



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES
EN ESTUDIANTES DE 4° Y 5° DE SECUNDARIA DE JUANJUI,
SAN MARTÍN, 2021

PRESENTADA POR
MAYRA MERCEDES TARAZONA JIMENEZ

ASESORA
ROSA ANGÉLICA SEPERAK VIERA

TESIS
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA

LIMA – PERÚ

2022



**Reconocimiento - No comercial - Compartir igual
CC BY-NC-SA**

El autor permite entremezclar, ajustar y construir a partir de esta obra con fines no comerciales, siempre y cuando se reconozca la autoría y las nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE 4° Y 5° DE SECUNDARIA DE JUANJUI, SAN
MARTÍN, 2021**

**TESIS PARA OPTAR
EL TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTADO POR:
MAYRA MERCEDES, TARAZONA JIMENEZ**

**ASESOR:
MG. ROSA ANGÉLICA, SEPERAK VIERA
ORCID: 0000-0002-0057-1669**

**LIMA, PERÚ
2022**

Dedicatoria

A todos los adolescentes, niños y adultos que fueron afectados a nivel emocional por el aislamiento provocado por la Covid 19.

Agradecimiento

Me gustaría dedicar este agradecimiento a mis padres quienes me apoyaron en toda la carrera, encaminándome siempre a dar lo mejor de mí.

A mi casa de estudios, Universidad San Martín de Porres quienes me brindaron las herramientas y conocimientos para ser una profesional idónea, y sobre todo agradecer a mi asesora Mag. Rosa A. Sepreak Viera quien, con su exigencia, compromiso y consejería, logre terminar esta investigación.

Y por último quiero agradecer a mi hermano quien fue el que me motivo a ir por sueños y a mi mejor amigo quien nunca dejo que me rindiera.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT.....	viii
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I Marco teórico	11
1.1. Bases teóricas.....	11
Adicción a redes sociales	11
<i>Características y Causas de la adicción.....</i>	11
<i>Adicciones comportamentales</i>	12
<i>Tipos de adicciones comportamentales</i>	13
Juego patológico.	13
Adicción al móvil.....	13
Adicción al internet.....	14
Adicción a la tecnología.....	14
<i>Redes sociales</i>	14
<i>Características negativas del uso de las redes sociales.</i>	15
<i>Características positivas de las redes sociales.....</i>	15
<i>Enfoque teórico de la adicción a redes sociales según Escurra y Salas</i>	16
<i>Dimensiones</i>	16
Obsesión por las redes sociales.....	16
Falta de control personal.....	16
Uso excesivo de las redes sociales.....	17
Inteligencia emocional	17
<i>Definición de inteligencia emocional</i>	17
<i>Inteligencia emocional y adolescencia</i>	18
<i>Factores que promueven la inteligencia emocional en el adolescente.....</i>	18
<i>Relevancia de la Inteligencia emocional en los adolescentes</i>	18
<i>Enfoque teórico de BarOn sobre la inteligencia emocional.....</i>	19
Componente intrapersonal (CIA).....	19

Componente interpersonal (CIE).....	21
Componente de adaptabilidad (CAD).....	21
Componente manejo de estrés (CME).....	22
Componente del estado de ánimo en general (GAG).....	23
1.2. Evidencias empíricas	23
1.3. Planteamiento del problema.....	26
1.4. Objetivos de la investigación.....	28
1.5. Hipótesis	29
CAPÍTULO II Metodología.....	30
2.1. Tipo y diseño de investigación	30
2.2. Participantes.....	31
2.3. Medición	32
<i>El Cuestionario De Adicción A Redes Sociales (ARS)</i>	32
<i>El Inventario Breve De Inteligencia Emocional en adolescentes (EQ-i_M20)</i>	33
<i>Ficha sociodemográfica</i>	34
2.4. Procedimiento	34
2.5. Análisis de datos	35
2.6. Aspectos éticos.....	35
CAPÍTULO III Resultados	387
3.1. Análisis de Normalidad.....	38
3.2. Análisis de correlación.....	39
3.3 Análisis descriptivos	41
CAPÍTULO IV.....	46
Discusión.....	46
Conclusiones	56
Recomendaciones	57
REFERENCIAS.....	58
ANEXOS	68

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1 <i>Análisis según género</i>	; Error! Marcador no definido. 31
Tabla 2 <i>Análisis según grado</i>	31
Tabla 3 <i>Análisis según edad</i>	31
Tabla 4 <i>Análisis de confiabilidad del cuestionario ARS</i>	33
Tabla 5 <i>Análisis de confiabilidad del inventario de inteligencia emocional</i>	34
Tabla 6 <i>Análisis de normalidad de los datos</i>	37
Tabla 7 <i>Análisis de redes sociales</i>	38
Tabla 8 <i>Análisis de tiempo de conexión</i>	38
Tabla 9 <i>Adicción a redes sociales – inteligencia emocional</i>	39
Tabla 10 <i>Correlación entre el Factor obsesión por las RS y las dimensiones de I.E</i>	39
Tabla 11 <i>Correlación entre el Factor falta de control personal y las dimensiones de I.E</i>	40
Tabla 12 <i>Correlación entre el Factor uso excesivo de las RS y las dimensiones de I.E</i>	40
Tabla 13 <i>Análisis de los niveles de Inteligencia Emocional (IE)</i>	41
Tabla 14 <i>Análisis de los niveles de adicción a Redes Sociales (ARS)</i>	41
Tabla 15 <i>Análisis del nivel intrapersonal</i>	42
Tabla 16 <i>Análisis del nivel interpersonal</i>	42
Tabla 17 <i>Análisis del Nivel estado de animo</i>	42
Tabla 18 <i>Análisis del Nivel Manejo de estrés</i>	43
Tabla 19 <i>Análisis del Nivel Adaptabilidad</i>	43
Tabla 20 <i>Análisis del Nivel Obsesión por las Redes Sociales</i>	44
Tabla 21 <i>Análisis del Nivel Falta de Control Personal</i>	44
Tabla 22 <i>Análisis del Nivel Uso Excesivo de las redes sociales</i>	45

RESUMEN

El presente proyecto de investigación tuvo como principal objetivo conocer la conexión que existía entre el constructo de inteligencia emocional y la adicción a redes sociales. Por lo que se utilizó el método cuantitativo de tipo predictivo simple o correlacional simple en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de dos colegios nacionales de Juanjuí, San Martín, 2021, la muestra fue conformada por 203 estudiantes de 4° y 5° de secundaria (4°=131 y 5°= 72) cuyas edades oscilaban entre los 14 a 18 años ($M= 15.70$, $DE= 0.72$) entre varones y mujeres (Varones= 74 y Mujeres= 129), el muestreo que se utilizó fue de tipo no probabilístico y como técnica de selección de participantes se utilizó el muestreo por conveniencia.

Para la recolección de datos de los constructos se utilizó “El Inventario Breve De Inteligencia Emocional en adolescentes (EQ-i_M20)” (Pérez *et al.*, 2014), “El cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)” (Salas y Escurra, 2014) y una ficha Sociodemográfica, que fueron validados en una población peruana. Los resultados cuantitativos se realizaron utilizando el estadístico de Pearson, el cual permitió observar la existencia de una correlación inversamente significativa entre las variables adicción a redes sociales e inteligencia emocional ($r = -.259$, $p < .001$).

Por lo que se concluye que en esta población de estudiantes de 4° y 5° de secundaria, quienes posean niveles altos de inteligencia emocional serán menos propensos a alcanzar niveles altos de adicción a redes sociales o viceversa.

Palabras Clave: inteligencia emocional, adicción a redes sociales, adolescentes, Covid 19.

ABSTRACT

The main objective of this research project was to know the connection that existed between the construct of emotional intelligence and addiction to social networks. Therefore, the simple predictive or simple correlational quantitative method was used in 4th and 5th grade students from two national schools in Juanjuí, San Martín, 2021, the sample consisted of 203 4th and 5th grade students. of high school (4th= 131 and 5th= 72) whose ages ranged from 14 to 18 years ($M= 15.70$, $SD= 0.72$) between men and women (Men= 74 and Women= 129), the sampling that was used it was of a non-probabilistic type and convenience sampling was used as a participant selection technique.

For the data collection of the constructs, "The Brief Inventory of Emotional Intelligence in adolescents (EQ-i_M20)" (Pérez *et al.*, 2014), "The questionnaire of addiction to social networks (ARS)" (Salas and Escurra, 2014) and a Sociodemographic record, which were validated in a Peruvian population. The quantitative results were carried out using the Pearson statistic, which allowed us to observe the existence of an inversely significant correlation between the variables addiction to social networks and emotional intelligence ($r = -.259$, $p <.001$).

Therefore, it is concluded that in this population of 4th and 5th grade high school students, those who have high levels of emotional intelligence will be less likely to reach high levels of addiction to social networks or vice versa.

Keywords: emotional intelligence, addiction to social networks, adolescents, Covid 19.

INTRODUCCIÓN

En un contexto de pandemia el uso continuo y no monitoreado de las redes sociales puede generar en adultos, adolescentes y niños síntomas similares a la adicción por sustancias, sobre todo en adolescentes que son quienes debido a la pandemia por Covid 19 han tenido que interrumpir sus relaciones interpersonales directas y reemplazarlas por interacciones virtuales, lo que causó que muchos de ellos comenzarán a estar más conectados en las redes sociales para suplir sus necesidades de interacción que son características propias de su etapa de desarrollo, debido a esto y al poco monitoreo de los padres, muchos de ellos sufrieron afectaciones a nivel de atención lo que provocó que descuidarán su rendimiento académico, su relación con los miembros del hogar e incluso sus horas de sueño, además se observó que algunos adolescentes experimentaban ansiedad e intranquilidad cuando suspendían el uso de las redes sociales, que son características similares a la abstinencia por sustancias. Por lo que, debido a esto, creí necesario realizar un informe de investigación compuesto por la variable de adicción a redes sociales e inteligencia emocional, puesto que esta segunda variable implica el conocimiento de las emociones, el autocontrol, la regulación de las emociones y por ende de la conducta.

El problema general de este trabajo fue conocer la correlación existente entre las variables, por lo que se evaluó a 203 estudiantes cuyas edades iban desde los 14 a 18 años, además se utilizó el método empírico con una temporalidad ex post facto, ya que se utilizaron fuentes pasadas, con la finalidad de crear impacto para futuros programas preventivos. El informe de investigación estuvo compuesto por el Capítulo I, donde a través de fuentes primarias y secundarias se dio a conocer las bases teóricas de las dos variables a investigar, además se buscó dar a conocer los artículos más actuales que hablaran sobre los constructos de investigación con una población cercana a la que se decidió investigar, considerando sus propósitos específicos, donde la mayoría de estos antecedentes eran procedentes de fuentes internacionales, además se plantea la problemática a tratar, finalmente se cierra el capítulo

presentando los objetivos e hipótesis del informe de investigación. En el Capítulo II, se buscó dar a conocer todo respecto al diseño de investigación que tendría el informe, mencionando las características que debe presentar la muestra a estudiar, utilizando la técnica de muestreo por conveniencia, además se dan a conocer los cuestionarios que midieron los niveles de cada uno de los constructos, siendo estos validados en una población peruana, asimismo se presenta el procedimiento que se siguió para llegar a la muestra, y a los resultados estadísticos, finalmente se concluyó el capítulo con los criterios éticos que se consideraron para proteger la integridad de la muestra de estudio. En el Capítulo III se presentó los resultados obtenidos de la muestra de estudio, considerando el análisis descriptivo de los datos, el análisis de normalidad y el análisis correlacional de las variables, permitiendo dar respuesta a las hipótesis planteadas anteriormente, empleando tablas. Por último, en el Capítulo IV, se procedió a comparar y discutir los resultados obtenidos con otros informes de investigación, donde se consideraron el rango de edad de la muestra estudiada, finalmente se presentó las principales amenazas a la validez externa e interna a las que el estudio estuvo expuesto.

CAPÍTULO I

Marco teórico

1.1. Bases teóricas

Adicción a redes sociales

Se considera a la adicción como la disminución del manejo de un individuo para contener comportamientos que inducen a desarrollar dependencia, disminución de la tolerancia, indicio de abstinencia y compromiso con la conducta adictiva (Arias *et al.*, 2010). Igualmente la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013) usa este término para hacer referencia a un padecimiento físico, psicológico y emocional que trae consigo una filiación o fijación hacia un narcótico, conducta, o vínculo emocional, que cuyos signos y síntomas, están estrechamente involucradas con factores de carácter biológico, genético, psicológico y social, así mismo la consideran como una patología progresiva y fatal, ya que se caracteriza por constantes pérdidas del control, así como de desviaciones del pensamiento y escasa conciencia de enfermedad.

