociales que consta de 10 ítems, falta de control el cual está integrado por 8 ítems y finalmente se encuentra el uso excesivo conformado por 6 ítems, por otro lado, el manejo consta de 15 minutos aproximadamente, su rango de edad es adolescentes y jóvenes, se evalúa mediante cinco preferencias de respuesta los cuales son: nunca (0), rara vez (1), a veces(2), casi siempre(3) y siempre(4).

El primer cuestionario se detalló 32 ítems que fue desarrollado en la ciudad de Lima en una muestra de 380 jóvenes de distintas casas de estudio, primero se propuso examinar la repartición de los reactivos a través del estudio factorial exploratorio para verificación de su relación, los resultados del hallazgo mencionaron que se encontró tres dimensiones, por lo que se realizó un análisis independiente, no hubo ajuste de parámetros, se pasó a suprimir ocho ítems. Además, el comportamiento de los ítems mostró que estas dimensiones eran más precisas cuando se ajustaban para individuos de nivel alto e intermedio en la evaluación.

La confiabilidad de la herramienta se deriva de la estrecha estabilidad de todos los factores por el coeficiente alfa de Cronbach, el intermedio de confianza fue al 95%, aplicando los pasos de Fisher, que oscilan entre .88, para el factor 2 y 92, en el factor 3, cuando por encima de .85 se consideran altos. El intervalo se dio al 95%, y se

aplicó el procedimiento Fisher para encontrar con éxito, significación estadística (Ecurra y Salas, 2014).

En cuanto para la segunda variable de investigación se utilizó el instrumento, escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J), al cual se realizó un análisis psicométrico por Faberio (2019) y un análisis confirmatorio de confiabilidad mediante el alfa de Cronbach obteniendo un puntaje alto de .000, su nombre Original: Escala de bienestar de psicológico para jóvenes.

Este trabajo utilizó la referencia original elaborada por María Casullo en el 2002, se encuentra constituido por 13 reactivos, en los cuales consideran cuatro dimensiones: control de situaciones que consta de 4 ítems, aceptación de sí mismo consta de 3 ítems, vínculos psicosociales el cual está integrado por 3 ítems y finalmente se encuentra el proyecto conformado por 3 ítems, por otro lado, el manejo consta de 10 minutos aproximadamente, su rango de edad es adolescentes y jóvenes del nivel secundario de colegios estatales, se evalúa mediante cinco preferencias de respuesta los cuales son: en desacuerdo (1), ni de acuerdo ni en desacuerdo (2) y de acuerdo (3).

El primer cuestionario se detalló 36 ítems que fue desarrollado en Argentina en una muestra de 1320 jóvenes de distintas casas de estudio, primero se propuso examinar la repartición de los reactivos a través del estudio factorial exploratorio para verificación de su relación, los resultados del hallazgo mencionaron que se encontró dimensiones, por lo que se realizó un análisis independiente, no hubo ajuste de parámetros, se pasó a suprimir 23 ítems.

La validez se entiende como el nivel de medición real que un instrumento sobre la variable. Para la puesta en marcha del estudio, en cuanto a casullo estableció la validez mediante el análisis factorial, dichos procedimientos permitieron establecer la validez de la escala.

En cuanto a la confiabilidad del instrumento de recopilación de datos, se obtiene a través del coeficiente Alfa de Cronbach, a fin de determinar la fiabilidad de los ítems del instrumento, la confiabilidad obtuvo un valor de 0,74, la cual se considera buena.

Para la validez de los instrumentos utilizados tanto para el cuestionario de adicción a redes sociales y el bienestar psicológico fueron contextualizados a la región de Ayacucho, con una muestra de 30 estudiantes, dichos instrumentos validados y revisados por juicio de expertos, concluyendo se realizó la confiabilidad y validez de la Escala de bienestar de psicológico para jóvenes, obteniendo un Alfa de Cronbach de ,886 el cual viene a ser una confiabilidad aceptable y del Cuestionario de Redes Sociales se extrajo un Alfa de Cronbach de ,915 el cual es se considera una confiabilidad buena.

Seguidamente, se procesó con la presentación de la carta de presentación al personal a cargo de la institución educativa, prosiguiendo con la aceptación se realizó el consentimiento y asentimiento informado por los alumnos que cursan el quinto año, con el propósito de ejecutar las pruebas de Adicción a redes sociales y bienestar psicológico con la coordinación del director, docentes de aulas y alumnos.

En cuanto al vaciado de datos, se procesó la investigación recabada mediante la ciencia de la estadística, el cual se presenta en dos fases. El programa informático Microsoft Excel, mientras que para los datos se emplea la estadística descriptiva. El software SPSS V22, que al traducirlo al castellano quedaría como Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales para la estadística inferencial.

2.6 Aspectos éticos en investigación

La investigación cumple de acuerdo con el reglamento del código de ética que brinda la casa de estudios, ciñéndose a los principios que derivan de dicho documento, para eludir la vulneración del proceso de los criterios investigativos.

La ética de la investigación para este trabajo se considera una fuente de directrices éticas, deontología del Código de Ética del Colegio de Psicólogos del

Perú (CPP, 2018) y de la Investigación científica en la Universidad Católica de Trujillo (UCT, 2019) siendo de gran importancia el consentimiento informado, que es el documento legal utilizado para obtener el permiso de un padre o tutor para su hijo menor y pueda participar en el estudio.

