

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, RELACIONES INDUSTRIALES Y CIENCIAS
DE LA COMUNICACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**INTENSIDAD DE USO DE LA RED SOCIAL FACEBOOK, LAS
HABILIDADES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN JÓVENES
UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE
LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN.**

Tesis presentada por las bachilleres:

**DEL CARPIO DEL CARPIO, NAGHIVA
ISABEL**

OJEDA MONTES, JHEILY KAROL

Para optar el Título Profesional de Psicólogas

AREQUIPA – PERÚ

2018

DEDICATORIA

A nuestros padres, por los ejemplos de perseverancia y constancia que los caracteriza, por sus consejos, valores y motivaciones que nos han infundado siempre; gracias a ustedes hemos logrado llegar hasta aquí y convertirnos en lo que somos. Es un orgullo y privilegio ser sus hijas, son los mejores padres.

A nuestros hermanos y familia en general por estar siempre presentes, por su apoyo moral brindado a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito, en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestros docentes de la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional de San Agustín, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión, de manera especial, al asesor de nuestra tesis, quien nos ha guiado con su paciencia y rectitud, por último agradecemos a los alumnos de la Escuela Profesional de Psicología por su valioso aporte a nuestra investigación.

RESUMEN

La presente investigación planteo como objetivo la relación entre intensidad de uso de la red social Facebook, las habilidades sociales y la autoestima, mediante un diseño transaccional de tipo descriptivo correlacional. Para ello se evaluó a 212 estudiantes universitarios de Psicología de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, a quienes se les administro un Horario Estructurado elaborado para este estudio, Escala de Habilidades Sociales (EHS) propuesto por G. Gismero (2009) y el Inventory de Autoestima propuesto por Stanley Coopersmith. Los resultados indican que existe una relación inversamente proporcional entre las variables, ya que a mayor tiempo de uso de la red social Facebook, menores serán los niveles de Habilidades Sociales y Autoestima.

Palabras claves: Intensidad de uso de Facebook, Habilidades Sociales, Autoestima.

ABSTRACT

The present research aimed at the relationship between intensity of use of the social network Facebook, social skills and self-esteem, through a transactional design of descriptive correlational type. To this end, 212 university students of Psychology from the National University of San Agustín the Arequipa were evaluated, who were administered a Structured Schedule prepared for this study, Social Skills Scale (EHS) proposed by G. Gismero (2009) and the Self-esteem inventory proposed by Stanley Coopersmith. The results indicate that there is an inversely proportional relationship between the variables, since the longer the use of the social network Facebook, the lower the levels of Social Skills and Self-esteem.

Keywords: Intensity of Facebook use, Social Skills, Self-esteem.

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
PRIMER CAPÍTULO	4
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	5
2. OBJETIVOS	6
OBJETIVO GENERAL	6
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
3. HIPÓTESIS.....	6
4. JUSTIFICACIÓN	6
5. ANTECEDENTES.....	8
6. LIMITACIONES DEL ESTUDIO	10
7. DEFINICION DE TERMINOS	10
A. INTENSIDAD DE USO DE FACEBOOK	10
B. HABILIDADES SOCIALES	10
C. AUTOESTIMA.....	11
SEGUNDO CAPÍTULO	13
REVISIÓN DE LA LITERATURA	13
INTRODUCCIÓN	13
1. CULTURA DIGITAL.....	14
A. La era digital	14
B. Cultura digital	14
C. Web 2.0	15
2. LAS REDES SOCIALES	16
A. Definición.....	17
B. Características	19

3.	LAS REDES SOCIALES Y LOS JOVENES.....	21
	A. Influencia de las redes sociales en los jóvenes	21
	B. Influencia e impacto dentro del hogar.....	25
	C. Influencia e impacto dentro de las relaciones personales	28
4.	CONCEPTO DE REDES SOCIALES ONLINE.....	32
	A. Historia de las Redes Sociales en el Mundo	33
	B. Usos principales de las Redes Sociales.....	35
	C. Principales redes sociales.....	36
5.	LA HISTORIA DEL INTERNET EN EL PERÚ	37
6.	CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE REDES SOCIALES EN EL PERÚ.	38
7.	FACEBOOK	41
	A. Historia de Facebook	41
	B. Facebook en el Perú	43
8.	INTENSIDAD DE USO DE FACEBOOK	44
9.	HABILIDADES SOCIALES.....	46
	A. La dimensión social del desarrollo.....	47
10.	AUTOESTIMA.....	49
11.	LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD	51
	A. Aspecto Emocional	53
	B. Aspecto Familiar	55
	C. Aspecto Social.....	56
	D. Aspecto Formativo	58
	TERCER CAPÍTULO.....	61
	METODOLOGÍA	61
1.	TIPO Y DISEÑO	61
2.	SUJETOS	62
3.	INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS	62
	A. Inventario de Autoestima De Coopersmith:.....	62
	B. Escala de Habilidades Sociales:.....	63

C. Horario Estructurado Adaptado:	64
D. Consentimiento Informado:	64
4. PROCEDIMIENTO	64
DISCUSIÓN	86
CONCLUSIONES.....	89
RECOMENDACIONES.....	90
BIBLIOGRAFIA.....	91
ANEXOS.....	97

LISTA DE TABLAS

CUARTO CAPITULO	67
RESULTADOS	67
Tabla N°1:	67
Intensidad de uso de la Red Social Facebook	67
Tabla N°2:	68
Niveles de Habilidades Sociales en general.....	68
Tabla N°3:	69
Niveles de Autoexpresión de situaciones sociales.....	69
Tabla N°4:	70
Niveles de Defensa de los Propios Derechos como Consumidor	70
Tabla N°5:	71
Niveles Expresión de Enfado o Disconformidad.....	71
Tabla N°6:	72
Niveles Decir no y cortar interacciones	72
Tabla N°7:	73
Niveles de Hacer Peticiones.....	73
Tabla N°8:	74
Niveles de Interacciones positivas con el sexo opuesto.....	74
Tabla N°9:	75
Niveles de Autoestima en General	75
Tabla N°10:	76
Niveles de Área de sí mismo.....	76
Tabla N°11:	77
Niveles de Área de Hogar	77

Tabla N°12:	78
Niveles de Área de Social	78
Tabla N°13:	79
Niveles de Área Laboral.....	79
Tabla N°14.....	80
Prueba de normalidad estadística	80
Pruebas de normalidad	80
Tabla N°15:	81
Relación entre Habilidades Sociales y Tiempo de uso de Facebook	81
Tabla N°16:	83
Relación entre Autoestima y Tiempo de uso de Facebook	83
Tabla N°17:	84
Correlación de variables.....	84

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se realizó en la Escuela Profesional de psicología de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, donde se contó con la participación de 212 estudiantes, a quienes se administró un Horario Estructurado del tiempo de uso de la red social Facebook, Escala de Habilidades Sociales (EHS) propuesto por G. Gismero (2009) y el inventario de Autoestima propuesto por Stanley Coopersmith; así mismo nuestra investigación es de tipo descriptivo correlacional con un diseño no experimental transaccional. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

El objetivo del presente estudio se centró en determinar la afectación de las habilidades sociales y la autoestima, debido a la intensidad de uso de la red social Facebook. Se indagó si la cantidad de tiempo que se pasa en Facebook podría estar relacionada con los niveles de la autoestima de los/as participantes, pues una mayor identidad social puede tener impacto sobre el autoconcepto de los/as usuarios/as, y también se exploró si existe un impacto sobre el desarrollo de las habilidades sociales.

Esta investigación parte del hecho de que, actualmente, uno de los medios de comunicación que ha crecido en popularidad son las redes sociales por Internet. Estas plataformas en línea facilitan el desarrollo y mantenimiento de relaciones y comunicación con personas que comparten intereses, actividades o contextos similares, o que tienen conexiones cara a cara. Generalmente, consisten en una página de perfil creada por el usuario que facilita que los demás se comuniquen con éste. (Lefebvre y Bornkessel, 2013).

En cuanto a las herramientas tecnológicas actuales, el ser humano tiene que ir adaptándose a ellas en la medida en que éstas surgen. Estas tecnologías son conocidas como TIC (Tecnologías de Información y Comunicación), las cuales transforman la vida cotidiana de los sujetos cuando deben aplicarlas para enfrentar nuevos desafíos. Esto implica que el uso de las TIC es muy importante para el desarrollo individual y colectivo (Zermeño, Arellano & Ramírez, 2005).

Si bien esta comunicación juega un papel muy importante dentro de las generaciones actuales y nuevas generaciones, también consideramos que es importante analizar las formas en que produce cambios en las redes sociales reales. Por ejemplo, destacamos la red social conocida como Facebook, una de las más populares entre los jóvenes de hoy en día. Los sitios como Facebook son relativamente nuevos y su difusión ha traspasado culturas, ya que se considera una nueva forma de comunicación y socialización.

La red social Facebook, fue creada en el año 2004 como un proyecto privado para estudiantes de la Universidad de Harvard y, en nuestros días, es la red social más usada a nivel mundial, empleada por millones de personas para una gran cantidad de propósitos que van mucho más allá de aquel para el cual fue creada. (Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala, 2010).

Nuestro país no se encuentra exento de esta influencia la investigación de Ana Delgado, Luis Escurra, María C. Atalaya, Juan Pequeña, Constantino Cuzcano, Rosa Rodríguez y David Álvarez de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes realizaron un estudio sobre la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de una universidad pública y una particular de Lima Metropolitana, trabajando con una muestra de 1405 estudiantes universitarios, obtenida a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado. Los resultados observados indican que existen correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre los puntajes totales de la Escala de Habilidades Sociales y los del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales, así como en la mayoría de los Factores de ambos instrumentos.

Al observar estos resultados nos damos cuenta que el uso de las redes sociales trasciende culturas, idiomas, niveles educativos y rangos de edades. Desde el marco psicológico, se podría pensar que una explicación es que Facebook ha influido no sólo en la manera en que las personas se comunican sino también en diversas variables psicológicas implicadas en dichos procesos de comunicación, lo cual podría provocar que las personas comparen sus vidas con la de los demás. "Los jóvenes tienen la necesidad de mirar compulsivamente a los otros y se disgustan porque sienten que sus vidas no son así", comentó la psiquiatra Louise Theodosiou para un artículo de la BBC,

"mi impresión es que creen que sus amigos tienen vidas mejores que las suyas, aunque solo vean una versión idealizada de las vidas de los otros".

Se considera que a través de este estudio se pudieron obtener beneficios, generando conocimiento acerca de esta temática que, aunque es ampliamente conocida en otros países desde el enfoque psicológico, no lo es tanto en nuestro país, en especial en la población arequipeña.

El estudio puede ser también de gran importancia en el ámbito clínico, puesto que, dependiendo de la relevancia que este medio llegue a tener para las personas, podría darse un mayor impacto en variables relacionadas con el bienestar mental. La evaluación de factores como la intensidad de uso, la autoestima y las habilidades sociales, podría brindar información valiosa sobre el tiempo adecuado del uso diario en Facebook para que no se vean afectados los otros dos factores y esto podría ayudar a buscar formas alternativas para tener impactos positivos sobre estas variables en los usuarios/as.

Este estudio es de tipo correlacional, puesto que busca relacionar la intensidad de uso de la red social Facebook con los niveles de Habilidades sociales y autoestima en los estudiantes de Psicología de la UNSA, los instrumentos utilizados fueron el test autoestima de Coopersmith, la Escala de Habilidades Sociales y un cuestionario estructurado adaptado del tiempo de uso de Facebook.

El presente documento está estructurado en cuatro apartados: en la primera parte se expone un marco referencial en donde se presentan algunas investigaciones que se han realizado sobre el tema y las variables involucradas, además de los fundamentos teóricos que respaldan la investigación realizada; en el segundo apartado se incluyen las especificaciones metodológicas del estudio y, por último, en la tercera parte se incluyen los hallazgos empíricos, el análisis de datos, las conclusiones, limitaciones y recomendaciones; finalmente en el cuarto apartado tenemos los resultados expuestos en tablas que nos brindan datos estadísticos que nos permiten ver los resultados de manera cuantitativa de la presente investigación.

PRIMER CAPÍTULO

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Tenemos conocimiento que todo organismo vivo debe integrar elementos y dinámicas de interacción emergentes para aumentar sus posibilidades de supervivencia. Así como este proceso de integración es necesario en el ámbito biológico, también la parte social es de suma importancia.

En actualidad vivimos en un mundo altamente tecnológico en el que cada día nos enteramos de una nueva aplicación y otro modelo de celular mejor que el que vimos el día de ayer, otra red social con la que podemos obtener más seguidores y así un sin fin de atrayentes hacia el mundo virtual.

El uso de internet se ha expandido masivamente en el mundo, por medio del incremento de su propia información y capacidades, y se ha convertido en una herramienta indispensable para toda la población académica y profesionalmente activa. Todos hacemos uso de este en diferentes momentos del día, pero de distinta manera ya que todos tenemos distintos intereses.

El cambio que han generado las redes sociales en la Internet es importante, desde cómo las personas se comunican entre ellas mismas, siendo ahora es mucho más fácil estar al tanto de los demás, desde los más cercanos a ti como en cualquier parte del mundo. Esto como producto de la globalización, el uso de estas redes es de suma importancia hoy en día, ya que se le han dado múltiples usos como por ejemplo muchas empresas se dan a conocer por Facebook dándosele a las personas un trato más personal, igual los artistas, programas de televisión, entre otras.

Entonces podemos decir que Facebook se ha convertido en una herramienta indispensable para la vida cotidiana de las personas, influyendo en nuestro vocabulario, en nuestra forma de comunicarnos, pero sobretodo en la forma en la que nos relacionamos socialmente, ya que hemos transformado la forma de hacer amistades, hemos cambiado la manera de publicar nuestras relaciones y de compartir información personal con nuestros contactos.

Si bien el proceso de socialización nos ayuda a interactuar con los demás evitando que se seamos personas insensibles y solitarios, si nosotros tuviéramos una mala opinión sobre nosotros mismos y encontraríamos dificultades para socializar por timidez o una inadecuada autoestima, entonces podríamos optar por usar la Internet como una alternativa de socialización, pues en ella tendríamos la posibilidad de abrirnos y ganar confianza sin tener que interactuar frente a frente.

Por ello es que en este estudio queremos ver si existe o no afectación por la intensidad de uso que le damos a la red social Facebook en los niveles de Habilidades Sociales y Autoestima de los estudiantes de Psicología, para así tener como una tarea futura, la promoción del buen uso de las redes sociales, la prevención de sus efectos cuando el uso no es controlado y el tratamiento para aquellos que lo requieran.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿La intensidad de uso de la red social Facebook, afecta los niveles de las habilidades sociales y la autoestima en jóvenes universitarios, estudiantes de la carrera de Psicología de la UNSA?

2. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Determinar la afectación de la intensidad de uso de la red social Facebook en los niveles de habilidades sociales y la autoestima en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la UNSA.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- A. Identificar la intensidad de uso de la red social Facebook en los estudiantes de la carrera de Psicología de la UNSA.
- B. Determinar los niveles de habilidades sociales en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la UNSA.
- C. Determinar los niveles de autoestima en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la UNSA.
- D. Relacionar la intensidad de uso de la red social Facebook en los niveles de habilidades sociales y autoestima de los estudiantes de Psicología de la UNSA.

3. HIPÓTESIS

H_0 : La intensidad de uso de la red social Facebook no afecta los niveles de habilidades sociales y autoestima de los estudiantes de Psicología de la UNSA.

H_1 : La intensidad de uso de la red social Facebook afecta los niveles de habilidades sociales y autoestima de los estudiantes de Psicología de la UNSA.

4. JUSTIFICACIÓN

Al observar el impacto social y comunicacional que están teniendo las redes sociales virtuales, es de suma importancia que se realicen investigaciones que busquen entender y explicar los efectos en la dinámica y formas de comunicarse que hacen un cambio en las habilidades sociales, además de cómo difieren las relaciones interpersonales en línea comparada con la relación cara a cara.

El internet se ha expandido por todo el mundo por medio del incremento de su propia información y capacidades, y se ha convertido en una herramienta indispensable para toda la población académica y profesionalmente activa. Esta herramienta se volvió una potente rama de comunicación y hoy en día esta transformación se puede constatar gracias a las redes sociales existentes en línea. (Raacke & Bonds-Raacke, 2008).

Si bien esta comunicación juega un papel muy importante dentro de las nuevas generaciones, también es importante analizar las formas en que produce cambios en las redes sociales físicas y reales (Magnuson & Dundes, 2008).

Desde el campo de la Psicología Social, se puede afirmar que la exploración de este tema es de enorme relevancia ya que, como cada vez son más los/as usuarios/as de la Comunicación Mediada por Computadoras (CMC) y de Facebook en particular, esto podría estar asociado con una serie de cambios en los procesos de socialización de las personas en la actualidad, lo cual haría muy importante el identificar qué variables psicológicas pudieran estar implicadas en esto y de qué manera el uso de Facebook ha impactado en ellas. Esto, a su vez, podría aportar información con respecto al por qué las personas podrían preferir el uso de CMC en vez de comunicación cara a cara.

Ésta afectación puede extenderse a diferentes ámbitos de nuestra vida, como en el ámbito social ante la imposibilidad de poder desenvolvernos en un ambiente donde tengamos que iniciar una conversación y no tener los recursos necesarios; en el ámbito personal y familiar, ya que nos alejamos de nuestros seres queridos por estar inmersos en el mundo virtual dejando de lado nuestras relaciones familiares y personales.

Asimismo, a partir de este estudio, se buscó aportar información con respecto a la manera en cómo las personas organizan su tiempo diario al usar Facebook, como parte de una necesidad de pertenencia fundamental dentro de los humanos como seres sociales y cómo esto puede afectar las variables psicológicas de la autoestima y las habilidades sociales.