Características y Causas de la adicción

Características de la adicción.

La adicción presenta patrones de conducta desadaptativa, lo que provoca un deterioro significativo en todos los niveles (orgánico, intelectual y emocional) (Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales [DSM-IV], 2008), otras características son la poca tolerancia al manejo de situaciones desagradables, carencia de control de sí mismo, suspensión de actividades (antes satisfactorias) por falta de interés, deficiencia en sus relaciones interpersonales, problemas de salud, conflictos laborales y existe una fuerte vinculación y manifestación de la abstinencia (Schaufeli *et al.*, 2008; Valleur & Matysiak, 2005).

Causas de la adicción.

Figuroa (2012) menciona que ciertas peculiaridades de la personalidad y las circunstancias emocionales a la que se exponen los individuos, trae como consecuencia que el individuo desarrolle fragilidad psicológica, que es la principal causa de las adicciones no químicas, entre estas características tenemos la impulsividad, poca tolerancia frente a eventos que le generen frustración, poca estima de sí mismo, afrontamiento inadecuado de situaciones percibidas como difíciles en su vida cotidiana, necesidad de ser el centro de atención, necesidad de explorar nuevas sensaciones, pobre percepción de afecto, lo que provoca intentos inadecuados de llenar ese vacío emocional lo que repercute en acudir a las sustancias o realizar conductas sin ningún control. Además de esto, otro componente interviniente es la poca programación del tiempo libre, ya que al utilizar este tiempo de forma inadecuada provoca que los jóvenes tengan mayor probabilidad de generar una adicción.

Adicciones comportamentales

Arias *et al.* (2010) señalan que las adicciones comportamentales es la disminución o pérdida del control que tiene una persona para realizar determinada conducta, provocando una fuerte vinculación emocional a tal grado de generar una dependencia, por lo que el sujeto limitará la realización de sus actividades diarias para dedicarse exclusivamente a ejecutar la conducta que le provoca disfrute, trayendo como consecuencia una serie de síntomas y sensaciones desagradables cuando suspende dicha conducta. Sin embargo, la adicción comportamental no está necesariamente relacionada a la incidencia con la que realiza la conducta, sino que más bien es relevante conocer el valor que el sujeto le da y la relación que tenga con la conducta, debido a que esta puede considerarse el núcleo por el que se mantiene (De Sola, 2018).

Tipos de adicciones comportamentales

Juego patológico.

Se puede definir como un trastorno caracterizado por el impedimento de un individuo para intervenir en su deseo por jugar, esa falta de intervención para controlar su deseo trae consigo consecuencias negativas en su vínculo familiar, profesional y social, debido a que priorizará la realización de la conducta, aun cuando este afecte severamente su vida, ya que no poseen conciencia del problema, por lo que al frenar la acción, esto generará en el sujeto un fuerte malestar e irritabilidad (Arias *et al.*, 2010).

Así mismo este término es ubicado dentro de la clasificación de “trastornos del control de impulso no calificados”, el cual se compone de cinco o más de las siguientes características: Intranquilidad por retomar experiencias que le genera el juego (las recompensas, las aventuras y opciones para ganar más dinero); frustración continua para controlar, obstaculizar o contener la conducta de jugar; intranquilidad o irritabilidad frente a la interrupción del juego; utilizan la conducta para huir de los problemas o para tranquilizar las emociones que le provocan disforia; mienten a sus familiares y personas cercanas con la finalidad de camuflar su nivel de implicancia ante el juego, y en casos más crónicos suelen presentarse conductas ilegales como la adulteración y estafa (DSM-IV, 2008).

Adicción al móvil.

El termino radica en el bajo autocontrol que un sujeto posee para resistir el deseo de efectuar llamadas telefónicas, pese a que esta conducta provoque secuelas negativas su vida, que se evidencian en facturas elevadas, poco interés por realizar actividades placenteras, problemas con el vínculo familiar y social. La causa por la que suele darse la conducta es debido a que el sujeto desea ocultar la inseguridad, baja estimación, soledad y dificultad para establecer y mantener relaciones sociables estables (Tirapu *et al.*, 2004).

Adicción al internet.

Echeburúa (2010) define a la adicción a internet como una conducta obligatoria y constante del uso de medios tecnológicos para realizar diligencias comunes, lo que hace que el sujeto sea más predisponente a medida que las nuevas tecnologías se convierten en necesidades universales. Asimismo, es considerado como un deterioro de la habilidad para controlar el deseo de realizar una conducta, el cual se caracteriza por factores de tipo cognitivo, conductual y fisiológico, el cual provoca la limitación para visualizar proyectos personales, profesionales o familiares (Young, 2009).

Adicción a la tecnología.

La adicción a la tecnología es la poca capacidad para oponer resistencia al deseo de usar las nuevas tecnologías, debido a que estas herramientas están cada vez más presentes en la vida y rutina de toda la población, por lo que esta accesible disposición hace que la suspensión de su uso sea prácticamente imposible (Small & Vorgan, 2009).

Redes sociales

Es conceptualizada como un asistente tecnológico que ayuda a los individuos a elegir y editar un perfil en el interior de una red cibernética, donde es capaz de administrar un directorio de otros perfiles con los que puede mantener comunicación (Boyd & Ellison, 2007).

Manpower (2009), nos habla de una rápida evolución del terreno tecnológico de las redes sociales, ante las nuevas características y funciones esta herramienta deja de ser utilizada no solo para compartir fotos, videos, opiniones, sino que se convierte en un aliado para realizar distintas actividades como el entretenimiento de juegos en línea y aplicaciones de negocios.

Características negativas del uso de las redes sociales.

Si el uso de este recurso se utiliza de manera no supervisada y poco controlada genera en el individuo problemas como el insomnio, dificultades para rendir académicamente, repetición de materias y/o deserción académica, en el caso particular de niños y adolescentes, estos pueden estar expuestos a peligros como el Grooming que es conocida como la estrategia que utilizan algunos adultos inescrupulosos para obtener la confianza de su víctima y así poder ejercer su poder y control con el propósito de llegar a un abuso sexual, otro riesgo al que se exponen es el Cyberbullying que puede manifestarse a través de videos, imágenes, datos privados o cualquier información que genere vergüenza y vulnerabilidad hacia otra persona, y por ultimo está el Sexting que es conocida entre los adolescentes como la práctica de compartir información e imágenes de carácter sexual mediante el teléfono y/o internet, esta práctica los vuelve vulnerables a ser víctimas de chantaje, ya que corren el riesgo de que las imágenes enviadas puedan ser publicados en cualquier plataforma digital, sin su consentimiento (Arab & Díaz, 2015).

Características positivas de las redes sociales.

Si el uso de este recurso es supervisado y controlado trae consigo muchos beneficios como en el caso de pacientes con traumatismo craneoencefálico en rehabilitación, ya que demostraron que el internet puede estimular muchas áreas del cerebro en comparación con los pacientes tradicionalmente recuperados, aumentar la memoria de trabajo, producir mayores capacidades de aprendizaje perceptivo y lo que permite a los pacientes poder responder a múltiples estímulos al mismo tiempo. Asimismo, las redes sociales otorgan las herramientas necesarias para desarrollar materiales educativos, incrementar mejores relaciones interpersonales, difundir la psicosexualidad de manera más amplia y didáctica, promover la salud, prevenir las enfermedades y por último permite el mejoramiento del desempeño académico (Arab & Díaz, 2015).

Enfoque teórico de la adicción a redes sociales según Escurra y Salas

Partió de las bases teóricas propuestas por el DSM- IV sobre las adicciones a sustancias, ya que al revisar los antecedentes internacionales, descubrieron que muchos autores usaban este manual como referencia para hablar sobre este tipo de adicción comportamental, por lo que decidieron sustituir “adicción a sustancias” por el calificativo de “adicción a redes sociales”, para lo que se vio necesario utilizar la opinión de tres especialistas en psicología clínica, educativa y psicométrica, quienes se encargaron de corroborar la relación, comprensión y coherencia de los criterios (Salas & Escurra, 2017).

Dimensiones

Obsesión por las redes sociales.

Busca conocer el nivel de responsabilidad psicológica que un sujeto posee en relación con la utilización de las redes sociales, ya que esto permite medir el grado de ansiedad que esta puede llegar a generar en el individuo cuando suspende el uso prolongado de esta herramienta (Escurra & Salas, 2014). Así mismo este factor revela que el índice de obsesión se da más en jóvenes ya que debido a sus características vulnerables, se vuelven más propensos a priorizar la conducta con el fin de sentirse satisfechos (Olowu & Seri, 2012).

Falta de control personal.

El segundo factor hace referencia al grado de inquietud que genera el poco control para suspender la conducta de utilizar las redes sociales, lo que provoca la postergación de tareas laborales, académicas, familiares y personales (Escurra & Salas, 2014). Asimismo, se considera importante mencionar que en los adolescentes la falta de control y disciplina, los vuelven vulnerables y predisponentes a realizar conductas adictivas (Kim *et al.*, 2017).

Uso excesivo de las redes sociales.

Es el impedimento que tiene un individuo para evitar usar las redes sociales, que suele ser evidenciado en el uso prolongado del tiempo de conexión, que provoca una dificultad para disminuir la conducta (Eскурra & Salas, 2014), esta inversión de su tiempo en estar conectado suele estar ligado a la búsqueda de satisfacción que esta conducta le generaba al principio lo que a la larga provoca la incapacidad para disminuir su uso (Vilca & Vallejos, 2015).

Inteligencia emocional

Definición de inteligencia emocional

Es considerada como la potestad que un sujeto posee para dominar de manera efectiva la aptitud de entender las emociones de uno mismo y de los otros, lo que puede ser entendido como una fuente de energía humana (Cooper & Sawaf, 1997) además, proporciona la habilidad para mantener en control las emociones y la libertad de elegir como expresarla a los demás, lo que permite la discriminación de dichas emociones con el fin de comprender correctamente sus pensamientos y acciones (Salovey & Mayer, 1990). Mientras que Goleman (1995) en su teoría considera a esta como es la aptitud que tiene un sujeto para motivarse por si mismo, que le permite hacer frente a situaciones que le generan frustración, tener un mejor manejo de impulsos y retrasar conductas gratificantes, con la finalidad de manejar sus estados emocionales y su medio, para dar cabida a la fluidez de los pensamientos.

Inteligencia emocional y adolescencia

Harrod y Scheer (2005) refieren que es importante considerar que entre mujeres y hombres existen diferencias a nivel de inteligencia emocional, debido a que el estudio que realizaron a adolescentes determinó que eran las mujeres quienes obtenían puntajes más altos en inteligencia emocional en comparación con el sexo opuesto, asimismo este análisis les permitió descubrir que los participantes que tenían altos porcentajes de inteligencia emocional estaban relacionados a padres que poseían conocimientos en manejo de emociones.

Factores que promueven la inteligencia emocional en el adolescente

Malin *et al.* (2014) mencionan que la resiliencia es un factor que promueve la inteligencia emocional ya que quienes superan positivamente las adversidades, poseen mejores habilidades sociales y emocionales, esto hace referencia que la resiliencia permite a las personas entender y controlar sus emociones además les permite poder adaptarse mejor a su entorno.

Relevancia de la Inteligencia emocional en los adolescentes

Está relacionada a comportamientos pro sociales lo que trae como beneficio que el adolescente posea mejores receptores para una convivencia y armonía con sus pares, siendo un mecanismo protector importante para la violencia y la agresión (Cayuela *et al.*, 2019), esto permite que los adolescentes tengan mejores niveles de bienestar psicológico, además les proporciona la capacidad de identificar, discriminar y regular emociones (Rey *et al.*, 2011), lo que genera un mejor ajuste psicológico y bienestar emocional, para que logre obtener mejores redes de apoyo y estar menos expuestos a realizar conductas mal adaptativas y a su vez obtener mejor rendimiento académico (Extremera & Fernández, 2004).

Enfoque teórico de BarOn sobre la inteligencia emocional

Este enfoque tuvo como base teórica las propuestas de Wechsler, Doll, Gardner, Mayer y Solevey, pero desde un punto de vista más individual, ya que en este enfoque se pudo definir los constructos y compuestos textuales de la inteligencia, estos compuestos tienen a su vez cierto parecido con los factores que intervienen en la personalidad, con la discrepancia que la inteligencia emocional puede sufrir variaciones a lo largo de la vida. Otra característica importante fue que este enfoque se basó en un modelo multifactorial (Ugarriza & Pajares, 2005), al ser multifactorial, se utilizó distintas dimensiones divididas en dos grupos: la sistémica (aquí se encuentran las dimensiones mayores) y la topográfica (este se encarga de ordenar las dimensiones en “Factores Centrales”, “Factores resultantes”, “Factores soporte”) (BarOn, 1997 citado en Ugarriza & Pajares, 2005).