Este documento contiene una descripción detalles del estudio, riesgos y beneficios potenciales, derechos del investigador. Información estudiantil, confidencial y otra información relacionada. El objetivo es asegurar a los padres o tutores, como personas responsables de los menores, comprenden plenamente el ámbito de estudio antes de dar el consentimiento.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Adicción a redes sociales y bienestar psicológico.

	Spearman	Bienestar Psicológico
Adicción a Redes Sociales	rho	-0.289
	p	0.000
	n	145

La tabla 1 se presenta una correlación negativa estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el bienestar psicológico, con un coeficiente de correlación de Spearman (rho) de -0.289 y un valor p extremadamente bajo de 0.000, basado en una muestra de 145 participantes. Este resultado sugiere que a medida que aumenta la adicción a las redes sociales en los individuos, tiende a disminuir su bienestar psicológico.

Tabla 2*Adicción a redes sociales.*

Nivel	f	%
Grave	9	6.2
Moderado	72	49.7
Leve	64	44.1
Total	145	100.0

La tabla 2 se muestra la distribución de los niveles de adicción a las redes sociales en una muestra de 145 individuos. La mayoría de los participantes se encuentra en los niveles moderado y leve de adicción, con un 49.7% (72 individuos) y un 44.1% (64 individuos) respectivamente. Por otro lado, un pequeño porcentaje, el 6.2% (9 individuos), presenta un nivel grave de adicción a las redes sociales. Esta distribución indica que, aunque una gran parte de la muestra tiene algún grado de adicción a las redes sociales, la proporción de casos graves es relativamente baja. No obstante, el alto porcentaje de individuos con adicción moderada sugiere que la adicción a las redes sociales es una problemática considerable en este grupo, lo que podría tener implicancias en su bienestar psicológico y en otros aspectos de su vida diaria

Tabla 3*Bienestar psicológico.*

Nivel	f	%
Alto	87	60.0
Medio	34	23.4
Bajo	24	16.6
Total	145	100.0

La tabla 3 se presenta la distribución de los niveles de bienestar psicológico en una muestra de 145 individuos. La mayoría de los participantes, un 60.0% (87 individuos), reporta tener un alto nivel de bienestar psicológico, lo cual es un indicador positivo de su estado mental y emocional. Por otro lado, un 23.4% (34 individuos) se encuentra en un nivel medio, mientras que un 16.6% (24 individuos) experimenta un bajo bienestar psicológico. Estos resultados reflejan que, aunque la mayoría de las personas encuestadas perciben un bienestar psicológico positivo, existe aún una proporción significativa que se encuentra en niveles medio y bajo, lo cual podría ser motivo de atención para profesionales de la salud mental.

Tabla 4*Obsesión a redes sociales y bienestar psicológico.*

	Spearman	Bienestar Psicológico
Obsesión a Redes Sociales	rho	-0.254
	p	0.002
	n	145

La tabla 4 se revela una correlación negativa estadísticamente significativa entre la obsesión por las redes sociales y el bienestar psicológico, con un coeficiente de correlación de Spearman (rho) de -0.254 y un valor p de 0.002, basado en una muestra de 145 participantes. Este resultado sugiere que existe una tendencia en la que a medida que la obsesión por las redes sociales aumenta, el bienestar psicológico de los individuos tiende a disminuir.

Tabla 5*Falta de control personal y bienestar psicológico.*

	Spearman	Bienestar Psicológico
Falta de Control Personal	rho	-0.340
	p	0.000
	n	145

La tabla 5 se muestra una correlación negativa estadísticamente significativa entre la falta de control personal y el bienestar psicológico, con un coeficiente de correlación de Spearman (rho) de -0.340 y un valor p extremadamente bajo de 0.000, basada en una muestra de 145 individuos. Este resultado indica que, a medida que los individuos perciben una mayor falta de control personal en sus vidas, su bienestar psicológico tiende a disminuir.

Tabla 6

Uso excesivo de redes sociales y bienestar psicológico.

	Spearman	Bienestar Psicológico
Uso Excesivo de Redes Sociales	rho	-0.236
	p	0.004
	n	145

La tabla 6 se presenta una correlación negativa estadísticamente significativa entre el uso excesivo de redes sociales y el bienestar psicológico, registrando un coeficiente de correlación de Spearman (rho) de -0.236 y un valor p de 0.004, en una muestra de 145 participantes. Este resultado sugiere que existe una tendencia a que el bienestar psicológico disminuya a medida que el uso de las redes sociales se incrementa de manera excesiva.

Tabla 7*Prueba de normalidad.*

Kolmogorov-Smirnov	E	GI	P
Obsesión por las Redes Sociales	0.082	145	0.019
Falta de Control Personal	0.090	145	0.006
Uso Excesivo de Redes Sociales	0.073	145	0.054
Adicción a Redes Sociales	0.074	145	0.053
Control	0.202	145	0.000
Vínculo	0.225	145	0.000
Proyectos	0.193	145	0.000
Aceptación	0.194	145	0.000
Bienestar Psicológico	0.181	145	0.000

De acuerdo a la presente tabla de normalidad, tanto la variable Adicción a Redes Sociales como su dimensión Uso Excesivo de Redes Sociales presentan una distribución normal ($p > 0.05$), mientras que el resto de constructos tuvieron una distribución no normal ($p < 0.05$), por lo cual se empleó la estadística no paramétrica para la prueba de hipótesis.