De igual manera, los resultados que se obtengan a partir de este estudio pueden ser relevantes en otras áreas tales como la familia, la educación, y la comunicación por el hecho de que, al poder verse afectado la autoestima y/o las habilidades sociales por la intensidad de uso de esta red social, también afectamos nuestras relaciones personales, siendo estas como la primera escuela para interactuar con el exterior.

5. ANTECEDENTES

Encontramos el estudio realizado en Costa Rica, titulado “Identidad social y uso de Facebook: Su asociación con la autoestima y el disfrute del uso de esa red social en estudiantes universitarios” realizado por González Prieto, Adriana y Quirós Araya, Hellen (2014), la cual se centró en determinar la relación e influencia de la comparación intergrupal dentro de Facebook, sobre el disfrute al usarla, y el papel mediador de la autoestima entre ambas variables.

Se basó en la Teoría de la Identidad Social de Tajfel y Turner (1979) que plantea que cuando las personas evalúan de manera más positiva a los grupos a los que pertenecen (endogrupos) en comparación a aquellos grupos a los que no pertenecen (exogrupos) se da un fortalecimiento de la identidad social, lo que lleva un aumento del autoconcepto y la autoestima. Se utilizó como instrumento un cuestionario construido para la investigación, compuesto por diferentes escalas: una escala de grupos y páginas de Facebook, una escala de evaluación endogrupal y otra de evaluación exogrupal, una escala de autoestima individual, una escala de motivación ínterinseca que medía el disfrute del uso, un horario de intensidad de uso de Facebook y una escala de autoapertura, además de información sociodemográfica. Se aplicó a 250 estudiantes universitarios de entre 18 y 23 años, distribuidos homogéneamente por sexo, cuyo único criterio de inclusión fue tener una cuenta activa en Facebook, sin importar el uso que le dieran. Se encontró que los participantes en el estudio mostraron una comparación intergrupal positiva, lo cual se vio asociado con altos niveles de autoestima y disfrute. Además, se concluye que las personas directamente no disfrutan usar Facebook porque su uso les aumenta la autoestima, sino porque quizás, éste es una manera de encontrar y formar grupos con los que se pueden

relacionar, compartiendo una identidad social y es una manera más fácil de relacionarse que en la comunicación cara a cara.

De igual manera otro estudio realizado en Costa Rica, elaborado por Mariana Agüero (2017), llamado Intensidad de uso de Facebook y habilidades sociales en adolescentes de Universidad de Iberoamericana, en el que participaron 440 adolescentes, obtuvo resultados importantes de correlaciones con respecto a las variables planteadas en la investigación, se determinó que no existe una relación directa entre las habilidades sociales percibidas y las horas invertidas en la red social Facebook.

Un estudio de la Universidad de Gothenburg, Suiza, realizado por la Psicóloga Amy Gonzales y el profesor Jeffrey Hancock (2016) titulado “El espejo de Facebook: una experiencia que disminuye la autoestima” en el que encuestó a 335 hombres y 676 mujeres, con una edad promedio de 32 años y analizaron el uso de Facebook y su repercusión en la autoestima. Y encontraron una relación negativa y significativa entre estas dos variables. Es decir, mientras el uso de Facebook aumenta, la autoestima disminuye. Aunque la principal diferencia se encontró entre los géneros. Las mujeres que utilizaron Facebook eran menos propensas a sentirse felices y contentas con sus vidas.

Los investigadores ofrecieron una posible explicación a estos descubrimientos: “Una teoría detrás de este descontento se puede encontrar en que las mujeres tienden a escribir más sobre sus pensamientos y sentimientos, mientras que los hombres pasan más tiempo provocando a los otros.”

Así mismo, tenemos en el ámbito nacional a la investigación de Ana Delgado, Luis Escurra, María C. Atalaya, Juan Pequeña, Constantino Cuzcano, Rosa Rodríguez y David Álvarez (2016) de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes realizaron un estudio sobre la relación entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de una universidad pública y una particular de Lima Metropolitana, trabajando con una muestra de 1405 estudiantes universitarios, obtenida a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado. Donde los

resultados indicaron que existen correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre los puntajes totales de la Escala de Habilidades Sociales y los del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales, así como en la mayoría de los Factores de ambos instrumentos (ULima Edu, 2016).

6. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

El tiempo limitado por parte de los estudiantes para la realización de las pruebas, a pesar de tener las coordinaciones previas con el docente de aula.

La exigencia académica que se tiene en los estudiantes de psicología de últimos años, no fue posible acceder a tomar como muestra a dichos estudiantes.

7. DEFINICION DE TERMINOS

A. INTENSIDAD DE USO DE FACEBOOK

Según Wakefield J. (2018) en un artículo de la BBC NEW, nos indica que la intensidad de uso de Facebook se refiere a la cantidad de tiempo que se invierte en el uso de esta red durante el día, semana o meses.

Además Facebook (2018) en su página oficial, nos dice que es un sitio web de redes sociales creado por Mark Zuckerberg y fundado junto a Eduardo Saverin, Chris Hughes y Dustin Moskovitz. Desde su fundación en 2004, Facebook ofrece a los usuarios la posibilidad de compartir contenido y hacer que el mundo sea un lugar más abierto y conectado además de expresar todo lo que les interesa.

B. HABILIDADES SOCIALES

Lucena, Fernández y Francisco (2002) señalan que existen diversas definiciones de las habilidades sociales, pero que se puede observar un común denominador, debido a que se las considera como un conjunto de comportamientos en las relaciones interpersonales que resultan eficaces, y tienen dos objetivos principales, los cuales son afectivos (tener relaciones satisfactorias con parientes, amigos y con la pareja) e instrumentales (realizar con éxito actividades en la comunidad, como

uso de servicios, entrevistas satisfactorias de trabajo, realizar adecuadamente transacciones de compra y venta, etc.)

C. AUTOESTIMA

Según Wilson, Fornasier y White (2010), la autoestima es definida como la valoración subjetiva que una persona hace y mantiene acerca de sí misma y el grado de creencia en su capacidad, valor y significado, que se transmite a través de sus actitudes y comportamientos verbales.

VARIABLES E INDICADORES

- 1. Variable principal:** Intensidad de uso de Facebook
- 2. Variable secundaria:** Habilidades Sociales, Autoestima

VARIABLES		DIMENSIONES	INDICADORES
PRINCIPAL	USO DE FACEBOOK	Intensidad de uso	Tiempo de uso
SECUNDARIAS	HABILIDADES SOCIALES	<ul style="list-style-type: none"> • Auto expresión en situaciones sociales. • Defensa de los propios derechos como consumidor. • Expresión de enfado o disconformidad. • Decir no y cortar interacciones. • Hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Muy Alto • Alto • Normal Alto • Normal • Normal Bajo • Bajo • Muy bajo

	AUTOESTIMA	<ul style="list-style-type: none">• Autoestima en general.• Área de si mismo.• Hogar.• Social.• Laboral.	<ul style="list-style-type: none">• Bajo• Medio• Alto
--	------------	--	---

SEGUNDO CAPÍTULO

REVISIÓN DE LA LITERATURA

INTRODUCCIÓN

La forma de vida en la sociedad actual ha ido evolucionando a grandes pasos, el desarrollo de nuevas tecnologías ha generado importantes aportes a los medios de comunicación y a la forma de comunicarnos hoy en día. De pronto la vida de las personas dio un cambio inesperado con el surgimiento de la computadora, la creación de lo digital, poder convertir textos, imágenes e información a una forma digital fue un gran avance para la sociedad. Pero eso no fue todo, con el surgimiento del internet, lo digital creó un mar de información con acceso a personas de cualquier parte del mundo, así mismo permitió que la comunicación fuera más rápida, fácil y a un precio bajo sin importar el espacio geográfico de donde se comuniquen, dando inicio a la cultura digital.

1. CULTURA DIGITAL

A. La era digital

De acuerdo a lo dicho por Barandiaran (2003) “La digitalización, un proceso que impone una separación, una desratización, una codificación, para construir un mundo computacional e informacionalmente manipulable”.

Así mismo menciona que la era de la digitalización permite el uso de un espacio informacional abierto a todos quienes tengan acceso a las interfaces digitales, por ejemplo las terminales y conexiones. El proceso de digitalización no solo se produce cuando se transforma algo analógico a lo digital, sino que lo digital se recodifica y se vuelve a digitalizar constantemente, de esta forma se permite la manipulación de la información con nuevos procedimientos y lenguajes.

Por lo tanto este no es el momento de rechazar la digitalización, ya que es algo que genera conocimiento colectivo, crea herramientas y espacio de ayuda a la comunicación, así mismo a la construcción de conocimiento que nunca podríamos imaginar.

Entonces no se trata de vivir en una era digitalizada, sino en el proceso de digitalización permanente. Ese es el reto de la era digital.

B. Cultura digital

El Diccionario Inglés de Oxford muestra el uso más temprano del término cultura digital conocido con el nombre de “ciber cultura” en 1963 y fue hasta 1995 que se crea la siguiente definición, “la ciber cultura son las condiciones sociales producidos por la automatización y la informatización”.

La cultura digital, también estudia los diversos fenómenos sociales asociados a la Internet y otras nuevas formas de comunicación. Este concepto por lo general, no solo se refiere a las culturas de las comunidades virtuales, sino que se extiende a una amplia gama de temas culturales relacionados con los ciber- temas.

Además podemos afirmar que la cultura digital puede ser puramente una cultura en línea o puede abarcar ambos mundos físicos y virtuales. Es decir, que la cultura digital es una cultura endémica de las comunidades en línea, no es sólo la cultura que resulta del uso de la computadora, pero sí es la cultura la que está directamente mediada por la computadora.

En otras palabras podemos definir que la Cultura Digital es el estudio de los aspectos sociales, culturales, éticos y estéticos de la Tecnología de la Información y la Comunicación, teniendo como enfoque principal a la interacción entre cultura y tecnología.

C. Web 2.0

En un artículo de la revista virtual Gestiopolis (2012) mencionan que el término Web 2.0 se introdujo en 2004 y se refiere a la segunda generación de la World Wide Web. El término “2.0” viene de la industria del software, donde las nuevas versiones de programas de software se etiquetan con un número de versión incremental. Como el software, la nueva generación de la Web incluye nuevas características y funcionalidad que no estaban disponibles anteriormente. Sin embargo, la Web 2.0 no se refiere a una versión específica de la Web, sino más bien una serie de mejoras tecnológicas.

Algunos ejemplos de características que se consideran parte de la Web 2.0 son las siguientes:

- a. Blogs, éstos permiten a los usuarios publicar pensamientos y actualizaciones sobre su vida en la Web.
- b. Wikis – sitios como Wikipedia y otros, permiten a los usuarios de todo el mundo puedan añadir y actualizar el contenido en línea.
- c. Redes sociales – sitios como Facebook, Twitter e Instagram permiten a los usuarios crear y personalizar su propio espacio o su perfil para comunicarse con sus amigos.
- d. Aplicaciones Web, una amplia gama de nuevas aplicaciones permiten a los usuarios ejecutar programas directamente en un navegador Web.

Las tecnologías Web 2.0 proporcionan un nivel de interacción con el usuario que no estaba disponible antes. Los sitios web se han convertido en algo mucho más dinámico e interconectado, la producción de “comunidades en línea” hace aún más fácil compartir información en la Web, debido a que la mayoría de las características de Web 2.0 se ofrecen como servicios gratuitos, varios sitios como Wikipedia y Facebook han crecido de manera bastante rápida. Los sitios web seguirán creciendo, entonces más funciones se añadirán, así mismo la construcción de las tecnologías. Mientras que la Web 2.0 puede ser una etiqueta en nuestros tiempos, la tecnología actual sigue evolucionando y seguirá cambiando.

2. LAS REDES SOCIALES

Para Caldevilla D. (2010), las grandes protagonistas actuales de la sociedad o Era Digital son las redes sociales. Estas interconexiones surgidas desde los propios usuarios sirven para mantener amistades, conocer gente nueva, entretenerte, crear conjuntamente movimientos, compartir fotografías, comentar nuevos estados de ánimo, etc.

Nadie cuestiona ya el imparable poder que están adquiriendo y la importancia que tendrán, en no mucho tiempo, como generadoras de nuevas formaciones mundiales, que quién sabe si transmutarán hacia nuevas y complejas asociaciones sociales que aún ni somos capaces de imaginar.

Esta nueva situación requiere un análisis pormenorizado de los orígenes que fomentan la irrupción de estos nuevos escenarios sociales y las consecuencias o repercusiones que pueden tener a nivel global.

Como el mundo de Internet está en constante, frenética y vertiginosa evolución, la redes de hace unos años, las primigenias, son diametralmente distintas a las redes sociales que manejan los internautas en la actualidad. Los límites que definían y frenaban a las antiguas redes sociales han sido eliminados y los nuevos están siendo redefinidos por las actuales. Sigue siendo ardua tarea la de distinguir estas nuevas formaciones plurales que se reinventan a sí mismas, segundo a segundo.

No obstante, nos atrevemos a deducir que las características básicas y principales de las redes sociales, son proyectar una idea clara sobre el panorama interactivo que se encuentra en crecimiento exponencial en nuestra sociedad.

Caldevilla D. (2010), utiliza la definición aportada en las Jornadas sobre Gestión en Organizaciones del Tercer Sector en la Universidad Di Tella de Buenos Aires, Argentina, en noviembre de 2001 que aún hoy sigue estando en vigor:

“Las Redes son formas de interacción social, definida como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos...” (Conclusiones de las jornadas sobre Gestión en Organizaciones del Tercer Sector, 2001).

Entonces podemos inferir que, las redes sociales nacen como una reunión de personas, conocidas o desconocidas, que interactuarán entre sí, redefiniendo al grupo y retroalimentándolo. Esta idea se enlaza con la cultura de la web 2.0 que no es sino una nueva forma de “hacer algo en grupo”. La gran ventaja que supone el trabajo grupal es que prospera por el esfuerzo de todos aquellos que son parte de dicho grupo, por lo que, si un individuo no alcanza a aportar en conocimiento, puede ser resuelto por el trabajo en conjunto.

Ahora, para continuar con esta investigación, debemos también tener conocimiento de qué se tratan las redes sociales, sus características y la manera que influyen sobre las sociedades más jóvenes.

A. Definición

Para Martos (2010), el tema de las redes sociales ha despertado gran interés en la actualidad, así como en los años anteriores, debido a su constante incremento y actualización, así como el siempre creciente número de personas que se integran a una comunidad virtual que permite rebasar fronteras físicas y comunicarse con prácticamente cualquier parte del planeta.

Estudiar las maneras en que afectan las redes sociales a la evolución, ha sido un tema que se ha disparado en una carrera ascendente, que por el momento, no parece ver un fin. “El análisis de redes sociales ha irrumpido en muchas ciencias sociales en los últimos veinte años como una nueva herramienta de análisis de realidad social” (Martos, 2010). Esto debido a que permite centrar los estudios de las ciencias en las relaciones de los individuos que comparten gran cantidad de información personal a través de las redes.

También se puede acudir a autores como Boyd y Ellison (2007) para revisar el concepto de redes sociales. Estos autores proponen que las redes sociales son servicios en línea que permite crear un perfil público para que vean los otros usuarios que tengan de igual forma una cuenta. Dentro de cada cuenta se administra una serie de contactos con los cuales se puede interactuar en diferentes niveles (citados por Flores, Moran y Rodriguez, 2013).

De acuerdo con Boyd y Ellison (2007) una red social se define como un servicio que permite a los individuos construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y ver y recorrer su lista de las conexiones y de las realizadas por otros dentro del sistema. La naturaleza y la nomenclatura de estas conexiones pueden variar de un sitio a otro. (citado por Flores, Morán, y Rodríguez, 2013)

Las redes sociales son una estructura diseñada para la interacción humana a través de la tecnología, ya que no solo se trata de redes sociales juveniles como Facebook, sino también pueden ser otras en las cuales se comparta situaciones financieras como Twitter. Además, las redes sociales permiten dar seguimiento de lo que hacen los contactos, que puede tener relación entre ellos por diferentes intereses.

Para Flores, Morán, y Rodríguez, (2013), las redes sociales son una estructura social que se pueden representar en forma de uno o varios grafos, en los cuales los nodos representan a individuos (a veces denominados actores) y las aristas relaciones entre ellos. Las relaciones pueden ser de distinto tipo, como intercambios financieros, amistad, relaciones sexuales, o rutas aéreas. También es el medio de

interacción de distintas personas como por ejemplo juegos en línea, chats, foros, spaces, etc. Estos sitios permiten a los usuarios realizar seguimiento de sus relaciones interpersonales y crear otras nuevas.

B. Características

Existen varios autores que destacan las características que tienen las redes sociales. Las principales características son el “concepto de comunidad, a través de la creación de redes de usuarios que interactúan, dialogan y aportan comunicación y conocimiento; tecnología flexible y ancho de banda necesario para el intercambio de información y estándares web de aplicación libre” (Campos, 2013). Siendo todas estas características, las que hacen fundamental la utilización de estas redes en el ámbito educativo.

Para comprender un poco más cómo funciona la expansión de las redes sociales, su golpe en la juventud se torna necesario para conocer de qué se trata el “efecto de red”, tomaremos lo dicho por Flores, Morán, y Rodríguez (2013), quienes infieren que, se trata del valor agregado que tiene la red social al integrarse cada nuevo miembro. Esto hace incrementar un usuario, por lo que luego de él, el siguiente ingresará a la red con un valor mayor y así sucesivamente. El efecto de red es lo que hace más jugoso aun el tema de las redes sociales, ya que siempre está en expansión.

Se conoce como “efecto de red” al tipo particular de externalidad que se produce cuando cada nuevo usuario añade valor a un producto por el hecho de unirse a la comunidad de usuarios. Por ejemplo, las tecnologías de comunicación son el ejemplo típico de efecto de red. Para el tercer usuario de la red telefónica, acceder a la red supondría poder hablar con dos personas, pero para el cuarto sería poder hablar con tres personas y así sucesivamente. Cuantos más miembros tiene la red de usuarios más valor tiene para un miembro pertenecer a ella. (Flores, Morán, y Rodríguez, 2013)

Por otro lado, las características de las redes sociales vienen dadas por diferentes autores. Se pueden encontrar diferentes caracterizaciones en este sentido, algunos

las dividen en dos: por un lado, las características cuantitativas, y por otro las características cualitativas.