Componente intrapersonal (CIA).

Comprensión emocional de sí mismo (CM).

Se entiende como la potestad para acceder y analizar las propias emociones, para así reconocerlas e identificar la razón de porque se dan (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que Bannett (2011) refiere que es la capacidad que tiene un individuo para conocerse globalmente y en todos los aspectos de su vida, por lo que este conocimiento íntimo le permite vivir mejor consigo mismo y con los demás, así poder nutrir sus capacidades y transformar los errores en triunfos.

Asertividad (AS).

Es conceptualizada como la capacidad para expresar las emociones e ideales, sin provocar daño a los otros, protegiendo nuestros derechos (Ugarriza & Pajares, 2005), Rodríguez y Serralde (1991) mencionan que, para ser asertivo, es necesario aceptarse y apreciarse, respetar a los demás y permanecer firme en las propias opiniones, comunicando de

forma clara y directa lo que quiere o necesita de forma adecuada en el momento y lugar adecuado.

Autoconcepto (AC).

Permite al individuo poder entender, admitir y valorarse a sí mismo, a través del reconociendo de sus debilidades y fortalezas, restricciones y libertades propias de cada individuo (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que García y Musitu (2001) refieren que el autoconocimiento es una parte integral para identificarse como persona, esto incluye la valoración, representación y actitud que la persona crea de sí misma. Este conocimiento proporciona la organización de la propia experiencia, lo cual permite la regulación de la conducta.

Autorrealización (AR).

Es la potestad que respalda a las personas a realizar lo que desean, lo que nos es permitido y lo que nos deleita hacer (Ugarriza & Pajares, 2005), respecto a esto Velasco (2013) señalan que es un comportamiento de “tensión”, que actúa como mecanismo rector de las personas, cuyo objetivo es dar sentido y unidad a su conducta social, esto le permite al sujeto actuar por objetivos, predecir consecuencias futuras y mantener actividades a largo plazo (no siempre agradables) con confianza para lograr el objetivo de asignar personalmente valores de recompensa.

Independencia (IN).

Es la destreza de autocontrolarse, verse seguro ante situaciones de su vida, que le permitan seleccionar alternativas y elegir la mejor decisión con autonomía (Ugarriza & Pajares, 2005). Mientras que Vargas y Wagner (2013) mencionan que la independencia es la capacidad que tiene el sujeto para realizar la separación emocional de sus figuras de referencia.

Componente interpersonal (CIE).

Empatía (EM).

Es la aptitud que posee un sujeto para dar significancia y reconocer las emociones de los que le rodean (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que Palta *et al.* (2010) afirman que es una herramienta personal que permite la comprensión de otra persona con el fin de colocarse en su posición, utilizando la información que percibe de la persona, ya sea que se exprese de forma verbal o no verbal, compartiendo así su estado emocional.

Relaciones interpersonales (RI).

Entendida como la aptitud de instaurar y mantener vínculos con otros de forma adecuada, que se caracteriza por un acercamiento emocional y un contacto familiar (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que para Wiemann (2011) afirma que esta dimensión implica saber administrar emociones agradables y desagradables, acomodar nuestras necesidades y las necesidades de los demás, para así establecer un acercamiento entre individuos.

Responsabilidad social (RS).

Permite a un individuo manifestarse como un auxiliar, favoreciendo y siendo parte productiva del apartado social (Ugarriza & Pajares, 2005), para De la Calle y Giménez (2011) implica una responsabilidad con los demás y su entorno, mayor conocimiento de las necesidades del otro y la búsqueda del bien común.

Componente de adaptabilidad (CAD).

Prueba de la realidad (PR).

Se caracteriza por ser la habilidad para examinar el mensaje que sentimos y el que existe en el medio que nos rodea (Ugarriza & Pajares, 2005).

Solución de problemas (SP).

Es la destreza que permite al sujeto asimilar y precisar conflictos, utilizando procedimientos efectivos (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que Sánchez (2007) plantea que es la agrupación de destrezas que utiliza una persona para cambiar una situación, por lo que busca distintas soluciones que logren ese cambio.

Flexibilidad (FL).

Se entiende como la destreza para formar una alianza adecuada de las propias emociones, inclinaciones y comportamientos a circunstancias y contextos inconstantes (Ugarriza & Pajares, 2005), para Vivas (2003) es una habilidad que permite al individuo adaptarse a su entorno, a través de una regulación de sus emociones, y cultura personal.

Componente manejo de estrés (CME).

Control de impulsos (CI).

Permite a la persona oponer resistencia y retrasar un incentivo para operar e intervenir en las propias emociones (Ugarriza & Pajares, 2005), Bermudéz *et al.*, (2003) consideran que esta es la destreza que facilita el retraso de compensación, regulando el comportamiento y los estados de ánimo.

Tolerancia al estrés (TE).

Se caracteriza por ser la capacidad para hacer frente a acontecimientos hostiles y escenarios estresantes sin “perder la cabeza,” afrontando efectivamente el estrés (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que para Marcías *et al.*, (2013) es un conjunto de percepciones y esfuerzos conductuales que cambian constantemente, que permite al individuo mantener el control ante circunstancias externas e internas que resulten hostiles, desagradables y/o desbordantes.

Componente del estado de ánimo en general (GAG).

Optimismo (OP).

Entendida como una destreza que permite visualizar la parte más agradable del medio, conservando un semblante positivo, a pesar de los infortunios y las emociones negativas (Ugarriza & Pajares, 2005), mientras que para Vera (2006), es una característica psicológica que permite una visualización positiva de las situaciones y da pase a desarrollar objetivos futuros y realizarlos con más perseverancia.

Felicidad (FE).

Es la perspectiva que posee una persona para concebir como presuntuosa a la vida, con la finalidad de deleitarse de sí misma y con los demás, pudiendo así expresar emociones positivas (Ugarriza & Pajares, 2005), Alarcón (2002) por otra parte plantea que es un sentimiento de satisfacción que un individuo llega a experimentar, desde su vida interna, así mismo considera que es la suprema aspiración humana.

1.2.Evidencias empíricas

Es fundamental mencionar que, al buscar hallazgos empíricos sobre las variables seleccionadas, no se encontraron trabajos de investigación que estudien de manera conjunta a ambos constructos en la población con la que se planteó trabajar; sin embargo, en la literatura se evidencia resultados interesantes al explorar a las variables por separado en muestras similares a la que fue objeto del presente estudio. Cabe resaltar que la literatura fue escogida siguiendo criterios de calidad rigurosos de manera que todos responden a artículos científicos de revistas indexadas.

Salas y Ecurra (2017) decidieron realizar un análisis en Lima, con el objetivo de explorar la conducta que poseían jóvenes universitarios referente al uso de redes sociales, para lo cual utilizaron un tipo de estudio descriptivo transaccional, llevado a cabo en un muestreo

de 380 participantes entre 16 y 20 años, además se apoyaron en el “cuestionario sobre el uso de redes sociales”, donde se determinó que el 92% de los encuestados solían conectarse desde casa, el 64,2% desde el teléfono móvil, mientras que por otro lado con respecto al tiempo de conexión el 2,1% refirió conectarse una vez por semana, el 9,7% de dos a tres veces por semana, así mismo se buscó conocer la razón de su uso por lo que el 39,4% menciono usarlo para comunicarse con familiares y amigos, mientras que 3,57% menciono usarlo solo para aspectos académicos.

Así mismo Challco *et al.* (2016) efectuaron otra revisión en Lima con el propósito de conocer la relación que existía entre la amenaza de usar las redes sociales, la autoestima y el autocontrol en estudiantes de 4° y 5° de secundaria, utilizando un estudio de tipo correlacional, en una población de 135 estudiantes entre 14 y 16 años. Para lo que se apoyaron del “cuestionario de Coopersmith”, el “cuestionario de adicción a redes sociales” y el “cuestionario de autocontrol infantil y adolescente”. Al finalizar pudieron identificar que los estudiantes que poseían puntajes bajos en autoestima y control de sí mismo, eran más vulnerables a adquirir una adicción a redes sociales.

En el mismo año Hawi y Samha (2016) realizaron un estudio en el país de Oriente Medio donde buscaban demostrar la conexión que existía entre la adicción a redes sociales, el nivel de satisfacción con la vida y la autoestima en jóvenes entre 17 y 24 años, utilizando un estudio del tipo correlacional, en una muestra de 396 estudiantes para lo que decidieron usar la “escala de autoestima de Rosenberg”, “la escala de Satisfacción con la vida” y “el cuestionario de adicción a redes sociales de Elphinston y Noller”. Este estudio determinó que los niveles altos de autoestima sirven como una herramienta para controlar el riesgo a desarrollar una adicción a redes sociales.

Mientras que, Solozarno (2019) realizó una investigación en la ciudad de Lima con el propósito de encontrar la relación entre el bienestar psicológico y la inteligencia emocional en estudiantes de 4° y 5° de secundaria, utilizando una metodología correlacional, en una muestra de 233 alumnos, para lo cual se apoyaron de la “escala de Bienestar BIEPS-J”, el “inventario de cociente emocional de Baron Ice” y una ficha sociodemográfica, y, con los que obtuvieron resultados no tan positivos ya que descubrió que los porcentajes de inteligencia emocional en esta población no tenían relación con los porcentajes percibidos de bienestar psicológico.

Asimismo Yudes *et al.* (2019) decidieron realizar una revisión en España con el propósito de conocer la conexión que existía entre la Ciber agresión, adicción a internet y la inteligencia emocional con un enfoque de diferencias en el género, para lo que utilizaron el método de investigación correlacional, en 845 adolescentes de 14 a 18 años, para poder realizar este análisis utilizaron la “escala de inteligencia emocional de Wong y Law versión castellana”, el “cuestionario del proyecto europeo de intervención de *Cyberbullying*” y el “*Internet addiction diagnostic questionnaire*”, con esto se pudo concluir que la Ciber agresión era realizado en mayor medida por varones, así mismo se determinó que no existía diferencias de género con respecto a la adicción a internet, finalmente se pudo evidenciar que la variable de inteligencia emocional permitía pronosticar las conductas de *Cyberbullying* principalmente en mujeres, debido que a mayor entendimiento de sus emociones y comprensión de sus estados de ánimo menor es la tendencia a la Ciber agresión.

Finalmente Landeta (2020) decidió investigar en Ecuador con el propósito de conocer la relación que existe entre la inteligencia emocional y la adicción a internet, para lo que utilizó el método correlacional en una población de 146 adolescentes que oscilaban entre los 14 y 18 años, para dicho estudio aplicó el test de adicción al internet, “la encuesta de salud mental” elaborada por la investigadora y el “inventario de coeficiente emocional de BarOn Ice NA”,

con esto pudo concluir que los estudiantes que tenía porcentajes de inteligencia emocional más altos, estaban menos propensos a generar una adicción.

1.3.Planteamiento del problema

La población mundial en el último año ha atravesado una coyuntura debido al virus conocido como Covid 19, esto trajo como consecuencia el aislamiento de toda la población desde niños a adultos mayores, lo que provocó el incremento de personas conectadas a redes sociales, haciendo de esta actividad una parte indispensable para muchas personas en especial para los jóvenes quienes han estado conectados la mayor parte del día debido a la suspensión de sus actividades diarias, lo que, sumado al uso indebido de estos, provoca en ellos síntomas similares a una adicción psicológica que se evidencia en su poco control de impulsos, irritabilidad cuando suspenden su uso, incumplimiento de sus deberes, interrupción de sus horas de sueño y muchos otros síntomas que caracterizan a una adicción (Tixi *et al.*, 2021). Del mismo modo, Griffiths *et al.* (2014) coincidieron que su uso genera en los usuarios la libertad para socializar de forma segura, con menor ansiedad ante el rechazo y la burla directa, permitiéndoles socializar y pertenecer a grupos de preferencias similares de formas más hacederas, por lo que estas características han generado el distanciamiento entre los individuos fuera de las pantallas.