IV. DISCUSIÓN

El presente trabajo tuvo como objetivo general, la relación entre adicciones a redes sociales y bienestar psicológico, con un valor de correlación de $\rho = -0.289$; resguarda la idea de que estas dos variables están íntimamente relacionadas. Esta correlación sugiere que a medida que aumenta la adicción a las redes sociales en los individuos, tiende a disminuir su bienestar psicológico. Para llevar a cabo dichas evaluaciones, se emplearon instrumentos que fueron validados en el contexto peruano. La muestra estuvo formada por 145 estudiantes del nivel secundaria. Asimismo, la mayor cantidad (53.8%) de los estudiantes evaluados pertenecían al género femenino y cursaban el 2º año de secundaria (21.4%). En tal sentido se encontró:

De acuerdo al objetivo general, a un 95% de fiabilidad y 5% de margen de error, que existe una relación significativa e inversa entre la adicción a redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes del 5º año de secundaria ($p = 0,000 < 0,05$; $r = -0,289$).

Estos resultados encuentran similitud en Espantoso y Mannheim (2021) donde encontraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre las dimensiones este resultado se explica con lo que menciona Echeburúa (2012) que los adolescentes son más vulnerables para aprender conductas adictivas, debido a que experimentan nuevas situaciones y no controlan su comportamiento impulso, por otro lado ellos tienen mayor conocimiento de la nueva tecnología, que como principal herramienta permite la comunicación entre otros usuarios. Las conductas reaccionan por la motivación de las emociones fuertes, algunas personas que no tienen algún síndrome de dependencia a las redes, ingresan por goce, pero las personas que presentan adicción ingresan a las plataformas con tal de aliviar su estado emocional (Cia, 2013).

Respecto al primer objetivo específico, el estudio de los resultados obtenidos revela que la mayoría de los participantes se encuentra en los niveles moderado y leve de adicción a redes sociales, con un 49.7% (72 individuos) y un 44.1% (64 individuos) respectivamente. Evidencias que semejan con las citadas en la tesis de Martínez y Moreno (2020) donde llegaron a la conclusión de que los sujetos de estudio tienen un nivel medio de adicciones y tienen necesidad por conectarse a estas. (30%); seguidamente en su investigación Echeburúa y Requesens (2021) afirman acerca de los elementos de riesgo a nivel particular, entorno

social, familiar o el grupo de estos desencadenan personalidades adictivas en sujetos con mayor vulnerabilidad que a la vez muestran conductas agresoras. De esta manera, los individuos que se encuentran en dicho proceso pueden prorrogar largo tiempo en aceptar sus conductas adictivas (Gómez y Fernández, 2020).

En cuanto al segundo objetivo específico, se puede inferir que el 60,0% de los estudiantes de 5° año tienen un nivel alto de bienestar psicológico. Estos resultados encuentran similitud con lo investigado Lizárraga (2020) donde se investigó el bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del Callao, los resultados fueron que 28.7% que representa a 121 internos presentar un nivel medio de bienestar psicológico y un 71.3% que corresponde a 300 internos presentan un nivel alto.

Este resultado se corrobora con lo que indica Goleman (1996) las personas que presenten mayor inteligencia emocional tiende a tener mayor gestión de control de impulsos, emociones, conductas, desarrollo de empatía y persistencia ante las dificultades de frustración, en cambio los que no desarrollan plenamente su inteligencia emocional no pueden regular sus impulsos.

En lo concerniente al tercer objetivo específico, fue establecer la relación que existe entre la obsesión a redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de quinto grado, revela una correlación negativa e inversa ($p=0.002<0,05$; $r=-0.254$). Este resultado sugiere que existe una tendencia en la que a medida que la obsesión por las redes sociales aumenta, el bienestar psicológico de los individuos tiende a disminuir. Por lo tanto, como manifiesta, Chiza et al. (2021) mencionaron que las personas que están conectados constantemente conllevan una vida virtual y los medios de las redes son por los teléfonos, tabletas, laptop, computadoras, etc., como menciona Escurra y Salas (2014) un adolescente que presenta obsesión por las redes sociales piensa continuamente en las redes y cuando no acude o está desconectado de las redes muestra una preocupación excesiva.

Por lo tanto, Fernández (2015) menciona que cuando una persona adicta a la red social no se conecta continuamente, muestra incomodidad, agresividad, irritabilidad, enojo, etc.; esto dependerá de acuerdo al nivel de impotencia que cause. Lo que significa que existe una relación estadísticamente significativa entre la primera dimensión de la primera variable y

la segunda variable, aceptándose así la hipótesis alterna, al mismo tiempo que se rechaza la hipótesis nula. También se observa que el coeficiente de correlación es de $-0,305$, lo que quiere decir que dicha correlación es inversa y de nivel bajo.