Con respecto a las primeras se relacionan con el número de miembros o la frecuencia de contacto. Entre las características cuantitativas de las redes sociales, se encuentran la densidad, la proximidad para alcanzar a otra persona dentro de la red, la cantidad de contactos directos a los que se puede llegar, la cantidad total de usuarios, las características diferenciales entre los miembros, y finalmente, la distancia real entre los diferentes usuarios, en palabras de Madariaga, Abellos y Sierra (2010):

- a. Densidad: Grado en que se han activado efectivamente los vínculos posibles entre las personas dentro de la red.
- b. Proximidad: Distancia física o número de pasos que una persona tiene que dar para alcanzar a otra.
- c. Rango: Cantidad de contactos directos que tiene una persona dentro de la red.
- d. Tamaño: Número de personas en la red.
- e. Homogeneidad: Grado de características similares que tienen los que conforman la red.
- f. Dispersión: Distancia geográfica que separa a los miembros de la red.

Mientras que las características cualitativas se enfocan en aspectos como la amistad o la tolerancia entre los distintos miembros. Dentro de las características cualitativas se encuentra: el contenido, los vínculos que se generan entre usuarios directos, la dirección que se trata de la reciprocidad en las relaciones, la durabilidad de la red como tal, el valor que otorgan los usuarios a las relaciones y la multiplicidad que es el grado en que se puedan relacionar los miembros de diferentes formas (Madariaga, Abellos, y Sierra, 2010).

3. LAS REDES SOCIALES Y LOS JOVENES

A. Influencia de las redes sociales en los jóvenes

Luego de conocer un concepto sobre lo que son las redes sociales, también es fundamental conocer las propuestas en torno a la razón de su magno alcance. Algunos autores, como los citados a continuación, consideran que el auge de las redes sociales es fruto de una necesidad que se veía venir para la sociedad actual. Ésta necesidad se basa en unificar fotos, mensajerías, videos, información que antes se encontraban de manera dispersa. Era una necesidad evolutiva, que se crean redes en función de acercar las fronteras, que con el internet se vinieron abajo mucho antes.

De acuerdo con Fernández (2010), la facilidad de estar en contacto con otras personas de tu barrio, ciudad, o incluso, de otros países ha producido que las redes sociales sean actualmente el boom de Internet. Y era de prever que sucedería, porque se palpaba una necesidad de reunir mensajería, fotos, videos y demás que antes estaban separados o no llegaban a combinar todos los elementos en un mismo sitio Web para que el usuario pueda tener todas las herramientas en una sola, y es en ese momento cuando aparecen las redes sociales, que surgieron, como observamos, de una necesidad palpable.

Otro de los aspectos que motivó en auge de las redes sociales tiene más relación con lo económico que con lo social. Estas redes se ofrecen además como un espacio para publicidad gratuita para pequeñas empresas o negocios. Además, para grandes transnacionales o empresas de poder, las redes sociales se han planteado como una nueva forma de publicidad que llega a un gigante número de personas de manera mucho más veloz que antes, y con mayores resultados positivos.

Así mismos Campos (2013), las redes son un negocio del que se lucra principalmente el operador de la plataforma. El usuario paga el acceso con sus datos personales (perfil de usuario), produce gratis (colabora enviando fotos y videos) y genera audiencia para la venta de publicidad. Es, por lo tanto, un triple

pago: economía de la afiliación, economía de la colaboración y economía de la atención.

Debido a esto, las grandes empresas internacionales han puesto sus ojos en las redes sociales para publicitar y vender sus productos y servicios. Las redes sociales se muestran como un espacio ideal para los grandes grupos de comunicación ya que engloba a un extenso grupo de personas, haciendo más inmediato el alcance de su publicidad e incrementando, en tal virtud, las ventas.

En la siguiente cita de Campos, podemos ver una serie de transacciones económicas realizadas en torno a las redes sociales por grandes grupos internacionales.

Por el momento las redes son sistemas de comunicación social básicos, fundamentados tanto en la filosofía de la afiliación y la participación como en la economía de la colaboración y la atención. Pero que, sin embargo, se han convertido en el principal punto de mira estratégico de todos los grandes grupos de comunicación durante los últimos años: News Corporation de Murdoch compraba MySpace en 2005 por 850 millones de dólares; Microsoft pagaba 240 millones por una participación de Facebook, valorada en 15.000 millones, en octubre de 2007; y AOL, filial de Internet de Time Warner, adquiría Bebo por 850 millones de euros en marzo de 2008 (Campos, 2013).

En el mundo de la gran red que es el Internet, se pueden encontrar una infinidad de redes sociales, sin embargo, existen algunas que han causado un impacto masivo llegando a millones de personas y comunicando a casi todos los países del mundo. Esto debido a ciertas características propias de cada red social, que la hacen atractivas a las masas más jóvenes.

Para Flores, Morán, y Rodríguez (2013), en la actualidad, Facebook es la red social más utilizada a nivel global. Esta red, para abril de 2009 contaba con 200 millones de cuentas, de las cuales muchas ni siquiera están en actividad. El éxito rotundo de esta red social, es su gran interactividad que une a personas sin fronteras. Con Facebook “podemos subir imágenes, videos, crear grupos, utilizar sus diversas aplicaciones, entre otros aspectos más que hacen de esta plataforma, la más

exitosa” (Flores, Morán, y Rodríguez, 2013). Todas estas aplicaciones ayudan a cumplir la misión principal de la página: unir a la gente.

Pero para Liberos (2013), en torno a redes sociales con tendencia visual, la que más conmociona ha causado a nivel mundial es Instagram, quizás por la facilidad con la que se puede compartir fotos con diferentes filtros que las hacen más agradables. Esta red social es una aplicación que ya se ha posicionado como una de las más fuertes y consiste básicamente en compartir fotografías. Como nos señalan los siguientes autores, solo es necesario tomar la foto, aplicar alguno de los filtros que dispone y subirla a la aplicación. Esta facilidad, conjuntamente con la imagen parece ser el éxito de esta red social.

El funcionamiento es muy sencillo, se hace una foto, se aplica uno de los muchos filtros de que dispone y se sube a la aplicación. Instagram tiene todas las virtudes de una red social y permite compartir las fotos con todos los contactos que se hayan agregado previamente. Su sistema de feed con las ultimas fotografías subidas, y la posibilidad de clickear un “like” o comentar fotos, potencian la participación en esta pequeña comunidad de adictos a la fotografía.

Estas redes sociales, figuran como las más atrayentes para las generaciones más jóvenes. Y esto responde a una simple razón, que es precisamente ese sector para el cual están diseñadas. Facebook, Instagram, Twitter y muchas otras nacieron destinadas a la gente más joven. Por esta razón, las personas adultas manejan la falsa concepción de que resultan contraproducentes para los menores.

Sin embargo, los jóvenes son responsables en el uso de las redes sociales, los adultos creen que no, pero porque ellos no pueden comprender a la juventud y a donde ésta ha sido llevada por la tecnología, algo que no es negativo. La siguiente cita nos muestra claramente que los jóvenes son prudentes y responsables en el uso de las redes sociales.

Para García y Ramos (2003), existen excepciones, y conviene educarlos para que sean responsables en sus actos. La gran mayoría de los jóvenes usan las redes sociales de una forma muy sensata. Por ejemplo no suelen admitir como amigos a

desconocidos. La mala fama que tienen las redes sociales entre los adultos puede considerarse una reacción provocada por el desconocimiento de una tecnología que no entienden. Tampoco ayuda ver en las noticias el perfil en las redes sociales de cada menor de 18 años que sufre o provoca una tragedia.

Sin embargo, y sobre esto debe centrarse la preocupación sobre el tema de las redes sociales, para una persona vulnerable puede tornarse un problema. Existen grupos de personas para las cuales las redes sociales se presenten como una alternativa para obviar su realidad, llegando a la adicción. Esto es un problema en la adolescencia y juventud, y que las redes sociales pueden ofrecerse como un espacio en el cual muchachos que en la realidad no tienen mucho contacto con su familia o no tienen amigos, puedan fantasear una realidad virtual.

Según Echeburúa y de Corral (2012) , un sujeto con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil y con unas relaciones sociales pobres corre un gran riesgo de hacerse adicto si cuenta con un hábito de recompensas inmediatas, tiene el objeto de la adicción a mano, se siente presionado por el grupo y está sometido a circunstancias de estrés (fracaso educativo, frustraciones afectivas o competitividad) o de vacío existencial (aislamiento social o falta de objetivos). De este modo, más que de perfil de adicto a las nuevas tecnologías, hay que hablar de persona propensa a sufrir adicciones.

Pero, sabiendo educar a los niños en el tema de redes sociales, no existe razón para preocuparse, y más bien, se debe mirar a estos mundos virtuales como herramientas que pueden ser utilizadas para diferentes fines. Uno de estos fines puede ser el pedagógico. La educación está vinculada a las generaciones nuevas, por esta razón debe estar siempre actualizada en los intereses de los chicos.

Para De Haro (2013), desde esta perspectiva, se pueden utilizar las redes sociales a nivel educativo, aprovechando el gran interés que tienen los estudiantes de todos los niveles. Para la educación, las redes sociales traen muchas ventajas como la explicación de las actividades que se realizan en clase para hacer partícipes a los padres de las actividades o compartir recursos como enlaces relacionados con las materias que se estudian, entre otras ventajas que nos brinda esta nueva tecnología.

B. Influencia e impacto dentro del hogar

Cuando se habla de la Influencia e Impacto de las redes sociales dentro del hogar Echeburúa y De Corral (2012), afirman que las redes sociales han llegado para quedarse, y no pueden dejarse de lado o tomarse a la ligera. Existen, además de ventajas que trae consigo, gran influencia e impacto en los jóvenes, a diferentes niveles. Quizás lo que levanta más preocupación, es el prolongado tiempo que pasan inmersos en las redes sociales, pero no debemos olvidar nunca que las redes sociales llegaron para quedarse y formar parte de la humanidad.

Los problemas empiezan en los niños y jóvenes cuando dejan de vivir el mundo real y solo pueden desenvolverse en sociedad a través de estas redes, no por sus propias cualidades sociables. Esto se puede ver constantemente en reuniones e incluso citas de pareja, como indican los siguientes autores, cuando una persona presta mayor atención a las redes sociales en sus teléfonos móviles que a sus amigos con los que esta presencialmente o con su pareja.

La ciberadicción se establece cuando el niño deja de verse con sus amigos y se instala frente a la pantalla con sus videojuegos, el adolescente presta más atención a su Smartphone que a su novia o el joven no rinde en los estudios porque revisa obsesivamente su correo electrónico. En todos estos casos, hay una clara interferencia negativa en la vida cotidiana.

Como ocurre en las adicciones químicas, las personas adictas a una determinada conducta experimentan un síndrome de abstinencia cuando no pueden llevarla a cabo, caracterizado por la presencia de un profundo malestar emocional (estado de ánimo disfórico: insomnio, irritabilidad e inquietud psicomotriz) (Echeburúa y de Corral, 2012).

Así mismo, nos dicen que, existen estudios en torno al tema de la adicción a las redes sociales y el Internet. Algunas de estas investigaciones, como la citada a continuación, marcan ciertas características que pueden darnos señales de que alguien sufre de esta adicción. Así podemos ver que es una característica evitar el sueño por permanecer conectado, dejar de lado actividades, responsabilidades por

mantenerse en la red y, en general, pensar constantemente en la red social y en que es un problema para su vida sobre el cual no tiene poder.

- a. Privarse de sueño (<5 horas) para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- b. Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- c. Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- d. Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
- e. Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- f. Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a un videojuego.
- g. Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
- h. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador (Echeburúa & de Corral, 2012).

Posiblemente, la característica más notoria y preocupante sea la negación de que la red social está causando problemas en la vivencia diaria. Esto se podría producir porque el beneficio que la persona obtiene de la red social es mayor al costo de su adicción. Es un caso bastante similar a cualquier otro tipo de adicción.

Una característica presente en los trastornos adictivos es la negación de la dependencia. La conducta adictiva se mantiene porque el beneficio obtenido es mayor que el coste sufrido. El sujeto sólo va a estar realmente motivado para el tratamiento cuando llegue a percibirse, en primer lugar, de que tiene un problema real; en segundo lugar, de que los inconvenientes de seguir como hasta ahora son mayores que las ventajas de dar un cambio a su vida; y, en tercer lugar, de que por sí solo no puede lograr ese cambio (Echeburúa y de Corral, 2012).

Ahora, enfoquémonos en analizar la influencia e impacto que provocan las redes sociales, tanto dentro del hogar como en el centro de estudios y las relaciones personales. Esto, para poder comprender diferenciadamente la forma en que las redes sociales pueden estar perjudicando los hábitos vivenciales de los jóvenes.

En primer lugar, veremos el impacto e influencia en el hogar. Sobre esto, muchos autores han puesto sus ojos al considerar que las redes sociales separan la unión familiar. Las redes sociales, como señala la siguiente cita, transmuta la comunicación mundial, y mucho más dentro del hogar. Muchos padres intentan mantener esta comunicación con sus hijos creando una cuenta, sin embargo no suele ser satisfactorio del todo, sea por el tiempo invertido o por el lenguaje utilizado de sus hijos.

Para Caldevilla (2010), la red, transmuta el escenario de la comunicación mundial, pero aún más, añade una herramienta adicional para padres de jóvenes con perfiles o cuentas en redes sociales- que facilita el acceso a éstas con intenciones protecciónistas/paternalistas. Así pues, las redes sociales unirán también segmentos de edades diferentes por medio de las relaciones que se establezcan -de forma directa, anónima o camuflada bajo pseudónimos- paradójicamente gracias a un nuevo lenguaje para un perfil de la sociedad que no estaba habituado a las contracciones textuales, la anarquía gramatical y la grafía según conveniencia, al margen de los sistemas clásicos de puntuación y ortografía.

Como se está señalando, las redes sociales han cambiado la manera en que nos comunicamos, abriendo una brecha entre las generaciones antes y después de su llegada. Algunos autores opinan que mientras más tiempo una persona pase conectada, menor tiempo se mantiene en contacto vivencial con las personas de su entorno y esto, en los hogares, puede notarse de sobremanera.

Shapiro y Leone (1999) opinan que “cuanto más tiempo pasamos online, disponemos de menos tiempo para interaccionar directamente con nuestra familia. Por ejemplo, Nie y Erbring (2000) que los usuarios de televisión por internet pasaban menos tiempo cara a cara con otras personas. Afirman que el uso de Internet se centra en el

individuo, mientras que ver la televisión puede proporcionar al menos “un tipo de experiencia compartida”. (citados por Katz & Rice, 2005)

Frente a esto, quienes deben tomar medidas precautelares son los padres y maestros. Estos ejes de la educación deben enseñar a los jóvenes, destrezas de comunicación presencial, para que no necesiten aislarse tras una pantalla. Lo que se dice no es que se separe a los estudiantes de las redes sociales, sino que mantengan contacto con la realidad. En la siguiente cita podemos encontrar algunas propuestas que pueden optar los maestros y familiares para que los jóvenes no se aíslan en una realidad virtual.

Los padres y educadores deben ayudar a los jóvenes a desarrollar la habilidad de la comunicación cara a cara, lo que, entre otras cosas, supone:

- a. Limitar el uso de aparatos y pactar las horas de uso del ordenador.
- b. Fomentar la relación con otras personas.
- c. Potenciar aficiones tales como la lectura, el cine y otras actividades culturales.
- d. Estimular el deporte y las actividades en equipo.
- e. Desarrollar actividades grupales, como las vinculadas al voluntariado.
- f. Estimular la comunicación y el diálogo en la propia familia. (Echeburúa y de Corral, 2012).

C. Influencia e impacto dentro de las relaciones personales

Otro aspecto en que las redes sociales ejercen influencia, sin duda una de las más implicadas, son las relaciones personales, por lo tanto sociales, de los jóvenes. Es así que cada cosa que se exprese a través de las redes sociales suele tener un efecto positivo o negativo en los usuarios, dependiendo del contenido o la situación en que se dé, sin embargo se puede inferir, por previo conocimiento o experiencia propia, que la exposición abierta de los sentimientos de los jóvenes, aún más de los adolescentes, tiende a crear conflictos por el mismo hecho de que estas redes, muchas de las veces, facilitan un acceso ilimitado e incontrolable de personas. Al respecto se menciona:

Tal atmósfera podría estar dominada por artimañas, lascivia, manipulación y

chantajes emocionales. Puede darse tal cantidad de imposturas, cambios de género y falseamiento de identidad que las relaciones verdaderas suelen ser difíciles de crear y mantener. Por ejemplo, a Johnson las discusiones en los chatrooms online le suelen recordar momentos desagradables: declaraciones aisladas del yo, conversaciones fallidas, eslóganes y coletillas. No se percibe una comunidad en estos intercambios; se ve a un grupo de individuos que hablan todos al mismo tiempo y en un código abreviado, casi inteligible (Katz & Rice, 2005).

Para Airbar (2008), los aportes recolectados en torno a los efectos o impactos que pueden tener las redes sociales o el uso del Internet en el desarrollo de las relaciones interpersonales de los jóvenes que los utilizan, es amplia, aunque resultaría injusto afirmar que el efecto globalizador de estas Tecnologías de la Información y Comunicación son totalmente dañinas, así por ejemplo, se puede destacar que gracias a ellas los usuarios pueden contactarse con sus familiares o amigos a nivel mundial de manera fácil, económica e incluso cómoda, pues lo pueden hacer desde la comodidad de su dormitorio y a cualquier hora del día.