Por otro lado, en el Perú Salas y Escurra (2014) ejecutaron una pesquisa para conocer el tiempo de conexión en redes sociales de un grupo de personas con edades entre los 16 a 20 años, dicho estudio arrojó que la mayoría de los evaluados consideraron estar conectados “De una o dos veces por día”. Del mismo modo Bringué y Sádaba (2009) realizaron otro estudio en una población más joven, donde concluyeron que el uso de esta herramienta, superaba el 80% en los adolescentes de 14 años, y aumentaba en 85% a los 17 años. Por lo que se considera que los adolescentes son más susceptibles a la adicción (comportamental o sustancias) debido a que presentan características como pensamientos y acciones inmaduras, emociones inestables y

poca habilidad para hacerse responsable de sus acciones (Arab & Díaz, 2015). Debido a esto es necesario considerar a la inteligencia emocional dentro de este estudio, ya que está fuertemente relacionada con los ajustes personales y sociales del individuo, que permiten al adolescente cambiar o mantener sus acciones, considerándose como un recurso personal de afronte (Engelberg & Sjöberg, 2004; Mayer *et al.*, 2008).

La importancia que surge para realizar este trabajo se debe a la reciente coyuntura provocado por la Covid 19, que trajo como consecuencia la normalización del uso de las Tecnologías de la información y comunicación, en las que están incluidas las redes sociales, ya que debido al aislamiento muchos de los adolescentes han suplido sus actividades sociales directas por el uso de estas herramientas para compensar su tiempo libre, lo cual ha generado una naturalización de su uso, además existen estudios internacionales que han demostrado que el uso desmedido y poco controlado de estas herramientas genera en la población de adolescentes síntomas de abstinencia, provocando que muchos de ellos descuiden aspectos personales, además es necesario considerar la asociación de este comportamiento con la inteligencia emocional ya que esta posee una contribución científica y social para prevenir y controlar comportamientos riesgosos que afecten la salud mental del adolescente y propiciar hábitos saludables con respecto a las tecnologías de información.

Para realizar este trabajo se contó con material bibliográfico accesible y gratuito que permitió tener una variedad de puntos de vista que sustentaron la problemática, además se utilizó pruebas que se obtenían de manera gratuita, de corta duración y adaptadas a un contexto peruano, también se contó con los permisos pertinentes para su utilización, lo que facilitó la evaluación. De igual manera se pudo acceder fácilmente a la muestra ya que por la coyuntura actual, la evaluación se realizó de manera virtual, lo que permitió el ahorro de tiempo y recursos económicos.

Respecto a lo mencionado se plantea la siguiente formulación del problema:

¿Existe relación entre la inteligencia emocional y la adicción a redes sociales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021?

1.4.Objetivos de la investigación

Objetivo general

Conocer si existe una relación entre la inteligencia emocional y la adicción a redes sociales en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Objetivos Específicos

Examinar la relación entre el factor de obsesión por redes sociales y la inteligencia emocional en los alumnos 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Examinar la relación entre el factor de falta de control personal y la inteligencia emocional en los alumnos 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Examinar la relación entre el factor de uso excesivo de las redes sociales y la inteligencia emocional en los alumnos 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Identificar el nivel de la inteligencia emocional de los alumnos de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Describir el nivel de adicción a redes sociales de los alumnos 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

1.5.Hipótesis

Hipótesis general

Existe correlación significativa e inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y la adicción a redes sociales en adolescente de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021

Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre el factor de obsesión por las redes sociales y la inteligencia emocional en adolescente de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Existe relación significativa entre el factor de falta de control personal en el uso de las redes sociales y la inteligencia emocional en adolescente de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

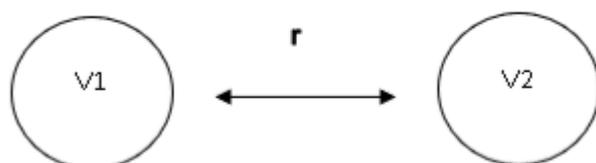
Existe relación significativa entre el factor de uso excesivo de las redes sociales y la inteligencia emocional en adolescente de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

CAPÍTULO II

Metodología

2.1. Tipo y diseño de investigación

El estudio fue desarrollado bajo un diseño empírico, dado que se usó el método de recolección y análisis de datos para obtener resultados objetivos, asimismo, correspondió a una estrategia asociativa debido a que se encargó de explorar el nexo funcional de dos variables, sin diferencia alguna entre ellas y sin emplear ningún método de fiscalización de variables extrañas sobre la relación funcional, de tipo predictivo simple o correlacional simple ya que estuvo sujeto al análisis de variables cuantitativas que son susceptibles a los análisis de covarianza; respecto a la temporalidad la investigación fue de cohorte retrospectivo ex post facto debido a que se utilizó fuentes de estudios pasados para poder ser registrados y analizados (Ato *et al.*, 2013).



DONDE:

R: Correlación
V1: Adicción a redes sociales
V2: Inteligencia emocional

2.2. Participantes

Se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico y como técnica de selección de participantes se utilizó el muestreo por conveniencia (Ozten & Manterola, 2017), debido a que se reclutó dos grupos de estudiantes pertenecientes a dos instituciones educativas de acuerdo con la accesibilidad del investigador.

Además, se solicitó que la muestra cumpliera con los criterios de inclusión: que se sean estudiantes de 4° y 5° de secundaria, con disposición de participar voluntariamente, que posean una edad entre los 14 a 18 años, acceso a las redes sociales y al uso de internet. Y con los criterios de exclusión: estudiantes de 4° y 5° de secundaria que no tengan acceso a internet, que posean dificultades específicas del aprendizaje y/o refieran un diagnóstico psiquiátrico o de problemas de adicción.

Tabla 1

Género de participantes

	<i>f</i>	%
Masculino	74	36.45%
Femenino	129	63.54%
Total	203	100.00%

Tabla 2

Grado de participantes

	<i>f</i>	%
4to de secundaria	131	64.53%
5to de secundaria	72	35.46%
Total	203	100.00%

Tabla 3

Edad de participantes

Media	15.70
Desviación estándar	0.72
Mínimo	14.00
Máximo	18.00

La población de estudio estuvo compuesta por 203 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria (tabla 2) de la ciudad de Juanjuí, donde el 36.45% eran varones y el 63.54 % eran mujeres (tabla 1). Las edades fluctuaron entre 14 y 18 años ($M= 15.70$, $DE= 0.72$) (tabla 3).

2.3. Medición

El Cuestionario De Adicción A Redes Sociales (ARS)

Escurra y Salas (2014) crearon y realizaron el cuestionario en un contexto peruano conformado por 380 estudiantes, es un cuestionario de auto reporte establecido por 24 ítems, los cuales se dividen en factores que son obsesión por redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales. Posee un formato de contestación de tipo Likert, cuyas alternativas oscilan entre nunca (0) hasta siempre (4), no existe tiempo límite para realizar la prueba, pero si posee un baremo provisional.

La validación de la estructura interna inicialmente fue realizada a través de la validez de contenido basado en el criterio de jueces, así mismo el instrumento fue analizado a través de la validez de constructo con un análisis factorial confirmatorio (AFC) donde se evidencia un $CFI= .92$ y un $RMSEA = .04$, por lo que se concluye que cumple con criterios psicométricos aceptables.

La confiabilidad de la prueba fue establecida por el método de alfa de Cronbach, los cuales fluctuaron entre .88 en el factor 2 y .92 en el factor 3. Además, el nivel de consistencia interna puede considerarse alto, pues todos superan la magnitud de .85. Por lo que se concluye, que los niveles de fiabilidad son de dimensiones aceptables.

Con respecto al análisis de confiabilidad de esta investigación, los resultados fueron aceptables en la dimensión “obsesión por redes sociales” ($\omega=. 828$), en la dimensión “falta de control personal” ($\omega=. 738$), en la dimensión de “uso excesivo de las redes sociales” ($\omega=. 842$),

debido a que todas las dimensiones arrojaron resultados que sobrepasan el 0.7 utilizando el coeficiente de McDonald's (Ventura & Caycho, 2016) (Tabla 4).

Tabla 4

Análisis de confiabilidad del cuestionario ARS

Dimensiones	McDonald's ω
Obsesion por redes sociales	0.828
Falta de control personal	0.738
Uso excesivo de las redes sociales	0.842

El Inventario Breve De Inteligencia Emocional en adolescentes (EQ-i_M20)

El inventario Breve de Inteligencia Emocional para Mayores (EQ-i_M20) fue elaborado por Pérez *et al.* (2014), fue adaptado por Navarro *et al.* (2020) en 788 estudiantes de lima, de 11 a 18 años, es un auto reporte conformado por 20 preguntas, distribuidas en cinco dimensiones que son la intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y animo general. El formato de contestación es de tipo politómico de cuatro alternativas que son Nunca me pasa (1), A veces me pasa (2), Casi siempre me pasa (3) y Siempre me pasa (4).

La validación de la estructura interna fue realizada a través de la validez de constructo de tipo factorial confirmatorio, cuyos resultados arrojaron CFI =.90, el RMSEA = \leq 0.07 y el WRMR = \leq 1.00, por lo que se concluye que cumple con criterios psicométricos aceptables.

La confiabilidad fue establecida a según el coeficiente de alfa y omega donde cuyas puntuaciones fueron $\alpha > .70$ y $\omega > .70$. Por lo que se concluye, que los niveles de fiabilidad son de dimensiones aceptables.

Para la presente investigación se realizó el análisis de confiabilidad para las dimensiones de la variable Inteligencia Emocional donde se evidencia resultados aceptables en la dimensión “intrapersonal” ($\omega = .848$), en la dimensión “interpersonal” ($\omega = .751$), en la dimensión de “manejo de estrés” ($\omega = .813$), en la dimensión de “adaptabilidad” ($\omega = .710$) y en

la dimensión del “estado de ánimo” ($\omega = .896$), debido a que todas las dimensiones arrojaron resultados mayores al 0.7 utilizando el coeficiente de McDonald's (Ventura & Caycho, 2016) (Tabla 5).

Tabla 5

Análisis de confiabilidad del inventario de inteligencia emocional

Dimensiones	McDonald's ω
Intrapersonal	0.848
Interpersonal	0.751
Manejo de estrés	0.813
Adaptabilidad	0.710
Estado de animo	0.896

Ficha sociodemográfica

Para este estudio se consideró recopilar datos complementarios de la muestra a través de un cuestionario con respuestas politómicas, con el fin de explorar detalles que las pruebas no especifican, este cuestionario estuvo compuesto por 6 preguntas donde se les pedía especificar los siguientes datos edad, grado de instrucción, sexo, con quienes viven, red social que más utiliza y tiempo de conexión.

2.4. Procedimiento

El proceso de ejecución de la presente investigación se llevó a cabo en modalidad no presencial puesto que en Perú se habían dispuesto protocolos de aislamiento social por la pandemia de la Covid 19.

Para la recopilación de datos se trabajó a través de Google Forms, en primer lugar, se solicitó el permiso de las directoras de las instituciones educativas ubicadas en la ciudad de Juanjuí. posteriormente se procedió a coordinar con los docentes encargados de tutoría para enviar el link de los cuestionarios a los alumnos, vía WhatsApp, subsiguientemente los alumnos procedieron con la aceptación de los consentimientos para luego realizar los cuestionarios, este proceso se realizó en aproximadamente dos semanas.

2.5. Análisis de datos

Luego de recaudar los datos, se procedió a realizar la transcripción de manera numérica de los resultados arrojados de la evaluación al programa de Excel 2013, para luego introducirlo al programa JASP 0.14.1.0. El análisis que se realizó estuvo en concordancia con los objetivos mostrados anteriormente.

En primer lugar, se delimitó el análisis de normalidad con el fin de conocer si era una difusión paramétrica o no paramétrica, así mismo como la muestra de esta investigación excedió los 50 participantes, la teoría psicométrica recomienda utilizar la prueba estadística de Kolmogórov así mismo se utilizó la verificación con la asimetría y curtosis que se da mediante el análisis descriptivo.

Posteriormente, se realizó la exploración de frecuencia y el análisis descriptivo, para las variables nominales y numéricas correspondientemente, así mismo se determinó la media y la desviación estándar, que fueron basados en los objetivos del estudio.

Finalmente, se procedió a realizar un diagnóstico de normalidad con el objetivo de rechazar o aceptar las hipótesis propuestas, para lo que se utilizó el coeficiente de Pearson, debido a que el estudio es de tipo correlacional.

2.6. Aspectos éticos

Este estudio se desarrolló de acuerdo con los principios éticos establecidos en el Informe de Belmont (1978), que considera lo siguiente:

En primer lugar, se dio a conocer a los participantes el consentimiento informado que le proporcionó la autonomía de elegir si deseaba participar o no del estudio o interrumpir su participación en cualquier momento, de manera que se consideró a cabalidad el derecho de la libertad de los participantes, sumado a ello la información recopilada fue utilizada estrictamente con propósitos académicos, asegurando la confidencialidad de los datos; con

respecto al principio de beneficencia, además este estudio no contuvo riesgos potenciales para ninguno de los evaluados, por el contrario se enfatizó los beneficios potenciales a las comunidades vulnerables lo cual aplica al principio de justicia; asimismo es importante mencionar la responsabilidad del equipo de investigación contra cualquier daño físico, psicológico y/o emocional, los cuales se encontraron controlados.