Según el cuarto objetivo específico, en la cual se planteó establecer la relación que existe entre la falta de control personal y bienestar psicológico, se detalla que existe una correlación negativa significativa entre la falta de control personal y bienestar psicológico en los estudiantes del quinto año de secundaria ($p=0,00<0,05$; $r=-0.340$). Lo cual nos indicó que los estudiantes perciben una mayor falta de control personal en sus vidas, su bienestar psicológico tiende a disminuir ocasionando perjuicios en su vida cotidiana, lo cual nos permite reflexionar lo que menciona García (2016) como consecuencia de las redes sociales se toman las siguientes en la salud mental, funcionamiento cognitivo, carencias auto referenciales, conducta social, actividad académica.

Estos resultados se asemejan a Padin (2022) donde de identifico que solo la dimensión falta de control personal en uso de las redes sociales influye de manera significativa, aunque de magnitud baja.

Finalmente, el quinto objetivo específico se observa que existe una correlación negativa e inversa entre el uso excesivo de redes sociales y bienestar psicológico en los estudiantes del quinto año de secundaria ($p=0,004<0,05$; $r=-0.236$). Este resultado sugiere que existe una tendencia a que el bienestar psicológico disminuya a medida que el uso de las redes sociales se incrementa de manera excesiva. Esto se corrobora con el autor Gelles (1980) menciona que la aparición del ciclo de violencia como un factor preponderante en el maltrato ya sea virtual o presencial. Por ende, algunas estadísticas afirman que cada año un billón de niños sufren algún tipo de violencia. Es importante destacar que a raíz de la pandemia se accedió a la utilización de las redes sociales causando práctica excesiva y desmedida (Roa, 2022).

V. CONCLUSIONES

- La relación entre la adicción a redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de 5° año de secundaria, es una correlación negativa estadísticamente significativa, lo cual nos indica que cuando aumenta la adicción a redes sociales, el bienestar psicológico tiende a reducirse.
- Respecto al primer objetivo específico, es evidente que predominan los niveles moderado y leve de adicción a redes sociales, con un 49.7% (72 individuos) y un 44.1% (64 individuos). Este resultado sugiere que existe una tendencia en la que a medida que la obsesión por las redes sociales aumenta, el bienestar psicológico de los individuos tiende a disminuir.
- En referencia al segundo objetivo específico, el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de la muestra extraída se encuentra en un nivel alto (60.0%), medio un (23.4%) y bajo (16.6%).
- En correspondencia con el tercer objetivo específico, se evidenció una notable correlación negativa e inversa entre la obsesión por las redes sociales y bienestar psicológico ($p=0.002<0,05$; $r=-0.254$).
- En razón al cuarto objetivo específico, la relación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de 5° año de secundaria es significativa e inversa.
- Finalmente, conforme al quinto objetivo específico, se demostró una relación negativa e inversa entre el uso excesivo de redes sociales y bienestar psicológico ($p=0,004<0,05$; $r=-0.236$).

VI. RECOMENDACIONES

- A los directivos de la institución, a socializar los hallazgos de esta investigación y, por medio de la Coordinación de TOE y el departamento de Psicología, elaborar un plan de actividades orientadas a prevenir el uso inadecuado y compulsivo de las redes sociales.
- A los docentes de la institución se sugiere fomentar talleres sobre las variables estudiadas en la institución educativa San Juan con el asesoramiento de un psicólogo, para concientizar a los estudiantes sobre las repercusiones y mal uso de las redes sociales en esta coyuntura.
- Desarrollar coordinaciones entre tutores, docentes y profesionales competentes para gestionar charlas preventivas en relación al problema, identificar a los estudiantes que puedan estar presentando problemas de dependencia a las redes sociales para ser derivados al área psicología de la institución.
- Se recomienda a los nuevos investigadores usar los resultados del presente estudio para comparar con futuras investigaciones acorde a las variables estudiadas.
- Es recomendable que la institución educativa constituya una técnica trascendental para los problemas relacionados a las variables de investigación, de manera que se brinden recursos eficaces.
- Respecto al área familiar, fomentar la implicancia de ser guías de sus menores hijos e hijas; asimismo, temas en base a comunicación asertiva, habilidades sociales, medios de comunicación de manera que se puede prevenir las adicciones a redes sociales y mejorar el bienestar psicológico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Amiquero y Asto. (2022). *Inteligencia emocional y su relación con la adicción a redes sociales en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga*. [Tesis pregrado]. http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/UNSCH/4736/1/TESIS%20EN804_Ami.pdf
- Arias, K y Isidro, A. (2022). *Adicción a las redes sociales y bienestar psicológico en la generación z de lima metropolitana*. (Tesis de licenciatura). https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/11506/ARIAS_SK_M_ISIDRO_ADS.pdf?sequence=11
- Benites, N. (2018). *Propiedades psicométricas de la escala de adicción a redes sociales en universitarios de la ciudad de trujillo*. (Tesis de maestría), Lima. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11255/benites_ng.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cardak, M. (2013). Psychological Well-Being and Internet Addiction Among. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 134-141. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1016863.pdf>
- Caro, M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *MediSur*, 15(2), 251–260. <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180050962014.pdf>
- Cárdenas, P. (2021). *Sujeción a redes sociales y depresión en educandos de derecho de una Universidad Privada, Ayacucho 2021*. (Tesis de pregrado). Universidad de Ayacucho Federico Froebel. <http://hdl.handle.net/20.500.11936/235>
- Castro, A., & De la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: análisis bibliográfico. *Salud y Drogas*, 17(1), 73–85. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83949782008.pdf>
- Castro. (2023). Aceptación Personal, asumo cómo soy y lo que me pasa. *IEPP*. <https://www.iepp.es/aceptacion-personal/>
- Casullo, M. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica. Argentina. Paidós. <https://core.ac.uk/download/pdf/267888589.pdf>
- Ccorahua, S. (2022). *Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de san juan de Miraflores, 2021*. [Tesis de