Algunos de los impactos de las redes electrónicas en las relaciones personales o comerciales, las describe Aibar (2008) quien señala:

Habitualmente que el uso intensivo de Internet por parte de las empresas genera el llamado e-business, el comercio y el marketing electrónicos, e-commerce; el uso de la red para las relaciones personales genera la denominada sociabilidad virtual o las llamadas comunidades virtuales; el uso por parte de gobiernos y administraciones produce el e-goverment y la administración electrónica, mientras que el uso de Internet en el ámbito de la educación crea el llamado e-learning.

En el sentido específico de las relaciones personales, Katz & Rice (2005) indican que un postulado utilizado comúnmente por los detractores de las tecnologías nuevas, es el hecho de que crean relaciones interpersonales superficiales, basadas en hipocresía y muchos casos desconocimiento real de quien está al otro lado de la pantalla.

Sin embargo esto no se justifica con la vivencia de los adolescentes quienes han desarrollado la capacidad de reconocer niveles de amistad dentro de una red social. Un adolescente conoce un perfil que le pueda ser nocivo y puede obviarlo de sus listas. Por otro lado, si el perfil es de un gran amigo con quien comparte su vida fuera de la red también, lo que hará la tecnología es afianzar esos lazos, ya que les permite estar juntos, incluso cuando se han separado, a través de una computadora o un dispositivo móvil.

En opinión de Barrera (2009), las formas de comunicación por Internet, permitirán que los usuarios desarrollen amistades superficiales en vez de las relaciones multidimensionales con las personas que los rodean. Temáticas relacionadas con la brecha digital y la expresión se entremezclan, como ocurre con las representaciones online de la identidad racial y las representaciones offline de la composición racial del ciberespacio. La comunicación por ordenador, puede fomentar la distorsión y la experimentación sobre la identidad y las cualidades.

Así mismo, sobre esta afirmación se puede desarrollar un amplio debate, pues dependiendo de las necesidades, experiencias o puntos de vista de cada persona, esta idea de “amistades superficiales” puede tener un impacto positivo o negativo en el desarrollo de la personalidad del joven, volverlo más sociable o encerrarlo en mundo imaginario donde tiene amigo pero no logrará un contacto real con ellos. Los mismos autores hacen mención a un aspecto defensivo de este tipo de relaciones Online conocidas mejor como CMO (Comunicación Mediada por Ordenador).

No obstante, suele fomentar una calidad mayor de la comunicación y una secuenciación más explícita de las contribuciones, además se demuestra que la interacción mediada suele ser personal, especialmente cuando los participantes disponen de tiempo e interés, y la interacción mediada puede llegar a ser “hiperpersonal”, tratando la interacción y las impresiones de formas que no son posibles en la comunicación cara a cara. Strauss, llegó a la conclusión de que la Comunicación Mediada por Ordenador no es necesariamente menos personal que la comunicación cara a cara. (Barrera C. 2009).

Otra opinión a favor del aporte de las tecnologías en las relaciones personales, la hace Aibar (2008), quien básicamente justifica esta especie de “satanización” de los medios sociales electrónicos al paso de cada época. No se debe olvidar, como se ha venido señalando repetidamente, que la tecnología está relacionada con la evolución de la humanidad como tal, por lo tanto no puede pensarse en que sea totalmente negativa, al igual que no fueron totalmente negativas las respuestas dadas a problemas anteriores de la humanidad. En cada etapa histórica suceden situaciones similares.

Aibar (2008) nos habla del análisis de los posibles efectos de Internet sobre la vida social, cae en antiguos errores. Resulta sorprendente ver cómo ciertos interrogantes que se plantean hoy en día respecto a Internet fueron también presentados de forma prácticamente idéntica sobre tecnologías muy anteriores. Por ejemplo, es bastante común señalar como efecto negativo del uso de Internet el aislamiento social -la pérdida de contacto con otras personas y, en general, la debilitación de los vínculos con la realidad off line. Una preocupación idéntica pero referida al teléfono, generó numerosas discusiones y textos en los años 20 del siglo pasado.

Sea cual fuere la posición de los expertos, se podría creer que el efecto que las redes sociales ejerzan en lo jóvenes, dependerá en gran medida de la vulnerabilidad de cada joven, sus necesidades de relacionarse, su formación para ser críticos ante los contenidos a los que acceden o la guía que tengan al momento de encontrarse en una situación delicada en Internet.

Según Katz & Rice (2005) aquellos con relaciones interpersonales satisfactorias, Internet se utilizaba más para buscar información; para los que mantenían unas relaciones interpersonales insatisfactorias o cargadas de ansiedades, Internet se utilizaba como un medio alternativo de interacción social, y tales usuarios sentían una mayor afinidad por Internet. Este conjunto de resultados invierte la casualidad del estudio de Kraut y otros autores; en esta interpretación, Internet proporciona mayor libertad de expresión, unos requisitos menos visibles para la interacción social e interacciones personales menos estresantes (citado por Barrera C. 2009).

En forma general, se observa que las ideas sobre la influencia de las redes sociales en los jóvenes son variadas y sigue siendo un tema polémico sobre el cual tendrán siempre la última palabra los propios usuarios jóvenes, quienes dependiendo de su experiencia personal sabrán determinar si estos nuevos medios, que los contactan con el mundo y los permiten darse a conocer y expresarse, son buenos para su crecimiento social o solo comprometen más su capacidad para relacionarse con los demás.

Así Barrera (2009), menciona que las páginas 2.0 se alimentan de lo que añade cada usuario, de manera no unidireccional sino que, pese a que un elemento lleve la batuta, comenzando a esbozar un planteamiento o idea, es el conjunto de los internautas con sus respuestas, referencias, opiniones y desacuerdos el que hace que la página, y por ende el flujo de la comunicación, funcione y crezca.

Es así como el fenómeno de las redes sociales ha revolucionado nuestro concepto de relación social clásica y nuestra inversión en tiempo libre. En ellas buscamos contactos con aquellos con los que perdimos trato, mantenemos amistades, nos ponemos al día de la vida de los demás, conocemos a gente nueva o incluso encontramos trabajo. Sin embargo, las redes sociales despiertan un debate en torno a la privacidad y los riesgos de estas nuevas relaciones.

4. CONCEPTO DE REDES SOCIALES ONLINE

Cuando hablamos de Redes Sociales Online, según Caldevilla (2010), podemos decir que, las redes sociales online son servicios prestados a través de Internet que permiten a los usuarios generar un perfil público, en el que se plasma datos personales e información de uno mismo.

Se fundamenta en la “Teoría de los Seis Grados de Separación” de Karinthy en 1929, la cual afirma que cualquier persona puede estar conectada a otra del planeta a través de una cadena de personas que no supera los seis intermediarios. Así, en 1998 nace

SixDegrees y en el 2002 Friendster, a partir de aquí comenzarían numerosas redes sociales cuyo auge comienza en el 2003.

Las redes sociales pueden ser de dos tipos:

- a. Generalistas: buscan facilitar las relaciones personales y de ocio Ejemplo:
Facebook
- b. Profesionales: fomentan las relaciones entre profesionales. Ejemplo:
LinkedIn.com

Tal es el auge de estas redes que se calcula que la Agencia de Protección de Datos de la Comunidad de Madrid calcula que el 44,6% de los internautas españoles tiene un perfil en alguna red social; además, se constata que el porcentaje de usuarios de redes sociales es más alto entre los más jóvenes y decrece con la edad: 7 de cada 10 son internautas menores de 35 años.

El uso de las redes sociales por parte de los jóvenes se está convirtiendo en una actividad habitual que reporta ventajas tales como el acceso a un nuevo medio de comunicación y relación social, que les permite, de forma descentralizada, crear y mantener tanto el contacto directo con sus amigos y conocidos como una nueva forma de identidad. Sin embargo, y como se señala en el Estudio "Redes Sociales Análisis cuantitativo y cualitativo sobre hábitos, usos y actuaciones" (Office of Communications, 2008), los jóvenes a pesar de tener ciertas nociones de seguridad descuidan ciertos aspectos y en ocasiones no otorgan la importancia que se merece a los datos personales e imágenes (tanto de los demás como de ellos mismos), se comportan de manera menos reprimida y no piensan en las repercusiones (citados por Caldevilla D., 2010).

A. Historia de las Redes Sociales en el Mundo

De acuerdo a lo mencionado por Caldevilla (2010), la joven historia de las aplicaciones sociales tiene su comienzo en la crisis informática del año 2003, donde casi todas las empresas que habían crecido conjuntamente con los mercados financieros se declaraban en quiebra y cerraban sus portales de Internet por la falta de visitas. Son entonces los usuarios los que cobran protagonismo. Inspirados en la mensajería instantánea y en la proliferación de los foros de discusión, tres

norteamericanos crean en ese momento, sendas empresas destinadas a que los internautas puedan hablar entre ellos y conocerse mejor.

Y curiosamente, los tres estaban relacionados entre sí a través de una de sus compañías, Friendster en la que todos intervinieron. Se trata de Marc Pincus, Reid Hoffman y Jonathan Abrams que ponen en marcha respectivamente Tribe.net, Linkedin y Friendster, las tres primeras redes sociales de Internet.

Así mismo Caldevilla (2010) nos menciona que la primera, Tribe.net es una red social exitosa, centrada en el intercambio de anuncios clasificados, tiene un sistema de privacidad que se basa en los grados de conocimiento de una persona: "Tu nombre completo será visible sólo para tus amigos de primer grado, los que te conocen directamente. Un amigo de segundo grado podrá ver tu nombre e inicial. Con tres grados, sólo verán tu nombre". Por otro lado Linkedin es un integrador de redes profesionales de manera que, cuando invitas a conectar a alguien que conoces y dicha invitación es aceptada, de forma automática, tienes acceso a los contactos de dicho profesional.

Finalmente Friendster, una red social de entretenimiento, que fue previamente considerada como una web social después de que la pagina fue rediseñada, el servicio permitía a los usuarios contactar con otros miembros, manteniendo el contacto entre ellos, y compartir contenido online con esos contactos, la red también fue utilizada como lugar para encontrar citas y descubrir nuevos eventos, bandas y hobbies.

Éste último haría famosa ese mismo año a raíz de las elecciones generales primarias en Estados Unidos, ya que alguno de los candidatos la empleó intensamente en su campaña. El tráfico se incrementó de tal forma que los servidores no aguantaron y se tuvieron que tomar nuevas medidas tecnológicas.

Es así que en el año 2003 comienza la recuperación de la economía digital, al mismo tiempo que estas tres redes sociales empiezan a incrementar su número de usuarios (Caldevilla D., 2010).

B. Usos principales de las Redes Sociales

De acuerdo a Del Moral (2005), citado por Caldevilla (2010), destacamos cuatro empleos generales que fomentan el uso y, en ocasiones, abuso de las redes sociales. Son varios los perfiles de los usuarios en cuanto a nivel cultural, sociológico, geográfico, etc. Sin embargo cualquier usuario concluye en la necesidad de interactuar con otras usuarios de la red, a los que se quiere sentir psicológicamente unido.

Estos cuatro fines han sido ya estudiados en varios trabajos científicos, cuyo esquema complementaremos con el resultado de nuestra investigación.

Comenzamos con la clasificación realizada por Del Moral (2005):

- a. Mantenimiento de amistades: Significa seguir en contacto con amigos, colegas o excompañeros de trabajo, conocidos de verano, etc., quienes, de no ser por estos servicios, irían perdiendo relación como ha ocurrido desde tiempos inmemoriales previos al despegue de las redes sociales.
- b. Nueva creación de amistades: Si bien las redes mantienen el contacto entre personas que se conocen, cada una de las personas que participa, relaciona de una forma u otra, a sus contactos con segundas o tercera personas, que pueden a su vez interactuar y conocerse. Así el amigo de un amigo, puede llegar a ser contacto y posteriormente amigo de un tercero. Esto converge en la teoría de “Seis grados de separación” de Frigyes Karinthy. El cual apuntaba que no requeriríamos contactar con más de seis personas para encontrar a alguien siguiendo sus redes de amigos y conocidos. Lo que equivale a afirmar que cualesquiera dos personas del planeta están vinculadas, sin saberlo y sólo habría que recurrir a seis “pasos intermedios” para establecer dicha relación.
- c. Entretenimiento: Aunque las redes sociales sirven para interactuar y acrecentar las relaciones, también hay un perfil de usuarios de éstas que las usa como portal de entretenimiento, sin más pretensiones. Exploran las actualizaciones del estado de algunos usuarios, se ponen al día sobre vidas

ajenas, descubren los nuevos colegas de antiguos compañeros de clase, etc. Es el recurso de observar lo que acontece sin ser visto (voyeurismo). Este Cotilleo 2.0, como podríamos llamarlo, supone una forma de relación específica de este tipo de comunicación. Pero no sólo estas posibilidades nos ofrece el mundo 2.0 sino que existen otras aplicaciones creadas por las propias redes sociales, que hacen que el usuario participe más activamente o pase más tiempo conectado fomentando la interacción, casi segura, con algún otro contacto. Un buen ejemplo de esto, es la famosa granja de Facebook. Una aplicación que compromete al usuario a la creación y cuidado de una “granja en línea” que requiere de una constante atención y control (citado por Caldevilla D., 2010).

C. Principales redes sociales

Al hablar de las principales redes sociales, retomamos las brindadas por Caldevilla (2010).

- a. Facebook: Es en la actualidad, es el portal más representativo y usado a nivel mundial donde se pueden tejer redes sociales. Dentro de Facebook, podemos subir imágenes, videos, crear grupos, utilizar sus diversas aplicaciones, entre otros aspectos más que hacen de esta plataforma, la más exitosa. En inicios era de uso exclusivo de universitarios, pero en setiembre del 2006, se amplió sus fronteras permitiendo así que cualquier persona que tenga un correo pueda acceder a dicho portal.

Su crecimiento fue tan extenso que en el 2009 contaba con 150 millones de usuarios. En febrero, 175 millones de usuarios, y en abril superó los 200 millones.

- b. Hi5: Fue la red social más usada a nivel nacional hasta el año 2008, con 4,4 millones de usuarios registrados. El Hi5 fue famoso por su interactividad, pues hace de una simple cuenta de usuarios una especie de tarjeta de presentación virtual; la cual está presente en 23 idiomas populares. Su enfoque principal es la comunicación y entretenimiento, dándole más énfasis a esto último por la gran cantidad de juegos desarrollados. Cabe

destacar que, en la actualidad, perdió una cantidad considerable de usuarios a nivel nacional debido al gran impacto que produce el Facebook.

- c. Twiter: Twitter cuenta con 328 millones de usuarios activos, una sólida base de usuarios que sin embargo crece a un ritmo menor del esperado, o del que obtiene su competencia. Así pues, para incrementar sus usuarios y uso esta red social ha continuado evolucionando e implementando cambios como el aumento a los 280 caracteres y la funcionalidad de momentos. Con estos cambios se ahonda en la idea de que se trata de una plataforma de comunicación muy directa que permite generar una visibilidad y viralidad inmensa.
- d. MySpace: Aunque luchando en los últimos años, sigue viva aún, siendo una poderosa manera de conectar en internet con sus aproximadamente 38 millones de usuarios interesados en la música principalmente.
- e. Flickr: Es un sitio web que permite almacenar, ordenar, buscar, vender y compartir fotografías o videos en línea, a través de Internet. Cuenta con una comunidad de usuarios que comparten fotografías y videos creados por ellos mismos.
- f. Sónico: Es una de las redes sociales más representativas desarrolladas por personas de América Latina (Argentina). Al igual que las principales redes sociales del mundo, permite compartir información e interactuar con nuestros amigos. El atractivo de Sónico es que da solución a las debilidades de otras redes sociales como Hi5, Orkut, entre otras, en temas como seguridad de contenidos, moderación de perfiles, contenidos relevantes, orden en las aplicaciones, buscando no caer en el caos visual, entre otros aspectos. Actualmente cuenta con 42 millones de usuarios en América Latina, y se presenta actualmente en español, portugués e inglés.

5. LA HISTORIA DEL INTERNET EN EL PERÚ

De acuerdo con el Diario el Comercio (2017), la historia del internet en el Perú, tiene

su origen en el año de 1992, cuando nació la Red Científica Peruana (RCP) y cuyos miembros fueron universidades, instituciones y personas naturales interesadas en las tecnologías de la información. En 1994, la RCP instaló la primera cabina pública de Internet en el centro cultural Ricardo Palma, Miraflores. En dicho recinto, se implementaron un total de 40 computadoras para que las personas accedan y naveguen por Internet.

Así mismo, nos mencionan que, pronto las cabinas públicas se popularizaron en Lima y varias regiones. Según datos oficiales, se calculaba que había cerca 2.400 cabinas públicas en el país a inicios del año 2000, el 50% de ellas situadas en la capital. Esta penetración de Internet fue acompañada del mayor uso de celulares. Los teléfonos móviles se convirtieron progresivamente en la segunda vía para navegar y, además, impulsaron el desarrollo del Internet móvil. En 2008, el Perú daba la bienvenida al servicio 3G con el cual se ofrecía una mayor velocidad a través del Internet móvil. Así, a fines del 2014, cuatro de cada 10 peruanos tenía acceso a Internet, es decir unos 10 millones de personas.

Según la firma británica Open Signal, el Perú hoy supera en velocidad promedio de Internet a muchos países y se sitúa como líder entre los países emergentes (El Comercio, 2017).

6. CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE REDES SOCIALES EN EL PERÚ

Según la información del Diario el Comercio (2017), los expertos en redes sociales más importantes a nivel mundial se dieron cita por primera vez en el Perú en el I Congreso Internacional sobre Redes Sociales organizado por el Arzobispado de Lima y "LINK, únete a la red". Los representantes de las redes sociales más usadas en el mundo, tales como Facebook, Google, Hi5, Sonico y Flicker se dieron cita en el evento para promover el uso ético de Internet entre los jóvenes peruanos.