CAPÍTULO III

Resultados

3.1. Análisis de Normalidad

Tabla 6

Análisis de normalidad de los datos

	Media	Desviación estándar	Asimetría	Curtosis
Obsesión por las redes sociales.	11.256	6.938	0.776	0.378
Falta de control personal.	9.631	4.53	0.153	-0.031
Uso excesivo de las Redes Sociales.	12.857	6.042	0.351	-0.006
Intrapersonal.	9.355	3.202	0.381	-0.459
Interpersonal.	11.429	2.6	0.084	-0.731
Manejo de estrés.	8.901	2.811	0.774	0.229
Adaptabilidad	10.99	2.376	0.321	-0.582
Estado de ánimo.	11.966	3.4	-0.501	-0.731

Con referente a la tabla 6 de análisis de normalidad de los datos, se encontró una distribución normal de las dimensiones de la variable adicción a redes sociales donde los valores de asimetría y curtosis se encontraron dentro del intervalo del 1.5 y -1.5. Dentro de estos parámetros se encuentra la “obsesión por las redes sociales” (.776; .378), “falta de control personal” (.153; .031) y “uso excesivo de las redes sociales” (.351; -.006).

Del mismo modo la variable de inteligencia emocional los resultados de la asimetría y curtosis están entre el 1.5 y -1.5 (Mishra *et al.*, 2019), dentro de los cuales se encuentra la “intrapersonal” (.381; -.459), “interpersonal” (.084; -.731), “manejo de estrés” (.774; .229), “adaptabilidad” (.321; -.582) y “estado de ánimo” (.501; -.731). Estos resultados concluyeron el uso de estadística paramétrica.

Tabla 7*Análisis de redes sociales*

Género	Masculino		Femenino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
WhatsApp	49	66.21 %	92	71.31%
Instagram	4	5.40%	11	8.52%
Facebook	20	27.02 %	20	15.50%
TikTok	0	0.00 %	4	3.10%
Twitter	1	1.35%	1	0.77%
Snapchat	0	0.00%	1	0.77%
Total	74	100.00%	129	100.00%

Según la red social el 69.45% de la muestra, utilizó la red social de WhatsApp, el 19.70% usa Facebook, el 7.38% usa Instagram, y solo el 3.44% usa otras redes sociales (TikTok, Twitter y Snapchat). En el caso de los varones se evidencio que ellos no solían usar las redes sociales de TikTok y Snapchat (Tabla 7).

Tabla 8*Análisis de tiempo de conexión*

Genero		1- 3 horas	3 - 6 horas
Masculino	<i>f</i>	47.00	27.00
	%	63.50 %	36.47 %
Femenino	<i>f</i>	83.00	46.00
	%	64.33 %	35.64 %
Total	<i>f</i>	130.00	73.00
	%	64.03 %	35.94 %

Por otro lado, con respecto al tiempo se demostró que el 64.03% de la población solían marcar la opción de estoy conectado entre 1-3 horas, mientras que el 35.94% referían que pasaban conectados entre 3-6 horas (Tabla 8).

3.2. Análisis de correlación

Tabla 9

Adicción a redes sociales – inteligencia emocional

Variable	Inteligencia Emocional
Adicción a Redes Sociales	-0.259***
	< .001

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 9, utilizando el estadístico de Pearson se logra observar correlaciones altamente significativas e inversamente proporcional entre la variable de adicción a redes sociales y la variable de inteligencia emocional ($r = -.259, p < .001$).

Tabla 10

Factor obsesión por las redes sociales y las dimensiones de I.E

	Intrapersonal	Interpersonal	Manejo de estrés	Adaptabilidad	Estado de animo
Obsesión por las redes sociales	-0.199***	-0.339***	0.266***	-0.2227**	-0.368***

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 10, utilizando el estadístico de Pearson se observa que el factor de “obsesión por las redes sociales” posee una correlación altamente significativa e inversamente proporcional con la dimensión “Intrapersonal” ($r = -.199, p < .001$), “interpersonal” ($r = -.339, p < .001$), la dimensión “adaptabilidad” ($r = -.277, p < .001$) y la dimensión “estado de ánimo” ($r = -.368, p < .001$).

Por otro lado, se observó que la dimensión “manejo de estrés” posee una correlación directa y altamente significativa con la dimensión “obsesión por las redes sociales” ($r = .266, p < .001$).

Tabla 11*Correlación entre el Factor falta de control personal y las dimensiones de I.E*

	Intrapersonal	Interpersonal	Manejo de estrés	Adaptabilidad	Estado de animo
Falta de control personal	-0.08	-0.092	0.273***	-0.077	-0.290***

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 11, utilizando el estadístico de Pearson se observa que existe una correlación altamente significativa e inversamente proporcional entre el factor “falta de control personal” y dimensión “estado de ánimo” ($r = -.290, p < .001$).

Por otro lado, se observó que la dimensión “manejo de estrés” posee una correlación directa y altamente significativa con la dimensión “falta de control personal” ($r = .273, p < .001$).

Tabla 12*Correlación entre el Factor uso excesivo de las redes sociales y las dimensiones de I.E*

	Intrapersonal	Interpersonal	Manejo de estrés	Adaptabilidad	Estado de animo
Uso excesivo de las RS	-0.171*	-0.190**	0.237***	-0.162*	-0.375***

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 12, utilizando el estadístico de Pearson se logra observar que el factor de “uso excesivo de las redes sociales” correlaciona significativa e inversamente con la dimensión “interpersonal” ($r = -.190, p < .001$) y la dimensión “estado de ánimo” ($r = -.375, p < .001$).

Por otro lado, se observó que la dimensión “manejo de estrés” posee una correlación directa y altamente significativa con la dimensión “uso excesivo de las redes sociales” ($r = .237, p < .001$).

3.3 Análisis descriptivos

Tabla 13

Análisis de los niveles de Inteligencia Emocional (IE)

Nivel IE	<i>f</i>	%
Bajo	52	25.61%
Medio	98	48.27%
Alto	53	26.10%
Total	203	100.00%

En la tabla 13 se evidencia que el 25.61% de la población presenta un nivel bajo de IE, el 48.27% presenta un nivel medio IE y el 26.10% presenta niveles altos de IE.

Tabla 14

Análisis de los niveles de adicción a Redes Sociales (ARS)

Nivel ARS	<i>f</i>	%
Bajo	24	11.82%
Medio	103	50.73%
Alto	76	37.43%
Total	203	100.00%

En la tabla 14 se observa que el 11.82% de la población presenta un nivel bajo de ARS, el 50.73% presenta un nivel medio de ARS y el 37.43% presenta niveles altos de ARS.

Tabla 15

Análisis del nivel intrapersonal

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	29.00	19.00	26.00
	%	39.18%	25.67%	35.13%
Femenino	<i>f</i>	65.00	40.00	24.00
	%	50.38%	31.00%	18.60%
Total	<i>f</i>	94.00	59.00	50.00
	%	46.30%	29.06%	24.63%

Se observa en la tabla 15 que la mayoría de los participantes presenta niveles bajos en la dimensión intrapersonal (46.30%), siendo las mujeres (50.38%) las que más destacan en este nivel a comparación de los varones (39.18%).

Tabla 16

Análisis del nivel interpersonal

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	33.00	24.00	17.00
	%	44.59%	32.43%	22.97%
Femenino	<i>f</i>	53.00	45.00	31.00
	%	41.08%	34.88%	24.03%
Total	<i>f</i>	86.00	69.00	48.00
	%	42.36%	33.99%	23.64%

En la dimensión interpersonal (tabla 16) se observa que la mayoría de los participantes poseen niveles bajos (42.36%) en esta dimensión, donde no se evidencia diferencias significativas entre varones y mujeres.

Tabla 17

Análisis del Nivel estado de ánimo

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	10.00	46.00	18.00
	%	13.51%	62.16%	24.32%
Femenino	<i>f</i>	43.00	61.00	25.00
	%	33.33%	47.28%	19.38%
Total	<i>f</i>	53.00	107.00	43.00
	%	26.10%	52.70%	21.18%

Se observa en la tabla 17 que la mayoría de los adolescentes obtuvieron niveles medios (52.70%) en la dimensión de estado de ánimo, siendo los varones (62.16%) los que más destacan a comparación de las mujeres (47.28%).

Tabla 18*Análisis del Nivel Manejo de estrés*

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	29.00	36.00	9.00
	%	39.18%	48.64%	12.16%
Femenino	<i>f</i>	29.00	62.00	38.00
	%	22.48%	48.06%	29.45%
Total	<i>f</i>	58.00	98.00	47.00
	%	28.57%	48.27%	23.15%

En la dimensión manejo de estrés (tabla 18) se observa que la mayoría de los participantes poseen niveles medios (48.27%) en esta dimensión, donde no se observan grandes diferencias entre el grupo masculino y femenino.

Tabla 19*Análisis del Nivel Adaptabilidad*

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	12.00	45.00	17.00
	%	16.21%	60.81%	22.97%
Femenino	<i>f</i>	45.00	65.00	19.00
	%	34.88%	50.38%	14.72%
Total	<i>f</i>	57.00	110.00	36.00
	%	28.07%	54.18%	17.73%

Se observa en la tabla 19 que la mayoría de los adolescentes obtuvieron niveles medios (54.18%) en la dimensión de estado de ánimo, siendo los varones (60.81%) los que más destacan a comparación de las mujeres (50.38%).

Tabla 20*Análisis del Nivel Obsesión por las Redes Sociales*

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	14.00	33.00	27.00
	%	18.91%	44.59%	36.48%
Femenino	<i>f</i>	31.00	64.00	34.00
	%	24.03%	49.61%	26.35%
Total	<i>f</i>	45.00	97.00	61.00
	%	22.16%	47.78%	30.04%

En la dimensión obsesión por las redes sociales (tabla 20) se observa que la mayoría de los participantes poseen niveles medios (47.78%) en esta dimensión, siendo las mujeres (49.61%) las que más destacan a comparación de los varones (44.59%).

Tabla 21*Análisis del Nivel Falta de Control Personal*

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	12.00	40.00	22.00
	%	16.21%	54.05%	29.73%
Femenino	<i>f</i>	23.00	80.00	26.00
	%	17.82%	62.01%	20.15%
Total	<i>f</i>	35.00	120.00	48.00
	%	17.24%	59.11%	23.64%

Se observa en la tabla 21 que la mayoría de los adolescentes obtuvieron niveles medios (59.18%) en la dimensión falta de control personal, siendo las mujeres (62.01%) las que más destacan a comparación de los varones (54.05%).

Tabla 22*Análisis del Nivel Uso Excesivo de las redes sociales*

		Bajo	Medio	Alto
Masculino	<i>f</i>	7.00	30.00	37.00
	%	9.45%	40.54%	50.00%
Femenino	<i>f</i>	8.00	42.00	79.00
	%	6.20%	32.55%	61.24%
Total	<i>f</i>	15.00	72.00	116.00
	%	7.38%	35.46%	57.14%

Con respecto a los niveles obtenidos, en la dimensión Uso excesivo de las redes sociales (tabla 22) la mayoría de los adolescentes puntúan niveles Altos (57.14%), siendo las mujeres (61.24%) las que más destacan a comparación de los varones (50.00%).

CAPÍTULO IV

Discusión

La presente investigación buscó estudiar la relación existente entre la variable inteligencia emocional y la variable adicción a redes sociales, por lo que se decidió evaluar a 203 adolescentes entre 14 y 18 años (Tabla 1), la razón de elegir este rango de edades se debe a que dicho grupo, presenta características de naturaleza riesgosa e impulsiva muy propias de esta etapa, debido a que su cerebro aún se encuentra en desarrollo y sus niveles hormonales presentan constantes cambios, provocando que se dejen llevar por sus emociones y no evalúen las consecuencias de sus acciones, lo que los lleva a realizar actividades arriesgadas, con el fin de explorar situaciones nuevas, que le permitan explorar su identidad, que en este periodo se encuentra en conflicto, asimismo esta búsqueda de identidad, los vuelve vulnerables ante la presión de grupo, ya que buscan reafirmar su autonomía fuera de los padres e incorporarse con su grupo social, esto trae consigo que la mayoría de estos adolescentes tengan poco control y capacidad de administrar consecuencias futuras (Güemes *et al.*, 2017; Rosabal *et al.*, 2015).