- pregrado, Universidad Autónoma del Perú].
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2436/Ccorahua%20Estrada%2c%20Samira%20Mariori.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). Código de ética y deontología.
https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Díaz, M. y. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes en situación de vulnerabilidad: impacto de redes de apoyo social. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*. file:///C:/Users/HP/Downloads/225-Texto%20del%20art%C3%AD_culo-1083-1-10-20201028.pdf
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2015). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91–95.
<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Escurrea Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*. *Liberabit*, 20(1), 73-91.
<https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Espantoso, D y Mannheim, E. (2022). *Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de Ciencias de la Salud*. [Tesis pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC.
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/657809>
- Faberio, P. (2019). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS – J en alumnos del nivel secundario de Instituciones Educativas estatales del distrito de Comas, 2019*. [Tesis pregrado]. Universidad Cesar vallejo.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/37626>
- Fabris, M. Marengo, D. Longobardi, C. Settanni. M. (2020). *Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: the role of stress associated with neglect and negative reactions on social media*.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460319314133>
- Goldberg. (1993). bienestar psicológico con ciertas variables.
<https://psicologosprincesa81.com/blog/el-bienestar-psicologico-algo-entrenable-y-controlable/>

- Hernandez, S. (2014). *Metodología de la investigación científica*. Mexico: McGraw-Hill.
https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *13(1)*, article 4.
<http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-4>
- Hodimova, A. Popovych. I. Baidyk, V. Buriak, O. Kechyk, O. (2021). The impact of social media on young web user psychological well-being during the Covid-19 pandemic progression. *Dialnet*, *10*, 50-56.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7921287>
- INEI. (2022). Perú: Enfermedades no Transmisibles y Transmisibles 2022.
https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2022/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2022.pdf
- Jasso, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, *7(3)*, 2832–2838.
<https://www.redalyc.org/pdf/3589/358954155010.pdf>
- Kant, R. (2019). Emotional intelligence: A study on university students. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*. Vol.13, No. 4, 441- 446.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1270320.pdf>
- Kemp, S. (2020b). *More than half of the people on Earth now use social media DataReportal –Global Digital Insights*. <https://datareportal.com/reports/more-than-half-the-world-nowuses-social-media>
- Lizarraga, O. (2020). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del callao*. [Universidad San Martín de Porres]. Tesis Maestría,
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8766/LIZARRAGA_CO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Malo, S., Martín, M., y Viñas, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, *25(56)*.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/158/15855661012/15855661012.pdf>

- Marín, V., Vega, E., y Passey, D. (2019). Determinación del uso problemático de las redes sociales por estudiantes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2).
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/3314/331460297008/331460297008.pdf>
- Martínez, B., y Moreno, D. (2017). *Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes*. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 105–114. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853220011.pdf>
- Ministerio de Salud del Perú (2021). *Cerca del 30 % de menores de edad en riesgo de presentar dificultades socioemocionales debido a la pandemia*. Plataforma digital única del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/342348-cerca-del-30-demenores-de-edad-en-riesgo-de-presentar-dificultades%20socioemocionalesdebido-a-la-pandemia>
- Morales, L. (2021). *Adicción a las redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio unfv.
http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/5564/UNFV_FP_Morales_Meza_Lissette_Milagros_Titulo_profesional_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Nguyen, M. (14 de febrero del 2021). *The impact of social media on students' lives*. LAB University of Applied Sciences.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/499169/Nguyen_My%20Hanh.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Padin, F. (2022). *Influencia de la adicción a redes sociales sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de lima metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola].
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/429a23a5-287b-4abe-9086-6c9bd2db4dd9/content>
- Palomino, L. (2019). *Adicción a redes sociales y agresividad en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate, 2018* [Universidad Cesar Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34709/Luis_VP.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Perú21. (2021, January 16). La adicción a las redes sociales y cómo salir sin contratiempos. *Peru21*. <https://peru21.pe/lima/la-adiccion-a-las-redes-sociales-y-como-salir-sin-contratiempos-noticia/>
- Quispe, N. (2021). *Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública Ayacucho* [Universidad católica los ángeles de chimbote]. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/31751/BIENESTAR_PSICOLOGICO_QUISPE_HUARACA_NANCY.pdf?sequence=3
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57 (6), 1069 – 1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Saiz, J. (2009). Estudio empírico de las variables de la teoría de la conducta planificada como factores de riesgo. *Adicciones* 21(3), 187-194. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592008000100006
- Sánchez, M., y Pinochet, G. (2017). El rol de las redes sociales virtuales en la difusión de información y conocimiento: estudio de casos. *Universidad & Empresa*, 19(32), 107–135. <https://www.redalyc.org/pdf/1872/187247578006.pdf>
- SENAJU. (20 de junio del 2023). *El 32.3% de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental*. Secretaría Nacional de la Juventud <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
- Solano, M., Y Ccorahua, F. (2021). *Impacto psicológico y adicción a redes sociales durante la pandemia por COVID – 19 en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Juan de Ayacucho, 2021*. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1414/1/Fiorela%20Melisa%20Solano%20Cardenas.pdf>
- Twenge, J. Keith, W. (2019, 11 de marzo). Media Use Is Linked to Lower Psychological well-being: Evidence from Three Datasets. *Springer link*. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11126-019-09630-7>
- Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”. (2021). Código de ética de la investigación científica. https://www.uct.edu.pe/images/transp/RES_014-2021_R_APROBAR_CODIGO_ETICA_INVESTIGACION_VERSION_10.pdf