Manuel Echánove, Director General de Negocio Multimedia y Marca de Telefónica en Hispanoamérica, expuso la importancia de comenzar a enseñar redes sociales en los colegios; asimismo, indicó que, a nivel de género en el Perú, los chicos entre 10 y 18 años acceden a las redes sociales por los videojuegos y las chicas de la misma

edad prefieren chatear y usar el celular; este público objetivo accede a las redes sociales a través de cabinas públicas. También exhortó a los jóvenes a orientar a sus padres en el uso de Internet, ya que este medio se puede convertir en una actividad familiar y no en una separación, así como a aprender a diferenciar las amistades reales de las virtuales empleando prudencia, justicia, fortaleza y templanza.

Echánove habló de la relación “Nativos digitales vs. Inmigrantes digitales”. Los nativos son las personas que nacen en estos tiempos de auge de las tecnologías digitales y los inmigrantes son los que no nacieron en esta era digital, pero, por necesidad, tienen que adaptarse a ella. Igualmente, recomendó a los jóvenes tener un motivo específico para usar las redes sociales, ya que cuando ingresan sin un motivo en particular pueden perder el control de su uso y es ahí cuando se puede convertir en un vicio.

Otra de las expositoras fue Inés Temple de DBM Perú, la cual habló de la importancia de formar “Redes de confianza”. Sobre este tema, compartió el siguiente pensamiento: “Los contactos y relaciones son dueños de nuestra imagen y reputación”. También informó de los errores que podemos cometer al realizar nuestra red de confianza, entre los cuales tenemos: valorar solamente a personas de alto nivel y buscar a nuestros contactos solamente cuando los necesitamos.

En el congreso, también se presentaron casos de éxito, entre los que resalta la Escuela Virtual Backus, la cual fue expuesta por su representante Silvia Ortiz, esta escuela está dirigida principalmente a los docentes y consiste en desarrollar un programa educativo que produce, reúne y difunde recursos educativos digitales, capacitación virtual, noticias educativas, orientación profesional y espacios de intercambios para la comunidad educativa.

Uno de los principales objetivos del portal de la Escuela Virtual Backus es incentivar la participación de todos los agentes educativos del país, gestionando y difundiendo sus aportes a través de su sitio web. Estos aportes son esenciales para generar una mejora en la educación y conformar una comunidad virtual. También cuentan con un “aula virtual”, la cual permite a los maestros peruanos tener los espacios necesarios

para la construcción de una comunidad de aprendizaje virtual que posibilite el desarrollo de competencias e interacciones cooperativas entre ellos.

El tema del uso de las redes sociales en la productividad en las empresas también estuvo presente en el evento con la exposición de Percy Vier, representante de IBM, ahondando en el tema de “Web 2.0 a Enterprise 2.0”, proyecto que consiste en conectar las computadoras de la empresa. Vier indicó que este proceso genera cambios en la empresa, como la innovación, pues permite encontrar a la persona correcta en el momento adecuado y reutilizar las herramientas para potenciar la empresa. También añadió que es necesario que las empresas se implementen con equipos modernos para romper con las barreras institucionales. Además enfatizó en que toda red social que utilice una empresa debe tener principalmente: profile (cómo soy como persona), tags (cómo comparto mi información) y bookmarks (cómo comparto con el equipo de trabajo).

Michael Trigg, Jefe de la Oficina de Marketing de Hi5, comentó sobre los inicios de la empresa, la cual se fundó en 2003, contando solamente con 60 trabajadores. Además, manifestó que en el Perú cuenta con más usuarios que en EE.UU, ya que tiene 4,4 millones. La recomendación que nos dejó Trigg a todos los peruanos es: “No aparentemos algo que no somos, ya que muchos usuarios hacen eso en las redes sociales”.

Tomás O’Farrell, Jefe de la Oficina de Marketing de Sónico, manifestó que la empresa se inició en julio de 2002, indicando que con el transcurso del tiempo se convirtieron en expertos en tecnología y marketing on-line. O’Farell indicó que, entre las virtudes de Sonico, se encuentran: “la seguridad de contenidos”, ya que, de esta manera, evitan que algunos usuarios suban material pornográfico a la red; “moderación de perfiles”, para evitar perfiles falsos o irreales; “contenido relevante y orden en las aplicaciones”, que evita contenidos inútiles o irrelevantes; “tener una interface limpia”, para contrarrestar el caos visual y auditivo al momento de navegar. finalmente, agregó que Sonico cuenta con 42 millones de usuarios en América Latina.

Edson Soares de Flickr no se quedó atrás, ya que presentó a su empresa como la más grande en América Latina en lo que se refiere a material fotográfico y de video. Flickr les permite a sus usuarios compartir fotos y videos. Por ejemplo, fotógrafos de trayectoria pueden compartir sus experiencias con los nuevos. Tiene la facilidad de colgar videos que fueron hechos con una cámara digital. Actualmente, cuenta con más de 3,5 millones de fotos y videos, con más de 80 millones visitas al mes y con más de 40 millones de miembros. Flickr fue considerado entre los 50 mejores sitios web en 2009 por la revista Time.

El congreso concluyó con las palabras de Alfonso Baella Herrera, director de "LINK, únete a la red" y organizador del evento, quien mencionó que dicho acontecimiento fue dirigido a profesionales, estudiantes universitarios y de institutos superiores, y que cumplió su principal objetivo: el de promover el diálogo y debate sobre los avances e innovaciones tecnológicas y fomentar el uso ético en la sociedad, también el de dar seguridad a los usuarios de redes sociales tanto en la vida virtual, como real.(El Comercio, 2017).

7. FACEBOOK

A. Historia de Facebook

De acuerdo a la información recopilada de Facebook (2018), Inicialmente, Facebook fue una red social creada exclusivamente para el uso de los estudiantes de Harvard, era utilizada para publicar fotografías y evaluarlas para decidir quiénes eran atractivas y quiénes no. Comenzando a ganar tanta popularidad que en tan solo unos meses se expandió por todas las universidades de Estados Unidos y unos años más tarde se convertiría en una red social que conectaría a millones de usuarios en todo el mundo.

Fue creada como una versión en línea de los "facebook" de las universidades americanas. Los "facebook" son publicaciones que hacen las universidades al comienzo del año académico, que contienen las fotografías y nombres de todos los estudiantes y que tienen como objetivo ayudar a los estudiantes a conocerse mutuamente. Facebook llevó esta idea a Internet, primero para los estudiantes

americanos y abrió sus puertas a cualquier persona que cuente con una cuenta de correo electrónico.

Nació en 2004 como un hobby de Mark Zuckerberg, en aquél momento estudiante de Harvard, y como un servicio para los estudiantes de su universidad. En su primer mes de funcionamiento Facebook contaba con la suscripción de más de la mitad de los estudiantes de Harvard, y se expandió luego a las universidades MIT, Boston University y Boston College y las más presitigiosas instituciones de Estados Unidos.

Un año después, Facebook tenía más de un millón de usuarios, una oficina en Palo Alto, California y había recibido el apoyo financiero de Peter Thiel primero (co-fundador de Pay-Pal e inversor ángel) (500 mil U\$D) y el Accel Partners después (\$12.7 millones). Ese mismo año incorporó, a los alumnos de más de 25 mil escuelas secundarias y dos mil universidades de estados unidos y el extranjero, logrando un total de 11 millones de usuarios.

En 2006, Facebook se introdujo a más universidades extranjeras y desarrollo nuevos servicios en su plataforma, tales como Facebook Notes (una herramienta de bloggin con tagging, imágenes y otras utilidades) o la importación de blogs de servicios como Xanga, LiveJournal o Blogger, y ya en 2007 Facebook Marketplace, que compite con Craigslist. También implementó acuerdos comerciales con iTunes y recibió una inversión de capital adicional de 25 millones de dólares por parte de Peter Thiel, Greylock Partners y Meritech Capital Partners.

En marzo de 2006, BusinessWeek divulgó que una adquisición potencial del sitio estaba bajo negociación. Facebook declinó una oferta de \$750 millones. En 2006 Facebook se "hizo público" permitiendo que no sólo los estudiantes de determinadas universidades o escuelas americanas participaran en él, sino que todas las personas que tengan correo electrónico puedan formar parte de su comunidad. Facebook se convirtió entonces en una comunidad de comunidades, en él se conectan estudiantes, empresas y gente que puede elegir participar en una o más redes. Es una comunidad creada por y en función de sus miembros.

En febrero de 2007 llegó a tener la mayor cantidad de usuarios registrados en comparación con otros sitios web orientados a estudiantes de nivel superior, teniendo más de 19 millones de miembros en todo el mundo, debido a que originalmente sólo fue publicado en inglés.

En julio de 2007, Facebook anunció su primera adquisición, Parekey, Inc. De Blake Ross y Joe Hewitt. En agosto del mismo año, se le dedicó la portada de la prestigiosa revista Newsweek; además de una integración con YouTube. (Dinero en la Red, 2016)

a. Resumen fechas y datos importantes sobre Facebook

- En 2007 la compañía Microsoft adquirió un 1,6% de la participación en Facebook.
- En 2008 Facebook alcanzó 100 millones de usuarios, lanzó el chat, el muro y su aplicación para dispositivos iOS.
- En 2009 apareció el botón de “like”
- En 2011 se lanzó la película de Facebook, “The Social Network”.
- En 2012 compró Instagram, alcanzó 1.000 millones de usuarios y fue valorada por 104 mil millones de dólares.
- En 2014 adquirió la compañía Whatsapp.
- En 2015 alcanzó mil millones de usuarios activos.
- En 2016 lanzó Facebook Live.
- En 2017 alcanzó 2.000 millones de usuarios activos al mes.

B. Facebook en el Perú

Según el Diario Gestión (2016), El vicepresidente para América Latina de Facebook, Diego Dzodan, detalló que el 55% de los peruanos acceden a la famosa red social todos los meses del año. Agregó que de los 17 millones de peruanos presentes en Facebook, más del 88% accede al portal desde su celular (15 millones de peruanos). Al día, en cambio están activos 11 millones de personas, de las cuales 8.9 millones lo hacen desde un dispositivo móvil. Una muestra de ello, es

que en Perú afirmó hay más 35 millones de conexiones móviles activas, que al compararse con los 30 millones de habitantes, alcanza una penetración de 117%.

En ese contexto, dijo que lo que interesa es el tiempo, así del tiempo que pasamos en el celular 1 de cada 5 minutos lo hacemos en Facebook o Instagram, situación que las convierten en opinión de especialistas es las plataformas ideales para llegar a más audiencias o clientes.

Existe otra estadística que dice que en promedio de las 1,800 millones de personas que entran a Facebook, 52 minutos en promedio permanecen en la plataforma, pero por ejemplo si analizamos a los milenials este número sube mucho más y en algunos segmentos, la única forma de llegar a clientes es a través del teléfono celular", arguyó Dzodan (Gestión, 2016).

8. INTENSIDAD DE USO DE FACEBOOK

De acuerdo con un artículo de la BBC NEW (2018), Nos pasamos el día mirando pantallas: la del teléfono móvil, la de las computadoras, la del televisor, la del iPad, la del GPS, etc. Y cada vez nos resulta más difícil calcular o limitar el tiempo que les dedicamos.

La intromisión de las redes sociales en nuestra vida cotidiana tampoco ayuda. Pasamos unas dos horas al día comprobando nuestras cuentas de Facebook, Instagram y otras plataformas, y utilizamos WhatsApp de manera constante. También ocurre entre los más jóvenes. El tiempo que pasan los niños frente a la pantalla se ha acelerado y entre 2013 y 2017 se triplicó, de 15 a 48 minutos al día en promedio.

"Las preocupaciones sobre el daño producido por pasar demasiado tiempo delante de la pantalla, sobre todo usando las redes sociales, se han extendido", según la Amy Orben de la Universidad de Oxford (BBC NEW, 2018).

Pero ¿cuánto es demasiado tiempo? "Establecer una cantidad saludable no es una tarea fácil", explica Orben. "Hay experiencias negativas, pero eso no significa que el uso de la tecnología, en términos generales, sea perjudicial. Es complicado hacer afirmaciones sobre cómo afecta a diferentes personas" (BBC NEW, 2018).

Así mismo, nos menciona que para la doctora en psicología experimental, definir una cantidad correcta de tiempo usando pantallas y redes sociales depende del "juicio personal" de cada cual, pues el efecto de lo digital es complejo, así mismo, sustituir actividades vitales por estar pegado a la pantalla tampoco es bueno. Pero no hay una norma definida sobre dónde fijar el límite. El punto en el cual el uso de la tecnología pasa de tener un efecto positivo a uno negativo, es difícil precisarlo porque cada persona usa el tiempo en internet de manera muy diferente.

La psicóloga afirma que el tiempo frente a la pantalla podría compararse con la ingesta de azúcar: "En general, la gente coincide en que demasiado azúcar puede ser malo para la salud. Pero el efecto depende de otros factores, como el tipo de azúcar o la persona; lo mismo se aplica a las redes sociales. Por ahora tendremos que confiar en nuestros propios criterios para decidir cuánto tiempo las usamos las redes sociales".

Además la BBC NEW (2018), mención a la psicóloga estadounidense Jean Twenge, de la Universidad Estatal de San Diego, California, quien dice que hay un problema con el uso excesivo de los dispositivos y recomienda que, sobre todo los niños, reduzcan el tiempo que pasan frente a la pantalla. "Entre media hora y una hora al día. Ese parece ser el baremo adecuado para la salud mental de los jóvenes en cuanto al tiempo que pasan usando dispositivos electrónicos", asegura la especialista.

Twenge asegura que los adolescentes en Estados Unidos pasan cinco horas o más cada día frente a sus dispositivos y tienen un 71 por ciento más de probabilidades de tener un factor riesgo de suicidio y eso es independiente del contenido que consumen; "Una cantidad de tiempo excesiva. Dos horas al día implica un riesgo

ligeramente elevado. Y con tres horas al día o más, hay un aumento pronunciado entre quienes tienen al menos un factor de riesgo de suicidio".

La norma de las dos horas al día es lo que recomienda también la Academia Estadounidense de Pediatría (AAP, por su sigla en inglés) y el Instituto Nacional de Salud de EE.UU. (NIH), y no es aplicable a niños menores de dos años. Pero la medida beneficiaría también a los adultos (BBC NEW, 2018).

Twenge recomienda dejar a un lado el teléfono después de esas dos horas "y pasar el resto del tiempo haciendo cosas más beneficiosas para tu salud mental y felicidad, como dormir, quedar con amigos y familiares en persona, salir a la calle y hacer deporte; todas esas cosas están relacionadas con una mejor salud mental. Usar el teléfono para facilitarlas en lugar de complicarlas es buena idea". Por tanto la clave del uso de las redes sociales debe ser limitado por salud mental y física (BBC NEW, 2018).

9. HABILIDADES SOCIALES

Para Triana (2002), las habilidades sociales o competencia social se consideran como una medida sumatoria del rendimiento social en las interacciones con iguales y adultos en distintas situaciones, valorado por agentes sociales significativos, que incluyen al propio sujeto.

Antes de hacer referencia a las habilidades sociales, es conveniente definir habilidad. En este sentido cuando se habla de habilidad se entiende que una persona es capaz de ejecutar una conducta. Al respecto, Heller, de Singer y García (1989), señala que la habilidad "es la capacidad de realizar determinadas tareas a resolver determinados problemas. No es solamente la disposición de aptitud sino que incluye la facultad de resolver y/o ejecutar del mejor modo posible con destreza".

Morris (2000), señalan que las habilidades sociales son las conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal (hacer amigos, negarse a una petición). El término habilidad se utiliza

para referirse a un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos, por ende, no es un rasgo de la personalidad (citado por Martinez y Sanz, M.Y., 2001).

A. La dimensión social del desarrollo

Para hablar de la dimensión social del desarrollo tomaremos las brindadas por Lopez M., Lopez V. y Galan E., (2013), quienes nos dicen que, al nacer estamos indefensos ante el mundo y necesitamos cuidados básicos como alimentación y protección frente a los peligros de la realidad.

Por otra parte, el ser humano tiene una necesidad intrínseca de relacionarse con los demás y el entorno: exploramos el medio físico y social, establecemos vínculos afectivos y realizamos actividades lúdicas con objetos y personas. Estas necesidades intrínsecas hacen que el ser humano a medida que crezca entre en contacto con otras personas y se integre en la sociedad.

La dimensión social comprende al conglomerado de situaciones que se dan en la vida, o que se le transmiten por medio de los agentes sociales, de un sujeto y van a formar su personalidad y carácter, las influencias recibidas por parte de los padres, compañeros, profesores, etc. Es así como las influencias de los medios de comunicación, la cultura del país, la televisión, los grupos musicales e ideologías políticas.

Así mismo, nos mencionan que la socialización es, por lo tanto, un proceso interactivo entre las necesidades de la sociedad y las necesidades del sujeto. Al satisfacer las necesidades del nuevo individuo se le está transmitiendo la cultura de la sociedad, perpetuándose y desarrollándose ésta en el tiempo. Se pueden distinguir tres procesos de socialización:

- a. Procesos mentales de socialización: adquisición de conocimientos.
- b. Procesos afectivos de socialización: formación de vínculos con otros individuos.
- c. Procesos conductuales de socialización: conformación social de la conducta.

a. Procesos mentales de socialización

Son procesos amplios y diversos, están formados por el conocimiento de los valores, normas, costumbres, personas, instituciones y símbolos sociales. Los conocimientos transmitidos en la escuela, el lenguaje y la escritura, y otras fuentes de información. Estos conocimientos ayudan a los individuos a conocer cómo funciona su sociedad y a comportarse de manera que satisfaga la expectativa de los demás.

b. Vínculos afectivos

Se establecen con los padres, hermanos, amigos, con la familia en general y las personas que rodean la vida del individuo. Estas relaciones son muy importantes, especialmente la relación con los padres de la que habla Freud en el Psicoanálisis. El mantenimiento de estos vínculos es uno de los pilares que sustentan la conducta pro-social del individuo. Los afectos que componen estos vínculos son: el deseo, la atracción, el enamoramiento, la empatía, el apego y la amistad.

c. Procesos conductuales de socialización

No basta con conocer lo que es adecuado o no, sino que es necesario que el individuo adquiera un determinado control de la conducta y se sienta motivado a actuar de forma correcta; de este modo, una conducta antisocial sería vestirse con las prendas propias del género opuesto. Se dictaminan las conductas consideradas socialmente deseables, así como el comportamiento antisocial.