Debido a esta naturaleza, y sumado al hecho de que muchos no son supervisados por los padres, se ha considerado a los adolescentes como una población predisponente a desarrollar adicción a las redes sociales, otro predisponente a considerar es que dicha herramienta posee características novedosas, llamativas y flexibles al usuario, donde pueden buscar su identidad y expresar su autonomía lejos de la familia, además es utilizado para poder comunicarse, expresar sus emociones e integrarse a un grupo, brindándole la oportunidad de generar relaciones interpersonales más seguras (Arab & Diaz, 2015; Chóliz & Villanueva, 2011), y ahora con la crisis mundial producido por la Covid 19 muchos de estos adolescentes han tenido que adaptarse e involucrarse más con las redes sociales debido a que paso a ser una herramienta únicamente social y de entretenimiento a una herramienta educativa y laboral por lo que adultos y jóvenes se vieron involucrados a una constante exposición de estas, lo que

sumado a las características antes mencionadas los adolescentes llegan a generar adicción al internet y a las redes sociales (Carmenate *et al.*, 2020).

Con respecto al tiempo que pasan conectados se evidencia que el gran porcentaje de los adolescentes suelen estar conectados entre 1 a 3 horas (Tabla 8), resultados que concuerdan con el estudio realizado por Bastidas (2020) donde se evidencia que los estudiantes evaluados referían estar conectados de 1 a 3 horas, además en cuanto a frecuencia se observó que en otros estudios los evaluados solían mencionar que el uso que le daban a las redes sociales era todos los días, asimismo otras investigaciones confirmaron que los adolescentes suelen conectarse en promedio más de 6 horas a la semana y equivalente a una a 2 horas diarias, mientras que otro grupo de evaluados referían que les costaba suspender su uso a una vez conectados (Rodríguez & Fernández, 2014; Yudes *et al.*, 2019).

Debido a que no se utilizó una muestra homogénea entre varones y mujeres, no se pudo determinar las diferencias significativas entre el género y el uso de redes sociales por lo que solo se consideró datos generales en donde el 69.45% de los adolescentes de la muestra mencionan que WhatsApp es la red social que más suelen utilizar (Tabla 7), por otro lado estudios revelan que esta red social suele ser utilizada como una herramienta que proporciona múltiples servicios como la capacidad para crear grupos de conversación en línea, lo que provoca una sensación de pertenencia sobre todo en adolescentes entre 14 y 16 años, por lo que esta particularidad ha traído como consecuencia que ellos estén cada vez más tiempo conectados (Barrio & Ruiz, 2017; Sánchez & Lázaro, 2017).

Mientras que el 19.70% de la población refería usar la red social de Facebook, siendo esta la segunda red social que más utiliza la muestra (Tabla 7), con respecto, a esto Linne (2014) refiere que el atractivo de Facebook es la libertad que este proporciona a los adolescentes para mostrarse y experimentar con su identidad primordialmente estética, tener

más cercanía con grupos sociales, en las que se pueden relacionarse con personas del sexo opuesto, además esta plataforma digital permite al adolescente ser parte de una sociedad digital enriqueciendo así su necesidad de pertenencia y aceptación, otro punto importante a considerar es que ocupa el segundo lugar dentro de las redes sociales más usadas en adolescentes entre 13 y 14 años, esto debido a que esta red social brindan al usuario la facilidad para enviar mensajes cortos y con una interacción inmediata, permitiendo a los usuarios generar relaciones con personas de su misma cultura e interculturales, lo que genera una mayor diversidad en comparación con otras herramientas, provocando que esta aplicación sea muy atractiva para los adolescentes (Álvarez *et al.*, 2019 LLamas & Pagador, 2014) .

Asimismo en la misma tabla se evidencia que el 1.97% de la muestra usa la red social de TikTok (tabla 7), en ella se puede apreciar que el 100% de los varones refiere no utilizar esta red social, con respecto a los estudios realizados acerca de esta creciente plataforma se evidencio que ha tenido gran impacto en los adolescentes y adultos con el comienzo de la coyuntura mundial provocada por la Covid- 19 (Quiroz, 2020); sin embargo, no se encontraron evidencias que determinaran si el uso era mayor o menor en varones y mujeres, algo que, si se pudo evidenciar en la muestra de este estudio.

Con respecto al análisis correlacional se confirma la hipótesis de investigación planteada, ya que se comprueba la existencia de una relación inversa y altamente significativa entre la inteligencia emocional y la adicción a redes sociales (Tabla 9), esto hace referencia que a altos niveles de inteligencia emocional menor es el grado de adicción a redes sociales. Con respecto a esto, Alarcón (2021) refiere que las alteraciones a nivel cognitivo y emocional en los adolescentes provocan la adicción a las redes sociales, ya que al no poder concebir pensamientos claros de lo que quieren o buscan, optan por realizar una conducta adictiva con el fin de mermar los índices de tensión y nerviosismo, provocada por la incertidumbre de no reconocer sus necesidades, provocando que pasen más tiempo conectados, por otro lado si el

adolescente genera habilidades para regular y controlar sus pensamientos y emociones tendrá la capacidad de manejar y disminuir la conducta excesiva enfocada en la utilización de las redes sociales, asimismo, la inteligencia emocional funciona como un componente protector que le permitirá al adolescente adaptarse de manera más óptima a situaciones sociales y personales, conocer mejor sus necesidades y tener mayor control sobre lo que le provoca satisfacción y/o incomodidad, procrastinando así el uso de las redes sociales (Fernández, 2020; Yudes *et al.*,2019).

Los resultados mostrados en la Tabla 9, confirman los hallazgos presentados por otros investigadores entre los que se encuentra Landeta (2020) que concluye en su estudio que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional estaban menos predisponentes a generar una adicción, resultados que comparten Córdova y Retamoso (2018) quienes en una muestra de mayor edad, demostraron la existencia de una correlación altamente significativa entre la inteligencia emocional y la sintomatología adictiva a las redes sociales, por el contrario, en el estudio realizado por Bastidas (2020) se evidencia que en una muestra de estudiantes entre 14 y 18 años existe una correlación poco significativa entre las variables de adicción al internet y la inteligencia emocional utilizando el coeficiente de contingencia, sin embargo esto podría deberse a que se los estudiantes se mostraron cierta resistencia a la evaluación, y aunque este estudio salió en el 2020, las evaluaciones se dieron en el semestre dos del 2019 que fue antes de la coyuntura por Covid 19.

Asimismo, los resultados arrojaron correlaciones muy significativas e inversas entre la dimensión de “obsesión por las redes sociales”, la dimensión “interpersonal”, “adaptabilidad”, “estado de ánimo” y “manejo de la tensión” (tabla 10) con respecto, a esto Contreras y Curo (2017) refieren que no existe relación significativa entre todas estas dimensiones, sin embargo mencionan que hay una relación significativa entre la “obsesión a redes sociales” y el “manejo de la tensión” lo que significa que la obsesión por estar conectado a las redes sociales, no está

ligado necesariamente con las capacidades sociales, mientras que Alarcón (2021) realizó las asociaciones utilizando dimensiones de Inteligencia emocional similares a las mencionadas en la tabla 10 donde determino que la dimensión “obsesión por las redes sociales” posea una correlación negativa con “el uso de las propias emociones” y “la regulación emocional” las cuales podrían ser abarcadas dentro de la dimensión “intrapersonal” y el “manejo de la tensión”, esto hace referencia que a mayor nivel de obsesión a RS menores serán sus capacidades para usar y controlar sus emociones lo que refuta la conclusión propuesta por Contreras y Curo (2017) la cual refiere que la obsesión a redes sociales no está ligado significativamente a dimensiones de la inteligencia emocional.

Por otro lado se observa que la dimensión “falta de control personal” (tabla 11) obtuvo una correlación muy significativa con la dimensión “estado de ánimo” , con respecto a esto, Contreras y Curio (2017), refieren que no existe relación significativa entre esas variables, sin embargo encontraron que la “falta de control personal” se relaciona significativamente con la dimensión de “adaptabilidad”, la dimensión “intrapersonal” y “el manejo de la tensión”, esto hace referencia que a menor autocontrol mayor será la incapacidad para expresar y controlar sus emociones lo que provoca una poca capacidad para manejar situaciones de mucha tensión y dificultades para adaptarse a nuevas situaciones, por otra parte Alarcón (2021) corrobora los resultados logrados en la tabla 11, ya que en su estudio demostró que la dimensión “falta de control personal” está relacionada significativamente con la dimensión “intrapersonal” esto hace referencia a que si el adolescente posee capacidades para regular sus emociones mejor será su capacidad para autocontrolarse.

Mientras que la dimensión “uso excesivo de redes sociales” (tabla 12) está relacionada significativamente con la dimensión “interpersonal” y “estado de ánimo”, con referente a esto, Contreras y Curo (2017) mencionan que estas dimensiones no poseen una relación significativa, sin embargo refieren que la dimensión “uso excesivo de redes sociales”

correlaciona significativamente con las dimensiones de “manejo de tensión” y la “adaptabilidad”, esto se traduce en que si mayor es el uso excesivo de estas herramientas menor probabilidad habrá de que el adolescente pueda adaptarse y enfrentar situaciones estresantes, asimismo Alarcón (2021) refiere que no existe relación significativa entre el “uso excesivo de redes sociales” y la dimensión “interpersonal”, sin embargo hay una correlación significativa con la dimensión “intrapersonal”, esto da entender que la capacidad para autorregular las emociones permite al adolescente controlar el uso exagerado de las redes sociales.

Además es importante mencionar que los adolescentes evaluados obtuvieron niveles medios de inteligencia emocional (48.27%) y niveles medios de adicción a redes sociales (50.73%) (Tabla 13 y 14), estos mismos resultados se presentaron en la investigación realizada por Bastidas (2020) donde realizó evaluaciones en adolescentes de 14 a 18 años, en el que evidencio que el promedio de su muestra poseía un nivel medio de adicción al internet y un nivel promedio de inteligencia emocional, mientras que Cabrera (2017) refiere que más del 70% de los jóvenes evaluados obtenían puntajes medios en uso de las redes sociales, y el 48% obtenían puntajes altos en inteligencia emocional, asimismo, un estudio realizado por Contreras y Curo (2017) determinó que el promedio de los estudiantes evaluados poseían niveles medios y altos en dependencia a las redes sociales y niveles muy bajos en inteligencia emocional, otro estudio confirma estos resultados puesto que el 50 % de los evaluados poseían niveles altos de inteligencia emocional y el 48% poseía niveles medio de adicción a redes sociales (Romero,2020).

Con respecto a los niveles alcanzados en las dimensiones de inteligencia emocional los resultados arrojaron puntajes bajos en la dimensión “intrapersonal” e “interpersonal” (Tabla 15 y 16) y puntajes medios en la dimensión “manejo de estrés”, “estado de ánimo” y “adaptabilidad” (Tabla 17, 18 y 19), estos resultados fueron similares a los presentados por

Contreras y Curo (2017) quienes refirieron que en las dimensiones interpersonal, adaptabilidad y estado de ánimo los adolescentes solían puntuar niveles bajos, mientras que en las dimensiones intrapersonal y manejo de la tensión presentaban niveles medios, esto hace referencia a que esta muestra en particular posee dificultades para manejar situaciones estresantes lo que provoca que el adolescente no pueda adaptarse adecuadamente a nuevas situaciones lo que repercute muchas veces en sus relaciones sociales, estos resultados evidencian que la inteligencia emocional sirve como un componente para disminuir los puntajes altos de adicción a redes sociales, por otro lado Romero (2020), refiere que los adolescentes que evaluó presenta niveles más altos en dimensiones relacionadas con las capacidades para socializar (manejo de estrés, manejo de estado de ánimo, relaciones sociales, adaptabilidad), lo que refuta a lo antes mencionado debido a que esta población estuvo compuesta por jóvenes entre 18 y 36 años, que según la teoría estas edades poseen mejores capacidades para manejar situaciones estresantes y adaptarse mejor a su entorno (Güemes *et al.*, 2017; Rosabal *et al.*, 2015).

Asimismo, es importante mencionar que existieron diferencias significativas con respecto al género donde se evidencio que el porcentaje de participantes que puntuaban bajo en la dimensión “intrapersonal” eran mayormente mujeres (Tabla 15), mientras que en “estado de ánimo” y “adaptabilidad” (Tabla 17 y 19) eran los varones quienes puntuaban más niveles medios, mientras que las dimensiones “interpersonal” y “manejo de estrés” (Tabla 16 y 18) no se evidencia diferencias significativas entre hombres y mujeres, resultados que no se es compartido con Alarcón (2021), puesto que el refiere que las mujeres presenta mayor disponibilidad para formar relaciones interpersonales más estables en comparación de los varones, además Bastidas (2020) apoya dichos resultados ya que determino que las mujeres poseen niveles altos en dimensiones relacionadas con percepción social y los chicos en dimensiones relacionados con la capacidad para regular emociones.