- Young KS. (1998). Internet addiction over the decade: a personal look back.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00279.x>
- Heras, A. Acosta, M. Pozzo, María. C (2021). Investigación en colaboración en el campo de la salud mental desde una perspectiva de derechos Reflexiones sobre método, teoría y enfoque epistémico. EMPIRIA.
<https://www.redalyc.org/journal/2971/297165169006/297165169006.pdf>
- Suárez. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? opyright © Sociedad Venezolana de Farmacología y de Farmacología Clínica y Terapéutica.
<https://www.redalyc.org/journal/559/55963207012/html/#:~:text=El%20proyecto%20de%20vida%20es%20una%20forma%20de%20planeamiento%20estrat%C3%A9gico,del%20presente%20y%20del%20futuro>

ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos de recolección de la información

ADICIONES A REDES SOCIALES

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

S	CS	AV	RV	N
Siempre	Casi Siempre	Algunas Veces	Rara vez	Nunca
5	4	3	2	1

N°	Dimensiones e indicadores	RESPUESTAS				
		5	4	3	2	1
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social					

¡Gracias por su participación!

ESCALA BIEPS-J

Por favor lee con atención las siguientes oraciones y marca tu respuesta según lo que pienses y sientas este último mes. No hay respuesta buena o mala, así que no dejes oraciones sin responder. Marque tu respuesta con un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

De Acuerdo	Ni De Acuerdo Ni Desacuerdo	En Desacuerdo
1	2	3

N°	Dimensiones e indicadores	RESPUESTAS		
		1	2	3
1.	Me hago cargo de lo que digo o hago.			
2.	Tengo amigos/as en quienes confiar.			
3.	Sé lo quiero hacer con mi vida.			
4.	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5.	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6.	Me importa pensar que haré en el futuro.			
7.	Generalmente le caigo bien a la gente.			
8.	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito			
9.	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10.	Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11.	En general me llevo bien con la gente.			
12.	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

¡Gracias por su participación!

Anexo 2: Ficha técnica

Nombre original del instrumento:	Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS).
Autor y año:	Original: Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)
	Adaptación:
Objetivo del instrumento:	Para fines de diagnóstico de adicciones a las redes sociales, análisis clínicos y educativos o para investigación
Usuarios:	Adolescentes y jóvenes
Forma de Administración o Modo de aplicación:	Individual o grupal.
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	
Validez: (Constructo)	En la validación del instrumento se utilizó el análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores previamente identificados, correspondiente al de los tres factores relacionados, cuyas puntuaciones fueron: ($\chi^2(238) = 35.23$; $p < .05$; $\chi^2/gl = 1.48$; $GFI = .92$; $RMR = .06$; $RMSEA = .04$; $AIC = 477.28$)
Confiabilidad: (Presentar los resultados estadísticos)	Se realizó a través del Alfa de Cronbach, obteniéndose en los tres factores: Obsesión por las Redes Sociales ($\alpha = 0.91$) Falta de Control Personal ($\alpha = 0.88$)