A pesar de estas distinciones en la socialización, las tres están íntimamente ligadas entre sí. No existen de forma separada, pero si se pueden explicar individualmente dependiendo de la actividad a la que no refiramos. Es por así decirlo, una distinción didáctica.

A menudo se relaciona la dimensión social con una hipotética dimensión emocional o afectiva, sin embargo, a nivel teórico no se tiene claro si

forman parte de la misma dimensión o no pueden separarse una de la otra.

A pesar de esta duda, ambas dimensiones guardan una estrecha relación en la práctica, normalmente se asocian y no resulta raro que ello ocurra. Sucede algo similar que con la anterior distinción entre los tres procesos de socialización.

10. AUTOESTIMA

Para Campbell, Chew & Scratchley (1991), teóricamente, autoestima y autoconcepto se conceptualizan como elementos del sí mismo. Por un lado, la autoestima implicaría la dimensión evaluativa y, por el otro, el autoconcepto comprendería el componente cognitivo. Desde la perspectiva contemporánea, la autoestima sería la actitud resultante del sí mismo cuando se ve como objeto de evaluación, mientras que el autoconcepto se definiría como el esquema organizado que contiene memorias episódicas y semánticas, y controla el procesamiento de información significativa del sí mismo.

Según Wilson, Fornasier y White (2010), la autoestima es definida como la valoración subjetiva que una persona hace y mantiene acerca de sí misma y el grado de creencia en su capacidad, valor y significado, que se transmite a través de sus actitudes y comportamientos verbales (citados por Gonzales A. y Quiroz H., 2014).

La autoestima se reconoce como un indicador del desarrollo personal fundado en la valoración, positiva, negativa o neutra, que cada persona hace de sus características cognitivas, físicas y psicológicas. Dicha valoración se construye sobre la base de la opinión que cada persona tiene sobre sí misma, a partir de los atributos que le otorgan las características mencionadas. Esta opinión es confirmada por cada individuo a partir de la percepción de cómo y cuánto lo valora quienes lo rodean y, particularmente, todo aquel que es relevante para él en su vida cotidiana (Arancibia, 1997; Fredes, 1998; citados en Peradotto, Vargas & Valdivia, 2005).

Según Navarro y Jaimes, (2007), si las personas tienen una mala opinión de sí mismas y encuentran dificultades para socializar por su timidez o falta de autoestima, pueden usar la Internet como una alternativa de socialización, pues en ella se pueden

abrir y ganar confianza sin tener que interactuar cara a cara (citados por Gonzales A. y Quiroz H., 2014).

Dicho lo anterior, Gonzales A. y Quiroz H., (2014) nos brindan los siguientes ejemplos:

- En un restaurante, uno de los comensales de la mesa de al lado busca la perspectiva más fotogénica para retratar su plato antes de comérselo y colgar la foto en Instagram.
- Paseando por la calle, una pareja que llevaba un buen rato sin dirigirse la palabra, de repente, se paran en seco y, sonriendo a cámara, se sacan una fotografía con el paisaje primaveral de fondo. Acto seguido, la foto ya está en su perfil de Facebook, lista para ser vista por todos sus seguidores.

Estamos más que acostumbrados a vivir día a día este tipo de situaciones. Las redes sociales han cambiado la manera en la que nos relacionamos con el resto. Se han convertido en una herramienta con la que podemos estar informados 24 horas al día de la vida de los demás, sin necesidad de conocerles o interactuar con ellos. Es una vía para estar conectados con las vidas de otros de manera inmediata. El problema comienza en el momento en el que el uso de las redes sociales afecta a nuestro comportamiento, carácter y autoestima.

Además nos dicen que, cada uno utiliza sus perfiles en redes sociales con distintos fines: estar conectados con amigos, mostrar sus viajes, vender un producto o un servicio, dar a conocer su trabajo. Para algunas personas, el número de seguidores y de “me gusta” de sus publicaciones en redes sociales influye de manera directa en su autoestima y en la percepción que tienen de ellos mismos.

¿Cómo puede ocurrir esto? La necesidad por conseguir el mayor número de personas que visualicen tu contenido y le den a me gusta puede generar ansiedad por la aprobación del resto. Además, de manera continuada estamos comparando lo que vemos en las redes sociales con lo que tenemos: cuerpos perfectos, ropa de marca,

viajes de ensueño, relaciones perfectas, popularidad y en ocasiones se puede llegar a confundir la vida real con la virtual.

Hay un alto porcentaje de adolescentes y jóvenes que tienden a valorar su propia autoestima según el número de “me gusta” que reciben sus publicaciones. Estas valoraciones positivas por parte de otros usuarios generan un efecto de aceptación social y sentimiento de éxito que influye directamente en su autoestima de manera negativa en el momento en el que no ocurre.

Aquellas personas que tienen una alta dependencia de las redes sociales, suelen dar una excesiva importancia a la opinión que los demás se forman de ellos según el perfil que muestran en Facebook o Instagram. Cuidan al detalle el tipo de fotografías que muestran y cómo lo muestran, siempre pensando de qué manera pueden agradar más a los usuarios que las van a ver con el objetivo de conseguir una mayor interacción (citados por Gonzales A. y Quiroz H., 2014).

Las redes sociales son una excelente vía para comunicarse con los demás e interactuar, pero no debemos perder de vista que no dejan de ser un canal social que no puede afectar a nuestro carácter ni autoestima.

11. LA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD

Para llegar a un conocimiento teórico importante para tratar el tema de esta investigación, es necesario que se estudien varios aspectos relacionados con la adolescencia y la juventud. Partiendo desde su definición, se busca conocer los aspectos sociales, emotivos, familiares y formativos que rigen el desarrollo de las personas en estas etapas del ciclo vital, y que marcan los comportamientos que presenta la persona en diferentes situaciones.

En primer lugar debemos conocer lo que es la adolescencia. Esta es definida por la Real Academia de la Lengua Española (2013) como la “Edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo”. Sin embargo, esta definición se queda corta si se enfoca el tema de la adolescencia desde una mirada más amplia.

Para Velasco (2004), la raíz etimológica de la palabra adolescencia “proviene del latín ad: a, hacia, y olescere, de oleré: crecer. Significa la condición y el proceso de crecimiento”. Esto no solo implica un desarrollo biológico del organismo, sino que implica otro tipo de evolución que sufre el ser humano. El ámbito psicológico y social toma gran importancia para hablar de adolescencia ya que su desarrollo también es parte del crecimiento como seres humanos.

Al igual que la definición de adolescencia presenta diferentes perspectivas, la de juventud también puede variar de acuerdo a la literatura revisada al respecto. De esta forma, el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2013) en una de sus acepciones sobre la juventud la define como la “Edad que se sitúa entre la niñez y la edad adulta”. Pero, al igual que en la adolescencia, esta definición se queda corta.

Como señalan en la siguiente cita los autores Rodríguez y Zamavilde (1999) es difícil llegar a una definición de juventud que engloba la totalidad de lo que se trata. Apoyados en concepciones de la CEPAL (Comisión Económica para América Latina), estos autores defiende su posición de que es difícil quedarnos con una sola definición.

Sin embargo, estos autores se centran en una perspectiva en torno a este tema, que puede resultarnos conveniente para este estudio. Nos dicen que se trata de una etapa incondicional del ciclo de la vida en el cual los seres humanos empiezan a tomar sus roles dentro de diferentes ámbitos. Así, la madurez se convierte en el punto final de la juventud, ya que esta conlleva que la persona ha alcanzado un desarrollo importante en diferentes aspectos que se verán detallados oportunamente.

Además Rodríguez y Zamavilde (1999), nos dicen que al hablar de la juventud, se hace referencia a una categoría de análisis difícil de definir. Como lo ha expresado CEPAL (Comisión Económica para América Latina), no es fácil escapar al obstáculo conceptual que consiste en elegir una definición adecuada de juventud. No obstante a nivel teórico existe consenso en definir a la juventud como un periodo del ciclo de la vida que está caracterizado por la moratoria de roles. Es como consecuencia del desarrollo y modernización de las sociedades en la segunda mitad del siglo que se

establecen condiciones para que se produzca la emergencia de la juventud como categoría social.

En esta etapa de sus vidas, los adolescentes empiezan a tomar las riendas de su vida, lo que se va afianzando en la juventud, hasta llevar a una independencia total para la madurez. En todos aspectos se tiene que dar este proceso de independencia desde la adolescencia hasta la madurez, pero sobretodo uno es el más importante: “el emocional”. Conseguir conocer las emociones propias desde adolescente es lo que se conoce como autonomía emocional que se puede entender como: “la capacidad para pensar, sentir, tomar decisiones o actuar por sí mismo, es decir, con capacidad de autorregulación” (Bisquerra, 2008).

Para que un adolescente construya correctamente su proceso de autonomía emocional, es necesario que se desarrolle en un ambiente familiar lleno de amor, que le permita conocerse y conocer a los demás, alcanzando así un entendimiento de las emociones, tanto las suyas como las externas. Este vínculo que se genera dentro de la familia es el que aporta mayor seguridad al adolescente, sobre este tema hablan algunos autores siendo uno de los más conocidos Erich Fromm (1991), quien propone que “el amor es activo, da y tiene cuidado, conocimiento, responsabilidad y respeto por la otra persona, con la que, además, experimenta afectos intensos” (citado por Bisquerra, 2008).

A. Aspecto Emocional

Para hablar de adolescencia y juventud y de los aspectos que afectan estos ciclos vitales, tomaremos lo dicho por Saavedra (2004) , quienes nos dicen que quizás el tema de la afectividad o las emociones sea el que más interfiera en el comportamiento de los muchachos. Se trata de etapas de grandes cambios, por lo que las emociones que viven son también nuevas, provocando un desconocimiento interior, al no saber qué se está sintiendo.

Por consiguiente, comprender el aspecto emocional en la adolescencia y la juventud es importante centrarnos en una perspectiva fija al respecto, ya que no es igual la concepción occidental que la oriental sobre este tema, como indica la siguiente cita.

En este sector del mundo la afectividad está caracterizada por las reacciones que nacen de vivencias subjetivas.

Estas vivencias, no son iguales para cada persona en diferentes etapas de la vida que se estudiarán posteriormente, son las que permiten el desarrollo o crecimiento de la persona. Este desarrollo, a nivel emocional se puede constatar en la persona cuando tiene la capacidad de intimar físicamente con el sexo contrario, además de la capacidad de disfrutar la condición emotiva de la paternidad, que antes no la posee.

La tradición filosófica occidental concibe la afectividad como vivencia subjetiva, a veces irracional, que se constituye por reacciones orgánicas, fisiológicas, actitudinales y comportamentales ante lo valórico.

En la adolescencia se logran progresos hacia la madurez emotiva pues se tiene:

- a. Capacidad de intimidad física con el sexo contrario.
- b. Disposición a la intimidad emotiva, la ternura, así como la capacidad de dar y recibir afecto.
- c. Capacidad de disfrutar la condición emotiva de la paternidad.

Las etapas de la vida de las que se habla anteriormente están influenciadas por las relaciones que vive la persona en tiempos diferentes. En primer lugar, el ser humano desarrolla relaciones afectivas con su grupo más cercano, compuesto principalmente por su familia, y comprende la fase cronológica de la primera infancia (Saavedra, 2004).

Para Moran (2006), Es la familia el grupo que empieza la formación del ser humano independiente, con su propia capacidad de manejar sus emociones y sus pensamientos. De todas las influencias que la persona recibe durante las diferentes etapas de su vida, la que más afecta es la que llega desde la familia. Dentro del núcleo familiar el ser humano “aprende la conducta que se espera de él como miembro de un género. Aprende a vivir y a organizar su vida, dentro de las demandas de un grupo social, el grupo familiar” (Morán, 2006). Esto le garantiza

una autonomía emocional, que es mucho mayor en cuanto ha influenciado la familia en él.

Por esta razón, los padres deben estar preparados para manejar la evolución inevitable de sus hijos, para que puedan guiarlos emocionalmente, lo que se reflejaría en un mejor rendimiento académico. Existe por parte de los adultos gran desconocimiento de lo que es necesario para los adolescentes actuales “es esa incertidumbre y decisión poco clara de las cosas, los más inducidos en la orientación deberían ser los padres. Pero los padres se miran como figuras autoritarias por el forzoso papel que les corresponde” (Ardila, 2007). Esta es la idea principal que los padres deben suprimir de su mente para poder ayudar a la evolución emocional de sus hijos.

Luego del contacto con la familia, la persona se empieza a relacionar con un grupo más extenso de personas, por consecuencia sus relaciones afectivas se amplían del hogar, hacia un nuevo grupo compuesto por personas como cuidadores, maestros, amas de llaves y demás personas con las que el humano se vincula.

Finalmente, “Las relaciones terciarias se dan con objetos de confort, placer y poder. La pareja puede satisfacer estas necesidades. Pero en algunos casos se pueden desplazar hacia compañeros que pertenecen a grupos de riesgo, delincuentes, dinero, alcohol, drogas, armas, etc.” (Bisquerra, 2008). Por esta razón, esta etapa de la vida de los adolescentes puede ser decisiva si no ha podido escoger un camino adecuado para su desarrollo.

B. Aspecto Familiar

El aspecto del desarrollo emocional en los adolescentes y jóvenes tiene una estrecha relación con el aspecto familiar. Dentro de la familia es el lugar propicio para que toda persona se desarrolle en cualquier ámbito, por esta razón una buena relación familiar asegura un desarrollo positivo, mientras lo contrario ocurre cuando la familia opta otra posición como ya veremos a continuación.

Para Molina y Toledo (2014), dentro del ámbito familia los seres humanos se encuentran seguros para poder crecer en los aspectos que la adolescencia y la

juventud obligan. En virtud de esto, la familia debe actuar con mayor énfasis para comprender al adolescente. Si esto sucede, la persona puede reconocer en los otros y en sí mismo el afecto y apoyo cuando lo requiera, y en esta etapa, lo necesita demasiado para comprender los cambios que sufre que provocan conflictos internos como se señaló antes.

Según Morla (2002) “Si por el contrario la familia no demuestra interés y rechaza a estos jóvenes contribuirá con un sentimiento negativo que repercutirá en la seguridad en relación a la exploración”. Pero este apoyo que debe venir de la familia, no siempre se puede encontrar. Una de las principales razones para esto es el desconocimiento de la misma para lograrlo. Por lo cual, deben tomarlo de una manera más responsable, ya que de ellos depende el desarrollo de un ser humano funcional o disfuncional, marcará de gran manera la forma en que los conflictos se resuelven, y como consecuencia cómo evolucione el adolescente emocional y académicamente.

En el caso de la familia formal, su vínculo más profundo, genera algunos beneficios no obligatoriamente para el adolescente. Este tipo de familia “fomenta la flexibilidad y la espontaneidad (la diversión y la risa), valida la vergüenza sana y ve los errores como oportunidades de crecimiento” (Bradshaw, 2000). Con esto el adolescente siente mayor seguridad en lo que piensa y hace. Por el contrario una familia disfuncional puede influir sobre el adolescente de manera negativa, provocando conflictos internos en él, como indica la siguiente cita:

Según Tabera y Rodríguez (2010), se vincula dicha situación especialmente a familias disfuncionales en las que se repiten crisis ante los problemas no resueltos. Como ejemplos podemos señalar: el consumo de alcohol de una de las figuras parentales, el planteamiento de un divorcio ante dificultades conyugales, etc. Estos acontecimientos provocan una gran tensión al intentar, a su vez, mantener la situación y evitar el cambio (citados por Molina G. y Toledo R., 2014).

C. Aspecto Social

Esta intervención de la familia de la que se habla anteriormente es fundamental, como se indicó, para que el adolescente pueda comprender los conflictos

emocionales que va descubriendo en su vida. Pero, la familia también debe involucrarse en la inserción social de los jóvenes, ya que se trata de algo inevitable que preferiblemente debería ser guiado por la familia para un desarrollo positivo.

Para Molina y Toledo (2014), en un momento dado del crecimiento humano, la persona empieza a relacionarse con grupos cada vez más abiertos de personas, compañeros, amigos. La razón para que esto suceda radica en que los amigos y compañeros, se encuentran viviendo realidades similares, con problemas similares que la familia no puede comprender ya que se trata de otra generación.

Al buscar el joven este apoyo en otros lados, se puede dar el caso de que se escoja el grupo social equivocado, y es en este sentido en el cual la familia debe interferir para enseñar al adolescente a tomar buenas decisiones. Con esta involucración de la familia, se puede asegurar que el muchacho tome las mejores decisiones y se ubique en un grupo social favorable para comprender sus transformaciones físicas, emocionales y sociales, como indica la siguiente cita:

Para Paramo (2009), se puede apreciar dos características del desarrollo social en la adolescencia: en primer lugar, las experiencias sociales, sean en el entorno familiar o escolar, con los amigos o la pareja, están en el centro de interés de la vida adolescente; en segundo lugar, el paso a la adolescencia implica una notable expansión en la diversidad y complejidad de la vida social de la persona. En cuanto a este tema, Craig opina que durante la adolescencia crece la importancia de los grupos de camaradas. Los adolescentes buscan apoyo de otros para enfrentar las transformaciones físicas, emocionales y sociales de su edad.

Así mismo, ésta transferencia de la familia a otros grupos sociales es generadora de conflictos a nivel social, ya que la familia en muchos casos, se olvida el carácter inevitable de esta situación. No se puede esperar que un hijo permanezca siempre dentro de las fronteras de la familia, ya que esto limita su desarrolló.