Mientras que los niveles alcanzados en las dimensiones de la variable de adicción a redes sociales fueron puntajes medios en la dimensión “obsesión por las redes sociales” y “falta de control personal” (Tabla 20 y 21) y puntajes altos en la dimensión “uso excesivo de las redes sociales” (Tabla 22), estos resultados poseen características similares al estudio realizado por Contreras y Curo (2017), donde se evidencia que los adolescentes poseían niveles medios en todas las dimensión de adicción a redes sociales, por otro lado Acero *et al.* (2018) no concuerdan con estos resultados, debido que su investigación realizada en estudiantes de 14 a 15 años mostraron que los adolescente poseían niveles bajos en obsesión por las redes, niveles altos en uso excesivo y falta de control personal esto debido a que características culturales puesto que este estudio fue realizado en Colombia, mientras que otro estudio realizado por Romero (2020) se evidencio que los estudiantes presentaron niveles altos en la dimensión obsesión por redes sociales y falta de control personal y niveles medios en el uso excesivo de redes sociales, esto debido a que la evaluación fue realizada dentro de un contexto de cuarentena por Covid 19.

Por ende el impacto que posee la inteligencia emocional, se puede considerar que se trata de un factor de protección significativo, ya que según Extremera y Fernández (2013) diversos estudios de investigación demuestran que los adolescentes con niveles bajos de inteligencia emocional, disponen de pocas capacidades para interactuar con los demás, además se considera que esta variable es fundamental para poseer una salud psicoemocional más favorable, ya que permite disminuir la incidencia de realizar conductas riesgosas como por ejemplo el consumo desmedido de alcohol y drogas, debido a que este brinda la capacidad de emplear mejor sus emociones, lo que provoca un mejor ajuste psicológico, disminuyendo significativamente la necesidad de buscar nuevas experiencias, que en estudios anteriores revelaron ser una característica significativa para realizar conductas riesgosas.

Asimismo, Ruiz *et al.* (2006) refieren que las personas con sintomatología adictiva suelen tener pocas habilidades para controlar sus emociones, así como la deficiencia para percibir habilidades emocionales de su entorno, esto les impide poder regular emociones negativas y controlar las sensaciones placenteras, por lo que en adolescentes que poseen niveles bajos de inteligencia emocional generan niveles más altos de impulsividad, y con esto más riesgo a generar una conducta Adictiva.

Debido a esto Sotil *et al.* (2008) decidieron realizar un programa de basado en la inteligencia emocional en niños de educación primera, con la finalidad de brindarles la capacidad de afrontar situaciones desagradables controlando de sus emociones. Así mismo Sarrionandia y Garaigordobil (2017) decidieron realizar otro programa pero ya no centrados en niños sino más bien en adolescentes entre los 13 a 16 años, el cual tuvo efectos significativos a nivel de inteligencia inter e intrapersonal, en el estado de ánimo y el manejo de estrés, por lo que pudieron concluir que con estos incrementos en la inteligencia emocional de los adolescentes existía mejores capacidades emocionales y mejor estabilidad emocional, además pudieron determinar que estas nuevas habilidades se mantenían en el tiempo.

Respecto a las limitaciones encontradas en el proceso de la investigación, existieron factores que constituyeron un sesgo en la evaluación, es decir que se dilucidaron amenazas a la validez interna y externa que responden a la presencia de variables imposibles de controlar como la eventual pandemia por Covid 19, que trajo consigo muchas consecuencias emocionales como la falta de motivación, tristeza, agotamiento, miedo excesivo, angustia, en la mayoría de la población, dentro de los cuales los adolescentes además se vieron en la necesidad de aptar su área de estudio dentro de casa, lo que en muchos casos pudo generar dificultades para concentrarse, disminución de su rendimiento escolar, inasistencias por fallos en la red de conexión a internet, frustración, aburrimiento, estrés, etc., esto sumado a la poca supervisión de los padres debido al home office, provocaron que los adolescentes muchas veces

no estuvieran presentes en sus clases, dejando de realizar sus tareas académicas adecuadamente, debido a lo antes mencionado se consideró que la pandemia por Covid 19 fue una amenaza a la validez interna del trabajo de investigación, circunstancias que se pudo manejar si lo hubiéramos aplicado en un ambiente aislado como en un salón de clases.

Los factores organísmicos, el estado físico y emocional del evaluado pudieron ser una amenaza a la validez de los resultados, ya que en el momento de la evaluación los casos por Covid 19 estaban en aumento, así como el índice de fallecidos, por lo que nuestros evaluado pudieron estar dentro del grupo de contagiados o dentro del grupo que se encontraba en duelo por la pérdida de algún familiar, estas características se consideraron como un sesgo dentro de la investigación. Finalmente, se consideró una amenaza, la coyuntura virtual donde las redes sociales se llegaron a utilizar como un medio para distraerse del encierro.

La principal amenaza a la validez externa fue utilizar un muestreo no probabilístico para la obtención de resultados, lo que hace difícil que estos puedan generalizarse en toda la población adolescente, asimismo se consideró como amenaza a la evaluación por medio de formularios virtuales ya que, al no darse un alcance personal a los evaluadores, la probabilidad de que abandonen la prueba se volvió mayor.

Conclusiones

Se confirma la hipótesis de investigación en la cual existe una relación muy significativa e inversamente proporcional entre la adicción a las redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Los alumnos evaluados del 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021, obtuvieron niveles medios de inteligencia emocional.

Los alumnos evaluados del 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021, obtuvieron niveles medios de adicción a redes sociales.

Existe una relación altamente significativa e inversamente proporcional entre el factor de obsesión a redes sociales y la inteligencia emocional en los alumnos de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Existe una relación inversamente proporcional pero no significativa entre el factor falta de control personal y la inteligencia emocional en los alumnos de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Existe una relación altamente significativa e inversamente proporcional entre el factor de uso excesivo de las redes sociales y la inteligencia emocional en los alumnos de 4° y 5° de secundaria de Juanjuí, San Martín, 2021.

Recomendaciones

Las consideraciones para tener en cuenta serían realizar más investigaciones en adolescentes de diferentes rangos de edades puesto que las nuevas tecnologías y el uso de redes sociales en la actualidad están siendo utilizadas desde una adolescencia temprana, además que a partir de la pandemia por la Covid 19 se ha naturalizado el uso de las tecnologías a edades tempranas, lo cual podría ser un factor de riesgo. Además, debido a sus características, la exposición y poca supervisión del uso de redes sociales hacen que estos sean más vulnerables a presentar una adicción, u otros comportamientos que detonen sintomatología. Se debe considerar a la inteligencia emocional como un factor protector para esta población puesto que programas realizados en el Perú han mostrado grandes beneficios para la población infanto juvenil, por lo que debería implementarse programas en educación emocional a adolescentes para así disminuir el riesgo de adicciones comportamentales, además se sugiere realizar otro estudio post pandemia puesto que este fue otro determinante del uso excesivo de redes sociales, para conocer el impacto que dejó esta crisis mundial en la población adolescente.

Respecto a las recomendaciones para futuros estudios sería valioso realizar análisis de invariancia entre grupos independientes como varones y mujeres y verificar el comportamiento de adicción en el contexto de la post pandemia, para ello se sugiere estudios longitudinales. Cabe resaltar la importancia de futuros análisis de correlación con otras variables psicológicas como por ejemplo la influencia de la familia, la procrastinación, autoestima, entre otros, por último, se señala la necesidad de expandir el análisis de estructura interna del instrumento de adicción a redes sociales a distintas poblaciones.

REFERENCIAS

- Acero, M.A., Pardo, J. M., y Rojas, Y. L. (2018). *Correlación entre la inteligencia emocional, uso de redes sociales y rendimiento académico de las estudiantes de noveno grado de la institución educativa Municipal Técnica Comercial Santa Rita, Facatativá, Cundinamarca* (Tesis de pregrado). Universidad de Cundinamarca, Cundinamarca, Colombia. <https://bit.ly/3wK0MWg>
- Alarcón, G. F. (2021). *Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en educación superior técnica* (tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú. <https://bit.ly/3g7qeOk>
- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente?. *Revista de Psicología (PUCP)*, 20, 170-196. <https://doi.org/10.18800/psico.200202.001>
- Álvarez, E., Heredia, H. y Romero, M. F. (2019). La Generación Z y las Redes Sociales: Una visión desde los adolescentes en España. *Espacios*, 40 (20), 1-13. Recuperado de <https://bit.ly/3gEID7s>
- American Psychiatric Association (2008). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (4ta Ed.). Masson. <https://n9.cl/hnamc>
- Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos. *Revista Médica clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. <https://n9.cl/s0lw>
- Arias, F., Barreiro, C., Berdullas, J., Iraurgi, I., Llorente, J.M., López, A., Madoz, A., Martínez, J.M., Ochoa, E., Palau, A., Palomares, A. y Villanueva, V.J. (2010). *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación* (2a ed). Socidrogalcohol. <https://n9.cl/47atw>

- Ato, M., López, J. J. y Benavente, A. (2013) Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), 1038-1059. <https://n9.cl/o4f1k>
- Bannett, M. (2011). *Autoconocimiento* (1era ed). Edicionessi. <https://n9.cl/sjzk9>
- Barrio, A. y Ruiz, I. (2017). Hábitos de uso del WhatsApp por parte de los adolescentes. *INFAD revista de psicología*, 2 (1), 23-30. <https://bit.ly/2RjlnRz>
- Bastidas (2020). *Adicción al Internet e Inteligencia Emocional en Adolescentes: Unidad Educativa Juan Pablo II* (tesis de pregrado). Universidad central de Ecuador, Quito, Ecuador. <https://bit.ly/3tNV0jS>
- Bermudéz, M. P., Teva, I. y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas psychologica*, 2 (1), 27 – 32. <https://n9.cl/m1j2>
- Boyd, D. M., & Ellison, N. (2007). Social network sites: Definition, history, and ascholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 13 (1), 210 – 230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bringué, X. y Sádaba, C. (2009). *La generación interactiva en España: Niños y adolescentes ante las pantallas* (22va ed). Madrid: Ariel y Fundación Telefónica. <https://n9.cl/om8it>
- Burmudéz, M., Teva, I. y Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2 (1), 27-32. <https://n9.cl/m1j2>
- Cabrera, C. P. (2017). *Relación del uso de las redes sociales y la inteligencia emocional con el rendimiento académico de los estudiantes de Psicología de la Universidad César Vallejo, 2015* (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. <https://bit.ly/3cMs06k>

- Challco, K., Rodríguez, S. y Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 9 (1), 9- 15. <https://n9.cl/kdy6a>
- Chóliz, M. y Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Originales*, 36 (2), 165-184. Recuperado de <https://bit.ly/3pfcvnc>
- Cía, A.H. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA (American Psychological Association), 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 6 (1), 32-37. <https://10.20453/rnp.2013.1169>
- Contreras, P. L. y Curo, M. M. (2017). *Dependencia a las redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo* (Tesis de licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2TmfPGM>
- Cooper, R. y Sawaf, A. (1997). *Estrategia Emocional para ejecutivos* (1ra ed). Martínez Roca. <https://n9.cl/ec1d1>
- Córdova, Y., K., y Retamoso, S. N. (2018). *Relación entre inteligencia emocional y sintomatología de adicción a redes sociales en estudiantes del semestre impar. Escuela profesional de enfermería. Universidad católica santa maría, Arequipa.* (tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa María Facultad de Enfermería, Arequipa, Perú. <https://bit.ly/34Pyn4M>
- De la Calle, C. y Giménez, P. (2011). Aproximación al concepto de Responsabilidad social del Universitario. *Revista Comunicación y Hombre*, 7, 236 – 247. <https://n9.cl/5fmya>
- De Sola, J. (2018). *El uso problemático del teléfono móvil: desde el abuso a su consideración como adicción comportamental* (tesis doctoral). Universidad complutense de Madrid, España. <https://n9.cl/n5b6v8>

- Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22 (2), 91-96. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Engelberg, E., & Sjöberg, L. (2004). Internet Use, Social Skills, and Adjustment. *Cyberpsychology and Conduct*, 7 (1), 41-47. <https://doi.org/10.1089/109493104322820101>
- Escurra, M. y Salas, E. (2014.) Construcción y Validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20, 73-86. <https://n9.cl/68tk>
- Extremera, N. y Fernández, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Padres y maestros*, 6 (352), 34-39. <https://bit.ly/3ckhDXb>
- Extremera, N. y Fernández, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2), 2-17. <https://n9.cl/vti8>
- Fernández, I. M. (2020). *La influencia de las redes sociales en la inteligencia emocional de jóvenes y adolescentes* (tesis de pregrado). Universidad de Almería, Almería, España. <https://bit.ly/3pnDPFu>
- Figueroa, D. (2012). *Adicciones Psicológicas*. Venezuela: Potalesmedicos.com.
- García, F. y Musitu, G. (2001). *Manual Autoconcepto forma 5* (4ta ed). TEA. <https://n9.cl/dfyjr>
- García, J.A., Garcia, A., Gázquez, M. y Marzo, J.C. (2013). La inteligencia emocional como estrategia de prevención de las adicciones. *Health and Addictions*, 13(2), 89-97. <https://n9.cl/oingf>
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence* (10ma ed). Bantam Book. <https://n9.cl/pttdr>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. *Criteria, Evidence, and Treatment*. 1, 119–141. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>

- Güemes, M., González, M.J. C., y Hidalgo M.I. (2017). Pubertad y adolescencia. *Adolescere*, 5 (1), 7-22. <https://bit.ly/3yZGIk1>
- Harrod, N. R., & Scheer, S.D. (2005). An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics. *Adolescense*, 40 (149), 503 – 524. <https://n9.cl/o7dgi>
- Hawi, N.S., & Samaha, M. (2016). The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students. *SAGE Journals*, 35 (5), 576-586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- Informe Belmont (1978). *Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación comisión nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento*. Observatori de Bioètica i Dret. <https://goo.su/5UrK>
- Kim, S. Y., Kim, M. S., Park, B., Kim, J. H., & Choi, H. G. (2017). The associations between internet use time and school performance among Korean adolescents differ according to the purpose of internet use. *PloS One*, 12(4), 1 - 14. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0174878>
- Landeta (2020). *Adicción al Internet e Inteligencia Emocional en Adolescentes: Unidad Educativa Juan Pablo II* (tesis de pregrado). Universidad central de Ecuador, Ecuador. <https://bit.ly/3tNV0jS>
- Linne, J. (2014). Usos comunes de Facebook en adolescentes de distintos sectores sociales en la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Científica de Educomunicación*, 22 (43), 189-197. <https://bit.ly/3wfltXe>
- LLamas, F. y Pagador, I. (2014). Estudio sobre las redes sociales y su implicación en la adolescencia. *Enseñanza & Teaching*, 32, (1), 43-57. <http://dx.doi.org/10.14201/et20143214357>

- Malin, H., Reilly, T. S., Quinn, B., & Moran, S. (2014). Adolescent purpose development: Exploring empathy, discovering roles, shifting priorities, and creating pathways. *Journal of Research on Adolescence*, 24 (1), 186-199. <http://doi.org/10.1111/jora.12051>
- Manpower. (2009). *El impacto de las redes sociales de Internet en el mundo del trabajo* (1ra ed). Manpower. <https://n9.cl/87hup>
- Marcías, M.A., Madariaga, C., Valle M., y Zambarano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 123-145. <https://bit.ly/3w3fNBF>
- Mayer, J.D., Roberts, R.D., & Barsade, S.G. (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59 (1), 507-536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Navarro, J. S., Domínguez, S., Alarcón, D., Bárrig, P. y Romero, F. (2020). Análisis psicométrico de una medida breve de inteligencia emocional (EQ-i-M20) en adolescentes de Lima. *Artículo en formato Preprint*.
- Olowu, A., & Seri, F. (2012). A study of social network addiction among youths in nigeria. *Journal of Social Science and Policy Review*, 4, 62 - 71. <https://bit.ly/3uO3mJP>
- Organización Mundial de la Salud. (2013) *Informe OMS Sobre la epidemia mundial de tabaquismo. Hacer cumplir las prohibiciones sobre publicidad, promoción y patrocinio del tabaco*. Ginebra. <https://n9.cl/akc4u>
- Ozten, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-32. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

- Palta, C.N., Riveros, M. C., y Moreno, J. H. (2010). Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del Bullying en un colegio del municipio de Chía. *psychologia:avances de la disciplina*, 4 (2), 99-112. <https://bit.ly/3fkapmT>
- Pérez, M. C., Gázquez, J. J., Mercader, I., & Molero, M. M. (2014). Brief Emotional Intelligence Inventory for Senior Citizens (EQ-i-M20), *Psicothema*, 26, (4), 524-530. <https://doi.org/10.7334/psicothema2014.166>
- Rey, L., Extremera, N., & Pena, M. (2011). Perceived Emotional Intelligence, Self – Esteem and Life Satisfaction in Adolescents. *Psychosocial intervention*, 20 (2), 227-234. <https://doi.org/10.5093/in2011v20n2a10>
- Rodríguez, A.P. y Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Actacolombpsicol*, 17 (1), 131-140. <https://bit.ly/3cR4Xro>
- Rodríguez, E. y Serralde, M. (1991). *Asertividad para negociar* (1ra ed). McGraw-Hill. <https://n9.cl/9d5tq>
- Romero, C. J. (2020). *Inteligencia emocional y su relación con adicción a redes sociales en estudiantes universitarios estatales de psicología* (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. <https://bit.ly/3wCSGP3>
- Rosabal, E., Romero, N., Gaquín, K., y Hernández, R. (2015). Conductas de riesgo en los adolescentes. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 44(2), 218-229. <https://bit.ly/3uSpIsP>
- Ruiz, D., Fernández, P., Cabello R., y Extremera, N. (2006). Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 223-230. <https://bit.ly/3ija4Ux>

- Salas, E. (2012). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud, *Cultura*, 28, 111-146. <https://n9.cl/6l03x>
- Salas, E. y Escurra, M. (2017). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3 (1), 75 -89. <https://bit.ly/3olrgKi>
- Salovey, P. y Mayer, J (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, cognición y personalidad*, 9 (3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sánchez, D., y Lázaro, P. (2017). La adicción al WhatsApp en adolescentes y sus implicaciones en las habilidades sociales. *Tendencias pedagógicas*, 29 (1), 121-134. <https://bit.ly/3x0JjbQ>
- Sánchez, Y. (2007). La solución de problemas como un campo de concurrencia de distintas teorías en psicología. *Revista colombiana de psicología*, 16 (1), 147 -162. <https://bit.ly/2SR93sh>
- Sarrionandia, A. y Garaigordobil, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49 (1), 110-118. <https://bit.ly/3ikrnou>
- Schaufeli, W., Taris, T., & Rhenen, W. (2008). Workaholism, Burnout, and Work Engagement: Three of a kind or three different kind of employee well-being. *Applied Psychology: An international review*, 57(2), 173-203. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00285.x>.
- Small, G. y Vorgan, G (2009). El cerebro digital. *TESI*, 12 (1), 389-390. <https://n9.cl/c43ug>
- Solozarno, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *Revista de investigación y casos de salud*, 4 (1). <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.160>

- Sotil, A., Escurra, L., Huerta, R. Rosas, M., Campos, E., y Llaños, A. (2008). Efectos de un programa para desarrollar la inteligencia emocional en alumnos del sexto grado de educación primaria. *Revista IIPS, 11* (2), 55-65. <https://bit.ly/3vUNzJE>
- Quiroz, N. T. (2020). TikTok: La aplicación favorita durante el aislamiento. *Revista Argentina De Estudios De Juventud, 14*, 2-9. <https://doi.org/10.24215/18524907e044>
- Tirapu, J., Landa, N. y Lorea, I. (2004). *Cerebro y adicción* (1ra ed). Pamplona. <https://n9.cl/xru23>
- Tixi, N. S., Quijosaca, L. A., Camacho, E. M., Quishpe, S. M. y Llenera, G. E. (2021). Afectación psicológica de la población riobambeña durante el confinamiento por covid-19. *Revista De Investigación Talentos, 8* (2), 31-41. <https://doi.org/10.33789/talentos.8.2.152>
- Ugarriza, N. y Pajares, L. (2005). Adaptación y Estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: en niños y adolescentes. *Persona, 8*, 11-58. <https://bit.ly/3uOiExX>
- Valleur, M. y Matysiak, J. (2005). *Las nuevas adicciones del siglo XVI*. Ediciones Paidós. <https://acortar.link/in092F>
- Vargas, P., & Wagner, A. (2013). A autonomia na adolescência: Revisando conceitos, modelos e variáveis. *Estudos de Psicologia, 18* (4), 639 – 648. <https://bit.ly/3yclhvL>
- Velasco, V. M. (2013). Estado emocional y autorrealización en una población adulta de la Región Norte Centro de México. *Interpsiquis, 14*, 210-250. <https://goo.su/SqCqyHj>
- Ventura, J. y Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de Psicología, 25*(1), 1-17. <https://bit.ly/3gkxx5f>
- Vera, B. (2006). Psicología positive: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo, 27* (1), 3-8. <https://bit.ly/3tJc0YJ>

- Vilca, L., & Vallejos, M. (2015). Construction of the Risk of Addiction to Social Networks Scale (CrARS). *Computers in Human Behavior*, 48 (2), 190– 198. <https://goo.su/EvsOiI>
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Revista universitaria de investigación*, 4 (2). <https://bit.ly/3uP4zAu>
- Wiemann, M. O. (2011). *La comunicación en las relaciones interpersonales* (1ra ed). Editorial UOC. <https://goo.su/GOGV>
- Young, K. (2009). Adicción a Internet: La aparición de un nuevo trastorno clínico. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://bit.ly/3fiYAxf>
- Yudes, C, Rey, L. y Extremera, N. (2019). Ciberagresión, adicción a internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias entre géneros. *Voces de la Educación*, 2 (1), 27 - 44. <https://bit.ly/3uUm2re>
- Mishra, P., Pandey C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019) Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of Cardiac Anesthesia*, 22, 67-72. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18

ANEXOS

A. Ficha sociodemográfica

¿Cuántos años tienes? _____

¿En qué grado estas?

	4to de secundaria
	5to de secundaria

¿Cuál es tu sexo?

	Masculino
	Femenino

¿Con quién vives? _____

¿Qué red social usas más?

	WhatsApp
	Instagram
	Instagram
	Facebook
	TikTok
	Twitter
	Snapchat

¿Cuánto tiempo aproximado pasas al día?

	1 – 2 horas
	2 – 3 horas
	3 – 4 horas
	4 – 5 horas
	5 – 6 horas

B. Consentimiento informado

Esta investigación es conducida por MAYRA TARAZONA JIMENEZ, estudiante de pregrado de la Universidad San Martín de Porres. Cuyo objetivo es determinar la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la inteligencia emocional, en adolescentes de 4to y 5to de secundaria. Esta evaluación constará de dos cuestionarios, lo cual tomara un aproximado de 20 min, así mismo se le comunica que esta evaluación es ANONIMA, y la información que provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y su información no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio, sin su consentimiento. Así mismo usted puede dejar de llenar los cuestionarios cuando desee. Si tiene alguna pregunta o duda acerca de algún ítem de la evaluación, puede comunicarse al correo tarazonajimenezmayra@gmail.com.

¿Acepta participar del cuestionario?

- a) Si
- b) No

C. Permiso del cuestionario de adicción a redes sociales



EDWIN SALAS BLAS <esalasb@usmp.pe>
para mí ▾

Jue,

Estimada Mayra

Tiene Ud. el permiso que requiere. Estoy enviándole material para trabajar la prueba y un par de artículos que podría ser de utilidad

Espero tenga muchos éxitos

SaludosEsalas

De: mayra tarazona jimenez <tarazonajimenezmayra@gmail.com>

Enviado: miércoles, 30 de setiembre de 2020 06:42

Para: EDWIN SALAS BLAS <esalasb@usmp.pe>; e.salasb@hotmail.com <e.salasb@hotmail.com>; mescurra@peru.com <mescurra@peru.com>

Asunto: solicitud para utilizar el cuestionario de Adiccion a Redes Sociales

...

...

[Mensaje acortado] [Ver mensaje completo](#)

3 archivos adjuntos



D. Permiso del cuestionario de inteligencia emocional



JHONATAN STEEVEN BARUCH NAVARRO LOLI

Sáb 12/12/2020 10:07

Para: MAYRA MERCEDES TARAZONA JIMENEZ



Listo. No compartir.

Cordialmente

Jhonatan S. Navarro Loli

Investigador CONCYTEC: https://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?id_investigador=37684

Researchgate: https://www.researchgate.net/profile/Jhonatan_Navarro2

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6264-3157>

SCOPUS-ID: 56823602800 (<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=56823602800>)

Google Scholar: <https://scholar.google.es/citations?user=OheEy2UAAAAJ&hl=es>

...