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

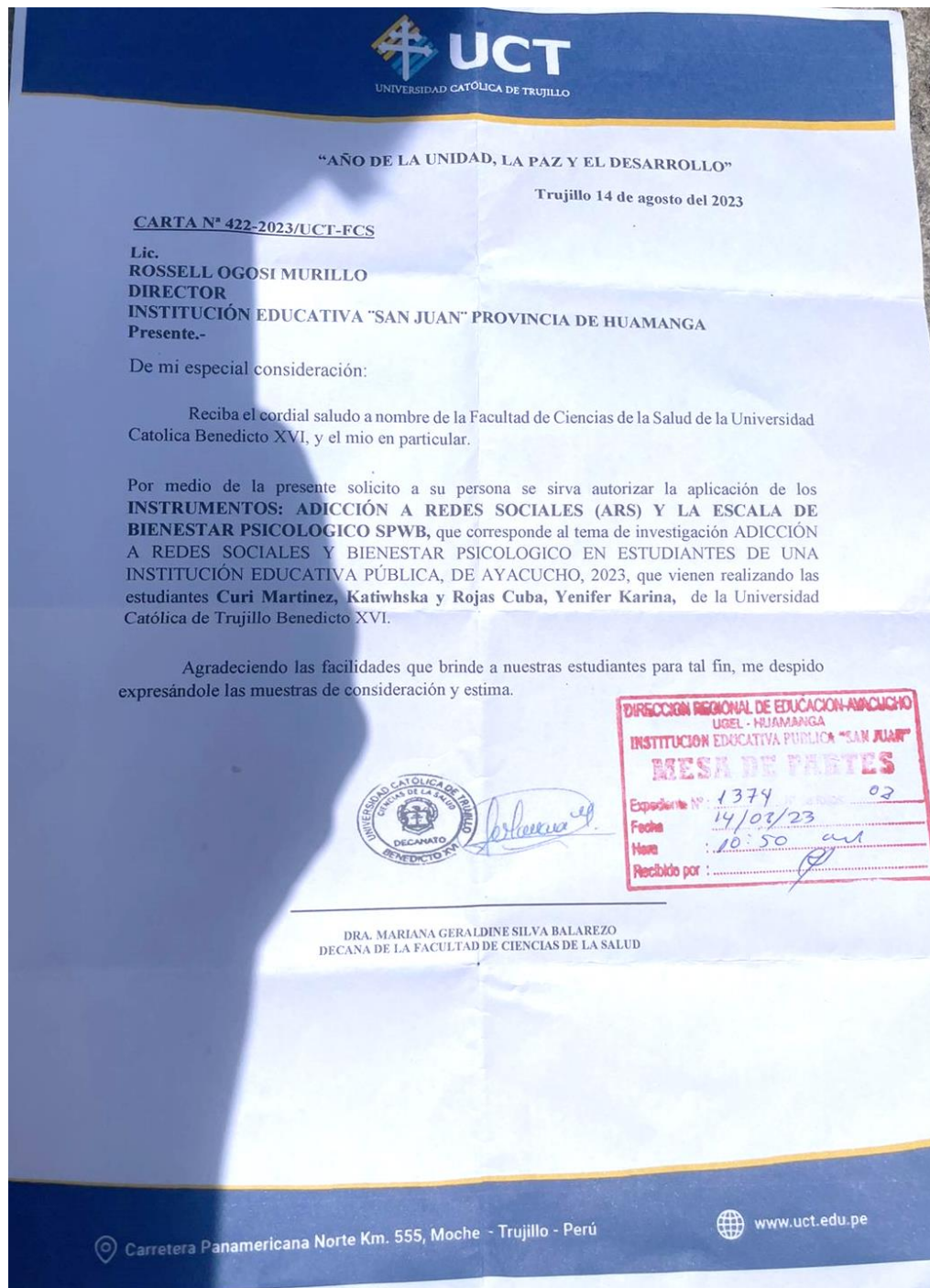
Nombre original del instrumento:	Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS - J)
Autor y año:	Original: María Casullo
	Adaptación: Faberio (2019)
Objetivo del instrumento:	Evaluación del bienestar psicológico
Usuarios:	Niños y adolescentes entre 13 y 18 años
Forma de Administración o Modo de aplicación:	Individual o colectiva.
Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)	
Validez: (Constructo)	La validez se entiende como el nivel de medición real que un instrumento sobre la variable. Para la puesta en marcha del estudio, en cuanto a casullo estableció la validez mediante el análisis factorial.
Confiabilidad: (Presentar los resultados estadísticos)	Se realizó a través del Alfa de Cronbach,

Anexo 3: Operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento, medida, valores y niveles
Variable 1: Adicciones a redes sociales	Es una dependencia que desarrolla la persona hacia diversas plataformas sociales donde implica la interrelación con las personas externas, la adicción viene a ser la compulsión hacia el uso excesivo de las redes sociales (Echeburúa & De Corral, 2015)	Las respuestas serán medidas a través del Cuestionario de Adicción A Redes Sociales (ARS). La misma que está constituida de 24 ítems, evaluada en aproximadamente 10 minutos.	Obsesión por las redes sociales	- Compromiso mental	1 – 08	Valores: Escala de Likert. - Siempre (1) - Casi siempre (2). - A veces (3) - Rara vez (4) - Nunca (5) Niveles: - Bajo (24-56) - Medio (57-89) - Alto (90-122)
			Falta de control personal	- Preocupación	09 – 16	
			Uso excesivo de redes sociales	- Dificultades para controlar el uso de las redes sociales	17 – 24	

<p>Variable 2: Bienestar psicologico</p>	<p>Capacidad de tener el conocimiento y manejo de emociones, adecuadamente no solo consigo mismo si no con los demás, es por ello el progreso de algunas destrezas sociales, como la empatía, la discusión asertiva, la escucha activa, el respeto, entre otros (Fragoso, 2015).</p>	<p>Las respuestas serán medidas a través del Instrumento BIEPS – J</p>	Control de situaciones	Admisión de errores.	1,5,10,13	<p>Medida: Ordinal. Valores: Escala de Likert - En desacuerdo (1) - Ni de acuerdo ni en desacuerdo (2) - De acuerdo (3)</p> <p>Niveles: - Baja (28-32) - Medio (33-38) - Alto (39)</p>
			Aceptación de sí mismo	Comisión de equivocaciones. Encaramiento de problemas.	4,7,9	
			Vínculos psicosociales	Expresar pensamientos con libertad. Ser un poco influenciable.	2,8,11	
			Proyecto	Toma de decisiones con seguridad.	3,6,12	