En gran número de familias, sobretodo latinoamericanas, los padres reúsan a dar este paso fundamental en el crecimiento de las personas. “Muchos padres, al comienzo de la adolescencia de sus hijos, no toleran bien este alejamiento, y tratan

de mantenerlos alrededor de sí con prohibiciones o amenazas con relación al peligro de la búsqueda de la satisfacción de la necesidad de amor fuera de la familia” (Páramo, 2009). Esta es una actitud egoísta de la familia, que causa problemas en el normal desarrollo de los jóvenes.

Esta libertad que debe venir de parte de los padres es fundamental para no interferir en el desarrollo normal de los menores, sobre todo para que su evolución social, inevitable, sea beneficiosa en el ámbito educativo. El teórico Vygotsky sostuvo que la interacción era lo más importante para el aprendizaje. “La adquisición de instrumentos cognitivos depende en gran medida del medio social en el que vive el sujeto” (Ministerio de Educación del Ecuador, 2011). Por lo que es menester para un buen desarrollo académico, que el adolescente aprenda a partir de su interacción social fuera de la familia.

Además de esto, para Vygotsky cualquier aprendizaje partía de un contexto social, de una interacción con los demás, que propiciaba una nueva entrada cognitiva. Luego estos aprendizajes son utilizados para nuevos aprendizajes sociales, como indica a continuación:

Uno de los hallazgos más importantes de Vygotsky es el que mantiene que todos los procesos psicológicos superiores (comunicación, lenguaje, razonamiento, etc.) se adquieren primero en un contexto social y luego se internalizan. Pero precisamente esta internacionalización es un producto del uso de un determinado comportamiento cognitivo en un contexto social (Ministerio de Educación del Ecuador, 2011).

D. Aspecto Formativo

Otro aspecto de la adolescencia y la juventud que está relacionado estrechamente con lo social y familiar, es lo formativo. La serie de cambios que la persona sufre en esta etapa de la vida, de los cuales se ha hablado ya con anterioridad, hacen necesaria una formación para comprenderlos, que debe ser impartida por maestros y profesores, ya que ellos toman la posta educativa luego de la familia.

De acuerdo a las apreciaciones de Molina y Toledo (2014), el adolescente, en esta etapa debe tomar muchas decisiones nuevas para los cuales lo más probable es que no esté suficientemente preparado. Entonces, necesita una formación para poderlas tomar de manera acertada. Además debe afrontar algo que quizás es lo más complejo, su desarrollo sexual. Como indica la siguiente cita, es en esta etapa donde inicia su apertura sexual, y para esto también necesita recibir formación para evitar confusiones que puedan provocar problemas posteriores.

Según Monroy (2002), ésta fase se caracteriza por la cantidad de decisiones cruciales que él y la adolescente tiene que tomar y para las que no siempre está preparado, por lo que requiere de una plataforma de valores inculcados desde la niñez, información veraz e imparcial y conocimiento de los riesgos que corre, que lo apoyen a tomarlas. En esta etapa él y la adolescente inicia su apertura a la atracción sexual más definida (orientación sexual) con las relaciones amorosas intensas aunque efímeras, y le gusta pertenecer a grupos generalmente mixtos.

Así mismo nos menciona que, otro aspecto que engloba la formación de un adolescente y joven, es el sentido de competencia que nace frente a otros adolescentes y jóvenes. Es natural que conforme vaya creciendo una persona, crezca también su deseo de ser mejor que los demás. Sin embargo, este aspecto debe ser abordado por los adultos de manera correcta, para que no se convierta para el chico, en una batalla sin tregua por ser el mejor, ya que esto contribuye al egocentrismo.

También despierta entre los y las adolescentes un sentido de competencia (en relación con un desarrollo físico). Como todo lo anterior conlleva a sentimientos encontrados, facilita la baja del auto concepto y la autoestima, de modo que es aconsejable programar espacio y actividades en los que los púberes puedan discutir de manera cómoda estos aspectos (Monroy, 2002).

En esta etapa de la vida adolescente se deben tomar varias decisiones nuevas por parte de los jóvenes para que su formación sea correcta y pueda desarrollarse de la mejor manera en todo aspecto. Sin embargo, el adolescente “no siempre está preparado, por lo que requiere de una plataforma de valores inculcados desde su

niñez, información veraz e imparcial y conocimiento de los riesgos que corre, que lo apoye para tomarlas” (Monroy, 2002).

Ésta información y apoyo, se debe recibir en primer lugar desde el hogar, la familia, debe garantizar una formación inicial con bases sólidas para que luego, en el ámbito educativo, los docentes sigan este camino que se ha empezado a trazar. Un maestro no podrá cambiar la formación que ha recibido el alumno desde su nacimiento con su familia.

TERCER CAPÍTULO

METODOLOGÍA

1. TIPO Y DISEÑO

La presente investigación es de tipo descriptivo correlacional con un diseño no experimental transaccional. Para Hernández, Fernández y Baptista (2010) los estudios descriptivos son aquellos donde se busca medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, así mismo los estudios correlacionales son aquellos donde se puede conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular. En relación al diseño de investigación, (Hernández et al., 2010) definen los diseños no experimentales como los estudios que se realizan sin la manipulación o alteración de las variables de la investigación, y definen transaccional a la recolección de datos en un único momento.

2. SUJETOS

El universo de investigación estuvo conformado por los universitarios matriculados en la Escuela Profesional de Psicología de la UNSA. El tamaño de la muestra se determinó por criterios de inclusión, donde los participantes fueron de ambos sexos, de diferentes condiciones socioeconómicas, sin rango de edad, y un solo criterio de exclusión, que los participantes debían de tener una cuenta activa de Facebook y hacer uso de ella. Los participantes se seleccionaron de manera aleatoria, siendo de 212 estudiantes.

3. INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS

Los materiales de evaluación son 212 hojas de respuesta por cada test, siendo el test de autoestima de Coopersmith, Escala de Habilidades Sociales y un cuestionario estructurado adaptado del tiempo de uso de Facebook.

A. Inventario de Autoestima De Coopersmith:

Este cuestionario fue elaborado por Stanley Coopersmith (1967), traducido por Panizo M. (1988); a partir de estudios realizados en el área de la autoestima. Siendo éste de preguntas dicotómicas (solo dos alternativas).

Tiene como objetivo conocer el nivel de autoestima de los individuos y está conformado por 25 proposiciones (Ítems) donde el sujeto debe responder de manera afirmativa o negativa.

Se califica otorgando un punto en aquellos Ítems que están redactados en sentido positivo y a los cuales el sujeto responde afirmativamente, estos Ítems son: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19,20. Cuando el sujeto contesta “no”, en alguno de ellos, se le da 0 en la puntuación de ese ítem. Al final son sumados estos puntajes obteniéndose una puntuación total. Este resultado se interpreta a partir de una norma de percentiles confeccionada para clasificar a los sujetos en función de tres niveles:

- a. Nivel alto de autoestima: los sujetos que se clasifican en este nivel alcanzan un puntaje entre 19 y 24 puntos. Los mismos obtienen puntos en la mayoría de los ítems que indagan felicidad, eficiencia, confianza en sí mismo, autonomía, estabilidad emocional, relaciones interpersonales favorables, expresando una conducta desinhibida en grupos, sin centrarse en sí mismos ni en sus propios problemas.
- b. Nivel medio de autoestima: los sujetos que se clasifican en este nivel son los que puntuad entre 13 y 18 puntos. Los mismos presenta características de los niveles alto y bajo, sin que exista predominio de un nivel sobre otro.
- c. Nivel bajo de autoestima: los sujetos que se ubican en este grupo alcanzan un puntaje inferior a 12 puntos. Obtienen pocos puntos en los Ítems que indican una adecuada autoestima y que fueron descritos anteriormente. En este sentido los sujetos de este nivel se perciben infelices, inseguros, centrados en sí mismo y en sus problemas particulares, temerosos de expresarse en grupos donde su estado emocional depende de los valores y exigencias externas.

B. Escala de Habilidades Sociales:

Creado por E. Gismero (2009) , El EHS en su versión definitiva está compuesto por 33 ítems, siendo de opción múltiple, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde No me identifico en absoluto y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos. A mayor puntaje global el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidades de aserción en distintos contextos. El análisis factorial final ha revelado 5 factores: auto expresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Sus ámbitos de aplicación preferentes son el clínico, educativo y el de

investigación con adolescentes y adultos. El tiempo que se requiere para su contestación es de aproximadamente de 15 minutos.

C. Horario Estructurado Adaptado:

Se trata de un horario estructurado, siendo éste de tipo de preguntas mixtas, donde se toma en consideración las 24 horas del día y los 7 días de la semana, donde se busca medir el tiempo de uso de la red social Facebook, lo que nos permitirá saber la frecuencia de uso de esta red social en minutos y horas aproximadas durante el día y a la semana, que el sujeto se mantiene dentro de la red social. No tiene un tiempo de aplicación, más si de verificación del tiempo por parte del sujeto.

D. Consentimiento Informado:

Este es un documento en el cual se redactó las siguientes cláusulas para la realización de la investigación:

- Se respetará el anonimato de los participantes.
- El participante concluirá con la evaluación, excepto se presenten situaciones adversas.
- Se entregará resultados a cada participante de la investigación sobre sus evaluaciones.

Al final de la hoja se le solicitaba su nombre, DNI y su firma.

4. PROCEDIMIENTO

La presente investigación de tipo descriptivo correlacional transaccional, se sustenta en el análisis de las variables: Intensidad de uso de la red social Facebook, los niveles de Habilidades Sociales y Autoestima. Los datos corresponden a las respuestas dadas por jóvenes universitarios de Psicología de la UNSA, quienes participaron de manera voluntaria en este estudio.

Después de haber determinado el tema de investigación, se procedió con la búsqueda de información necesaria, a través de diversas fuentes de estudios previamente realizados, ya sean internacionales y/o nacionales.

Se realizó la elaboración del horario estructurado del tiempo de uso de la red social Facebook, siendo éste de tipo de preguntas mixtas; así mismo se procedió a la elaboración del Consentimiento Informado para todos los sujetos participantes. Luego se seleccionó un Test que evalué la Autoestima (Inventario de Autoestima De Coopersmith) y un Test que mida las Habilidades Sociales (Escala de Habilidades Sociales de E. Gismero), para luego adquirirlos.

Seguidamente, se solicitó autorización a la Dirección de la Escuela Profesional de Psicología de la UNSA, para poder ingresar a las aulas, siendo este concedido por el Director de la Escuela, sin embargo debíamos coordinar con los docentes el horario para dicho ingreso, sin embargo los docentes de 4º y 5º año denegaron el acceso a las aulas debido a la exigencia académica que se da en estos últimos años de la carrera.

Posteriormente ingresamos a las aulas de 1º a 3º año, a quienes se les informó que se estaba realizando una investigación acerca de los efectos de la intensidad de uso de la red social Facebook en los niveles de Habilidades Sociales y Autoestima, donde el único requisito para participar, era que tengan una cuenta activa de la red social y hagan uso de ella; luego se procedió a explicar la confidencialidad de toda la información recabada, la forma correcta del llenado del horario estructurado y los test de Habilidades Sociales y Autoestima, no teniendo inconvenientes al momento de realizar las evaluaciones.

Continuando con la investigación, se midió el tiempo de uso de la red social Facebook, de acuerdo al horario estructurado que los participantes llenaron y se calificó los resultados del test de Habilidades Sociales y de Autoestima por cada uno de ellos. A pesar que se indicó que para participar en la investigación deberían tener una cuenta activa de Facebook y hacer uso de ella, 8 participantes no cumplieron con ello, por lo que se procedió a retirarlos de la investigación, quedándonos con una muestra de 212 participantes.

Se continuó con la búsqueda de información para enriquecer el marco teórico y así consolidar nuestros conocimientos sobre los efectos de uso de la red social Facebook en los niveles de Habilidades Sociales y Autoestima.

Se acudió a un estadista especializado para la realización de la estadística de nuestra investigación y así poder comprobar o rechazar nuestra hipótesis de investigación.

Obtenidos los resultados estadísticos, se procedió a la interpretación de estos, para finalmente realizar las conclusiones, discusión y recomendaciones.

CUARTO CAPITULO

RESULTADOS

Para una mejor presentación de los datos utilizaremos tablas que nos permitirán un mejor análisis de los resultados para dilucidar la significación de los mismos basándonos en la prueba Kolmogorov-Smirnov y la prueba de correlación de Spearman. Siendo los resultados:

Tabla N°1:

Intensidad de uso de la Red Social Facebook

Estadísticos descriptivos

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Tiempo de uso de Facebook	212	.0	89.0	16.850	14.4555
N válido (por lista)	212				

Fuente: Las investigadoras

Observamos que los estudiantes evaluados usan en promedio 16.85 horas a la semana la red social Facebook, lo que podría ser traducido a 2.4 horas por día.

Tabla N°2:*Niveles de Habilidades Sociales en general.*

<i>Habilidades sociales</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	5	2.4
Bajo	29	13.7
Normal bajo	32	15.1
Normal	58	27.4
Normal alto	85	40.1
Muy alto	3	1.4
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que el 40.1% de los evaluados tiene un nivel normal alto de habilidades sociales, lo que nos indica que tienen puntajes altos en las áreas de autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Tabla N°3:*Niveles de Autoexpresión de situaciones sociales.**Autoexpresión de Situaciones Sociales*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	11	5.2
Bajo	30	14.2
Normal bajo	38	17.9
Normal	55	25.9
Normal alto	61	28.8
Muy alto	17	8.0
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene un nivel normal alto en la dimensión autoexpresión de situaciones sociales de las habilidades sociales (28.8%); mientras que el 17.9% un nivel normal bajo y el 14.2% un nivel bajo. Esto nos indicaría que tienen una adecuada capacidad para expresarse de manera espontánea sus opiniones y sentimientos en diferentes situaciones sociales. Por otro lado los puntajes bajos nos indicarían que podrían tener ansiedad para expresarse.

Tabla N°4:

Niveles de Defensa de los Propios Derechos como Consumidor

Defensa De Los Propios Derechos Como Consumidor

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	11	5.2
Bajo	30	14.2
Normal bajo	42	19.8
Normal	22	10.4
Normal alto	90	42.5
Muy alto	17	8.0
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene un nivel normal alto en la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor de las habilidades sociales (42.5%); lo cual reflejaría adecuadas conductas assertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo, como por ejemplo pedir a alguien que habla en el cine que guarde silencio. Por otro lado los niveles bajos reflejarían poca assertividad ante los mismos hechos.

Tabla N°5:*Niveles Expresión de Enfado o Disconformidad*

<i>Expresión de Enfado o Disconformidad</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	13	6.1
Bajo	23	10.8
Normal bajo	20	9.4
Normal	52	24.5
Normal alto	103	48.6
Muy alto	1	.5
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene un nivel normal alto en la dimensión expresión de enfado o disconformidad de las habilidades sociales (48.6%); lo que nos indicaría que los jóvenes universitarios posean una adecuada capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y desacuerdos con otras personas.

Por otro lado los niveles bajos nos indican que tendrían dificultad para expresar discrepancias y preferirían quedarse callados para evitar conflictos, aunque se trate de amigos o familia.

Tabla N°6:*Niveles Decir no y cortar interacciones*

Decir No y Cortar Interacciones		
	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	4	1.9
Bajo	34	16.0
Normal bajo	21	9.9
Normal	44	20.8
Normal alto	94	44.3
Alto	1	.5
Muy alto	14	6.6
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que un 44.3% de evaluados, tiene un nivel normal alto en la dimensión decir no y cortar interacciones sociales, lo que reflejaría su habilidad para cortar interacciones que no desea mantener, así como negarse a prestar algo cuando les disgusta hacerlo. Sin embargo los niveles bajos nos indicarían que podrían presentar problemas para cortar relaciones o conversaciones que no desean continuar.

Tabla N°7:*Niveles de Hacer Peticiones*

<i>Hacer Peticiones</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	5	2.4
Bajo	20	9.4
Normal bajo	16	7.5
Normal	69	32.5
Normal alto	88	41.5
Muy alto	14	6.6
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que el 41.5% de evaluados tiene un nivel normal alto en la dimensión hacer peticiones, lo cual nos indicaría que los jóvenes universitarios son capaces de solicitar o pedir favores, ya sea entre amigos o de consumo, mientras que los niveles bajos nos indican que tendrían dificultad para expresar peticiones de lo que quieren a otras personas.

Tabla N°8:*Niveles de Interacciones positivas con el sexo opuesto**Iniciar Interacciones Positivas con el Sexo Opuesto*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	27	12.7
Bajo	60	28.3
Normal bajo	26	12.3
Normal	28	13.2
Normal alto	69	32.5
Muy alto	2	.9
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que el 32.5% de evaluados tiene un nivel normal alto en la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Los resultados nos muestran que los jóvenes universitarios cuentan con habilidad para entablar conversaciones con el sexo opuesto, ya sea para pedir una cita o expresar espontáneamente aquello que les agrada del sexo opuesto. Pero no debemos dejar de lado el puntaje bajo (28.3%) ya que esto nos indicaría que los jóvenes universitarios también podrían presentar ansiedad al momento de realizar dichas conductas.

Tabla N°9:

Niveles de Autoestima en General

Autoestima General		
	Frecuencia	Porcentaje
Baja	28	13.2
Media	81	38.2
Alta	103	48.6
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene una alta autoestima (48.6%), el 38.2% tiene un nivel medio y el 13.2% un nivel bajo.

Lo cual nos indicaría que los jóvenes universitarios creen firmemente en sus valores y principios, además de estar dispuestos a defenderlos, se sienten seguros a modificarlos, si sus nuevas experiencias les indica que estaban equivocados; sin embargo en tiempos de crisis, podrían tener dificultades para recuperarse, además que ello podría influir negativamente en sus habilidades y salud física y mental.