Anexo 4: Carta de presentación

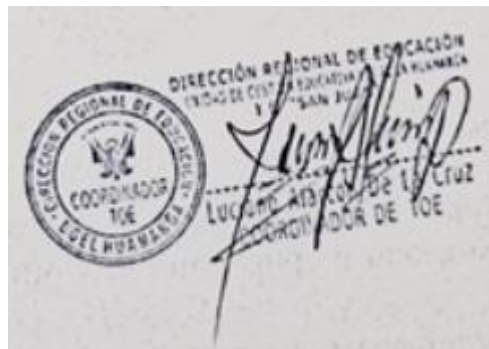


Anexo 5: Carta de autorización

PROVEIDO N°002-2023-DREA-UGELH-II.EE-SJ-SJB-A

Visto, el documento CARTA N°422-2023/UCT-FCS, proveniente de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, quien solicita aplicación de los instrumentos “Cuestionario de adicciones a redes sociales (ARS) y escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)”, a la misma que se le permite las facilidades del caso a fin de que ejecuten dicha investigación en la Institución Educativa “San Juan” del distrito del mismo nombre y de la provincia de Huamanga.

Ayacucho, 17 de agosto del 2023



Anexo 6: Consentimiento informado

**CONSENTIMIENTO INFORMADO, ACUDIENTES O REPRESENTANTES
LEGALES DE ESTUDIANTES MENORES DE 18 AÑOS.**

Yo, _____ mayor de edad, identificado (a) con DNI _____, en condición de representante legal o acudiente del estudiante _____ del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Pública San Juan, manifestó que he sido informado (a) de las condiciones de participación de mi menor hijo (a) en el trabajo de investigación titulado Adicciones a Redes Sociales y Bienestar Psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública, De Ayacucho, 2023, que vienen realizando las egresadas Katiwhska Curi Martinez con DNI 70217715 y Yenifer Karina Rojas Cuba con DNI 74956046; de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, de la carrera de Psicología.

El objetivo general de este estudio es: Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y bienestar psicológico en los estudiantes de 5° año de secundaria de una institución educativa emblemática, ayacucho 2023. La participación de los estudiantes en este estudio será a través de cuestionarios: Adicciones a Redes Sociales (ARS) y la escala de Bienestar Psicológico SPWB. La información suministrada será confidencial y solo se usará con fines académicos, como parte del proceso de análisis de los datos y que permitirá cumplir con los objetivos planteados en la investigación.

Autorizo, por medio del presente documento, la participación del estudiante _____ en el proceso de investigación descrito en este documento. Asimismo, certifico que he sido informado de los propósitos del estudio y los fines con los que será utilizada la información recolectada. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.

Atendiendo a la normatividad vigente sobre consentimientos informados y de forma consiente y voluntaria DOY EL CONSENTIMIENTO

Firma : _____

Dirección : _____

Teléfono : _____

Anexo 7: Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Nosotras, Katiwhska Curi Martinez con DNI 70217715 y Yenifer Karina Rojas Cuba con DNI 74956046. Somos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, de la carrera de Psicología y estamos haciendo nuestra investigación sobre ADICCIONES A REDES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO, la participación de cada uno de ustedes es voluntario (a).

A continuación, te presentamos unos puntos importantes que debes de saber antes de aceptar ayudarnos:

- Tu participación es totalmente voluntaria, si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decirnos y volverás a tus actividades.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre la investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con (X) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en nuestra investigación.

¿Quiero participar en la investigación de Adicciones A Redes Sociales Y Bienestar Psicológico?	SI	NO
--	----	----

Anexo 7: Matriz de consistencia

Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023.

Título	Formulación del Problema	Hipótesis	Objetivos	Variables y dimensiones	Metodología
Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023	<p>Problema General: ¿Cuál es la relación que existe entre adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023?</p> <p>Problemas Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál son los niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023? - ¿Cuál son los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023? - ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023? - ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023? - ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y el bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023? 	<p>Hipótesis General: Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023.</p> <p>Hipótesis Específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Existe relación significativa entre la obsesión a redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023. - Existe relación significativa entre la falta de control personal y el bienestar psicológico en los estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023. - Existe relación significativa entre el uso excesivo de redes sociales y el bienestar psicológico en los estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023. 	<p>Objetivo General: Determinar la relación que existe entre adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar los niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023. - Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho, 2023. - Establecer la relación que existe entre la obsesión a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023. - Establecer la relación que existe entre la falta de control personal y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023. - Establecer la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Ayacucho, 2023. 	<p>Variable 1: Redes sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Obsesión a redes sociales. - Falta de control personal - Uso excesivo de las redes sociales <p>Variable 2: bienestar psicológico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Control de situaciones - Aceptación de sí mismo - Vínculos psicosociales - Proyecto 	<p>Tipo Cuantitativo</p> <p>Nivel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Correlacional - Transversal <p>Diseño No experimental</p> <p>Técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Encuesta - Psicometría <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adicción A Redes Sociales (ARS) - Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J) <p>Población: Estudiantes del 5to año de educación Secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho.</p> <p>Muestra: 145 estudiantes</p> <p>Estadígrafo para la prueba de hipótesis: Rho de Spearman.</p>

Anexo 9: Informe de originalidad

CURI_MARTINEZ_KATIWHSKA_Y_ROJAS_CUBA_YENIFER_KARI...
2024-24.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	1%
5	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	1%