Tabla N°10:

Niveles de Área de sí mismo

Área de sí mismo		
	Frecuencia	Porcentaje
Baja	36	17.0
Media	72	34.0
Alta	104	49.0
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene una alta autoestima en sí mismo (49%), el 34% tiene un nivel medio y el 17% un nivel bajo.

Esto nos indica en su mayoría los jóvenes universitarios tienen confianza en si mismos, por otro lado el nivel medio y bajo nos muestran que si se encontraran frente una evaluación sobre su persona, podrían subestimarse e incluso mantener actitudes negativas sintiéndose no importantes.

Tabla N°11:

Niveles de Área de Hogar

<i>Hogar</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Baja	72	34.0
Media	125	59.0
Alta	15	7.0
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene una autoestima media en el hogar (59%), el 34% tiene un nivel bajo y el 7% un nivel alto.

Lo cual nos muestra que en su mayoría los jóvenes universitarios comparten valores y aspiraciones con su familia, con mayor independencia, teniendo concepciones propias de lo que está bien o está mal del marco familiar; por otro lado, el nivel bajo nos indicaría que podrían tornarse irritables, fríos, sarcásticos e impacientes con su entorno familiar.

Tabla N°12:

Niveles de Área de Social

Social		
	Frecuencia	Porcentaje
Baja	47	22.2
Media	108	50.9
Alta	57	26.9
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene una autoestima media en lo social (50.9%), el 26.9% tiene un nivel alto y el 22.2% un nivel bajo.

Esto nos indicaría, que los jóvenes universitarios al encontrarse en el nivel promedio tiene una buena probabilidad de lograr una adaptación social normal; además, el nivel alto nos muestra que cuentan con una adecuada aceptación de si mismos y de su entorno social; por otro lado, el nivel bajo nos indicaría que podrían tener ciertas dificultades al momento de reconocer acercamientos afectuoso y necesidad de reconocimiento social.

Tabla N°13:

Niveles de Área Laboral

<i>Laboral</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Baja	56	26.4
Media	88	41.5
Alta	68	32.1
Total	212	100.0

Fuente: Las investigadoras

Observamos que la mayoría de evaluados tiene una autoestima media en lo laboral (41.5%), el 32.1% tiene un nivel alto y el 26.4% un nivel bajo.

Lo que nos indicaría que los jóvenes universitarios en tiempos normales poseen una buena capacidad para aprender, trabajan a gusto, alcanzan rendimientos mayores de los esperados, pero en tiempo de crisis no obedecen reglas, se dan por vencidos fácilmente cuando algo les sale mal y no son competitivos.

Tabla N°14*Prueba de normalidad estadística****Pruebas de normalidad***

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Tiempo de uso de Facebook	.123	212	.000	.851	212	.000
Habilidades sociales	.044	212	.200*	.992	212	.305
Autoexpresión de Situaciones Sociales	.076	212	.004	.981	212	.005
Defensa De Los Propios Derechos Como Consumidor	.094	212	.000	.980	212	.004
Expresión de Enfado o Disconformidad	.116	212	.000	.967	212	.000
Decir No y Cortar Interacciones	.078	212	.003	.979	212	.003
Hacer Peticiones	.103	212	.000	.978	212	.002
Iniciar Interacciones Positivas con el Sexo Opuesto	.078	212	.003	.984	212	.015
Autoestima General	.116	212	.000	.954	212	.000
Área de sí mismo	.153	212	.000	.938	212	.000
Hogar	.179	212	.000	.919	212	.000
Social	.199	212	.000	.898	212	.000
Laboral	.200	212	.000	.871	212	.000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Fuente: *Las investigadoras*

Antes de correlacionar nuestros datos debemos de analizar su normalidad estadística con la finalidad de definir si se usarán pruebas paramétricas o no paramétricas en su análisis. Es así que hallamos que la mayoría de variables evaluadas, según la prueba Kolmogorov-Smirnov, no tienen una distribución normal ($p < .05$); por lo cual se sugiere analizar los datos utilizando estadística no paramétrica.

Tabla N°15:*Relación entre Habilidades Sociales y Tiempo de uso de Facebook*

		Tiempo de uso de Facebook
Rho de Spearman	Habilidades sociales	Coeficiente de correlación -.144*
		Sig. (bilateral) .036
		N 212
	Autoexpresión de Situaciones Sociales	Coeficiente de correlación -.091
		Sig. (bilateral) .187
		N 212
	Defensa De Los Propios Derechos Como Consumidor	Coeficiente de correlación -.111
		Sig. (bilateral) .107
		N 212
	Expresión de Enfado o Disconformidad	Coeficiente de correlación -.164*
		Sig. (bilateral) .017
		N 212
	Decir No y Cortar Interacciones	Coeficiente de correlación -.175*
		Sig. (bilateral) .011
		N 212
	Hacer Peticiones	Coeficiente de correlación -.053
		Sig. (bilateral) .442

	N	212
Iniciar Interacciones Positivas con el Sexo Opuesto	Coeficiente de correlación	-.051
	Sig. (bilateral)	.457
	N	212

**. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

Fuente: Las investigadoras

Hallamos que existe una relación estadísticamente significativa entre las habilidades sociales y el tiempo de uso de Facebook ($r = -.144$; $p = .036$), dicha relación es inversamente proporcional, lo que nos indica que puntajes bajos en habilidades sociales están relacionadas a un mayor tiempo de uso del Facebook. De forma similar las dimensiones de las habilidades sociales llamadas expresión de enfado o disconformidad ($r = -.164$; $p = .017$) y decir no y cortar interacciones ($r = -.175$; $p = .011$), dichas relaciones también son inversamente proporcionales.

Tabla N°16:*Relación entre Autoestima y Tiempo de uso de Facebook*

		Tiempo de uso de Facebook
Rho de Spearman	Autoestima General	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)
		.000
		N
		212
Área de sí mismo	Coeficiente de correlación	-.244**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	212
Hogar	Coeficiente de correlación	-.182**
	Sig. (bilateral)	.008
	N	212
Social	Coeficiente de correlación	-.215**
	Sig. (bilateral)	.002
	N	212
Laboral	Coeficiente de correlación	-.244**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	212
		-.214**
		.002
	N	212

**. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Las investigadoras

Hallamos que existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el tiempo de uso de Facebook ($r = -.244$; $p < .001$), dicha relación es inversamente proporcional, lo que nos indica que puntajes bajos en autoestima están relacionadas a un mayor tiempo de uso del Facebook. De forma similar las dimensiones de autoestima: en sí mismo ($r = -.182$; $p = .0087$), hogar ($r = -.215$; $p = .002$), social ($r = -.244$; $p < .001$) y laboral ($r = -.214$; $p = .002$); dichas relaciones también son inversamente proporcionales.

Tabla N°17:*Correlación de variables**Correlaciones*

		Tiempo de uso de Facebook	Habilidades sociales	Autoestima General
Rho de Spearman	Tiempo de uso de Facebook	Coeficiente de correlación	1,000	-,144*
		Sig. (bilateral)	.	,036 ,000
		N	212	212
				212
	Habilidades sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,468**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	212	212
	Autoestima General	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	.	
		N	212	212

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Las investigadoras

Hallamos que existe una relación estadísticamente significativa entre las habilidades sociales y el tiempo de uso de Facebook ($r = -.144$; $p = .036$), dicha relación es inversamente proporcional, lo que nos indica que puntajes bajos en habilidades sociales están relacionadas a un mayor tiempo de uso del Facebook.

Así mismo, hallamos que existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el tiempo de uso de Facebook ($r = -.244$; $p < .001$), dicha relación es inversamente proporcional, lo que nos indica que puntajes bajos en autoestima están relacionadas a un mayor tiempo de uso del Facebook.

Por último, también encontramos que las habilidades sociales y la autoestima tienen una relación estadísticamente significativa entre sí ($r = .468$; $p < .001$), dicha relación es directamente proporcional, lo que nos indica que mayores habilidades sociales están asociadas una alta autoestima. De la misma forma las dimensiones de ambas variables están directamente relacionadas entre sí.

DISCUSIÓN

El uso de internet y de las redes sociales, como Facebook, es un tema que tiene que empezar a ser estudiado de manera meticulosa, ya que hoy en día éste medio de comunicación es utilizado de manera frecuente por adolescentes, lo cual invariablemente cambia según la cultura y el país, y depende del acceso a internet, la cantidad de horas de tiempo libre y otros factores.

En ciertos artículos, mencionan la adicción al Facebook en personas que pasan más de 5 horas conectadas a las redes sociales durante el día y a raíz de ello, estas personas son propensas a tener pobres habilidades sociales, depresión y baja autoestima (Herrera et al., 2010).

Por lo que se puede interpretar de lo anterior, los niveles de las habilidades sociales y autoestima sí podrían verse influenciados de manera negativa por la cantidad de horas que los usuarios se conectan al día.

Al relacionar el puntaje total la intensidad de uso de la red social y los niveles habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de la UNSA, se obtuvo una relación estadísticamente significativa y dicha relación es inversamente proporcional, cumpliéndose así con la hipótesis planteada de que a mayor tiempo invertido en el uso de la red social Facebook, los estudiantes presentan un déficit de habilidades sociales, lo cual corrobora lo planteado teóricamente por Carballo, Pérez-Jover, Espada, Orgilés y Piqueras (2012), quienes señalan que las personas que tienen adecuadamente desarrolladas sus habilidades sociales son capaces de establecer relaciones interpersonales satisfactorias y pueden llevar a cabo diversos tipos de actividades en su medio social. Este resultado también coincide con lo reportado por los investigadores de la Universidad San Marcos en su estudio “Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana” (Delgado Ana et al., 2016) los cuales concluyeron que había una correlación inversa y estadísticamente significativa.

Por lo expuesto anteriormente contrastamos con lo concluido en la investigación realizada en Costa Rica titulada “Intensidad de uso de Facebook y habilidades sociales en adolescentes”, realizada por Agüero Mariana (2016), quien determinó que no existe

una relación directa entre las habilidades sociales y las horas invertidas en la red social Facebook.

Además, resaltamos dos dimensiones de las habilidades sociales más afectados siendo los de Expresión de enfado y disconformidad, presentando dificultad para expresar discrepancias y preferir callarse con tal de evitar posibles conflictos con los demás; y la dimensión de Decir no y cortar interacciones, tratándose de un aspecto de aserción en lo que lo crucial es poder negarse a lo que uno no desea y cortar las interacciones que no son cómodas y no se desean mantener, ya sea a corto o largo plazo.

Así también hallamos que existe una relación estadísticamente significativa entre el tiempo de uso de Facebook y la autoestima, siendo inversamente proporcional, esto nos indica que los bajos puntajes en autoestima están relacionados a un mayor tiempo de uso de esta red social. Esto lo refuerzan Zywica y Danowski (2008) quienes señalan que los usuarios con perfiles introvertidos y con menor autoestima se esforzaban más por verse populares en esta red social que aquellos que tenían perfiles extrovertidos y alta autoestima. De igual manera se contrasta con los resultados obtenidos de la investigación en Costa Rica, “Identidad social y uso de Facebook: Su asociación con la autoestima y el disfrute del uso de esa red social en estudiantes universitarios” por González Prieto, Adriana y Quirós Araya, Hellen (2014) que no encontró relación significativa entre la intensidad de uso de la red social y el aumento del autoestima que ellos pretendían encontrar, sino que por el contrario encontraron que las personas no disfrutan usar Facebook porque su uso les aumenta la autoestima, sino porque esta es una manera de encontrar y formar grupos con los que se pueden relacionar, compartiendo una identidad social y es una manera más fácil de relacionarse que en la comunicación cara a cara. Por el contrario, en nuestra investigación la hipótesis se ve cumplida al demostrarse que a mayor tiempo invertido en el uso de la red social Facebook, los estudiantes presentan un déficit en la autoestima.

A diferencia de la afectación en las Habilidades Sociales en las que resaltan sólo dos dimensiones, en la autoestima encontramos que la afectación es en las cuatro dimensiones que la prueba abarca, siendo estas las de: en sí mismo, hogar, social y laboral; Siendo también inversamente proporcionales en relación al tiempo de uso de la red social.

Por lo expuesto anteriormente habría que profundizar en los intereses o beneficios que encuentran en Facebook las personas que puntuaron bajo en autoestima, aunque no haya sido un objetivo al inicio de nuestra investigación, ya que podría ser una investigación de carácter cualitativo.

Finalmente, en esta investigación podemos aseverar con certeza que los estudiantes de psicología que utilizan con más frecuencia Facebook son más propensos a verse afectados en sus habilidades sociales y autoestima.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Se concluye que, el tiempo de uso de la red social Facebook en los jóvenes universitarios de Psicología de UNSA, es de 2.4 horas al día aproximadamente.

SEGUNDA: Se concluye que los niveles Habilidades Sociales en los jóvenes universitarios de psicología de la UNSA, en su mayoría se encuentran dentro del promedio de normalidad, lo cual nos muestra que lograrían establecer relaciones sociales con su medio social, no obstante, existen dimensiones bajas que nos indican que sentirían ansiedad al momento de realizar ciertas actividades sociales, como relacionarse con el sexo opuesto o realizar alguna petición.

TERCERA: Se concluye que, los niveles de autoestima se encuentran dentro del promedio, lo que nos indica que los jóvenes universitarios se sienten identificados con sus propios valores y son capaces de modificar conductas si el medio se los exige, sin embargo, existe un porcentaje cualificado en nivel bajo, que nos indica que algunos jóvenes tendrían dificultades al momento de superar una crisis, influyendo esto negativamente en sus habilidades sociales, salud física y mental.

CUARTA: Concluimos que, existe una relación inversamente proporcional entre la intensidad de uso de la red Social Facebook, los niveles de Habilidades Sociales y la Autoestima en los jóvenes universitarios de Psicología de la UNSA.

QUINTA: Finalmente podemos asegurar con certeza, de acuerdo a los resultados obtenidos, que los jóvenes que utilizan mayor tiempo la red social Facebook, tendrán un bajo nivel de habilidades sociales y autoestima, afectando ello su desenvolvimiento social, educativo, familiar y laboral.

RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Implementar programas de prevención del uso y abuso de redes sociales en estudiantes universitarios, para lograr un adecuado desarrollo de Habilidades Sociales y Autoestima.
- SEGUNDA:** Implementar programas de incremento de las habilidades sociales a fin de mejorar la interacción social de los alumnos universitarios, para así mejorar los niveles bajos y mantener los niveles medios y altos.
- TERCERA:** Implementar programas de mejora del autoconcepto de los universitarios, para poder mejorar los niveles bajos de autoestima y mantener los niveles medios y altos
- CUARTA:** Desarrollar estudios similares, pero en diferentes poblaciones, especialmente en alumnos del nivel secundario, a fin de prevenir desde ésta etapa el uso excesivo de las redes sociales y la manera en cómo afectan en las habilidades sociales de los alumnos.
- QUINTA:** Desarrollar nuevos estudios, analizando las variables estudiadas, junto con otros constructos psicológicos como la autoeficacia, ansiedad, estrés, entre otros, a fin de identificar los factores que faciliten su desarrollo, mantenimiento y cambio.
- SEXTA:** Desarrollar estudios en diferentes realidades socioeconómicas, ya sea en otras provincias y/o universidades o instituciones educativas públicas y/o privadas, a fin de identificar diferencias o similitudes con ésta investigación.
- SÉPTIMA:** Se recomienda el uso máximo de 2 horas al día de redes sociales. Puesto que el abuso y la exposición excesiva a pantallas luminosas, trae consigo efectos secundarios, como cansancio visual, disminución del parpadeo y por consiguiente resequedad ocular además de malestares físicos, que impedirían el buen desarrollo de actividades diarias.

BIBLIOGRAFÍA

- Agüero, Mariana. (20017). Intensidad de uso de Facebook y habilidades sociales en adolescentes. (Tesis Doctoral). Universidad de Iberoamérica. Costa Rica.
- Aibar, E. (2008). Las culturas de Internet: la configuración sociotécnica de la red de redes. *Revista iberoamericana de ciencia, tecnología y sociedad*. Volumen (5), 40-46.
- Ardila, L. (2007). *Adolescencia, Desarrollo Emocional*: Guía y talleres para padres y docentes. Recuperado de <https://www.magisterio.com.co/libro/adolescencia-desarrollo-emocional-guia-y-talleres-para-padres-y-docentes>
- Barandiaran, X. (2003). La Era Digital. Consultado el 28 de junio de 2018, de Espora: <http://espora.org/biblioweb/cultura/digital.html>
- Barrera Gutiérrez, Carmen E. (2009) *Influencia e Impacto de las Redes Sociales En Estudiantes de Educación Superior*. Recuperado el 10 de setiembre del 2018, Recuperada de <http://curc.ulsa.edu.sv/pagina.php?id=129#>
- Bisquerra, R. (2008). Educación para la ciudadanía y convivencia, *El enfoque de la Educación Emocional*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Caldevilla Dominguez, D. (2010). *Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual*. (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid, España.
- Campos, F. (25 de mayo de 2013). Las redes sociales trastocan los modelos de los medios de comunicación tradicionales. Recuperado el 10 de setiembre del 2018. Obtenido de Revista Latina de comunicación social: http://www.ull.es/publicaciones/latina/_2008/23_34_Santiago/Francisco_Campo_s.html
- Campbell, JD, Chew, B. y Scratchley, LS (1991). Reacciones cognitivas y emocionales a los eventos diarios: los efectos de la autoestima y la autocomplejidad. Diario de la personalidad, 59 (3), 473-505
- Carballo, J., Pérez-Jover, M., Espada, J., Orgilés, M., y Piqueras, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala multidimensional de expresión social para la

evaluación de habilidades sociales en el contexto de internet. *Psicothema*, 24(1), 121-126. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/3988.pdf>

Coopersmith Stanley (1967) *Inventario de autoestima para adultos*. Traducido por Panizo M (1988), Lima.

De Haro, J. J. (2013, 25 de mayo). Redes sociales en educación. Recuperado el 11 de julio del 2018, de
[http://www.educan.do/rddw/guiadidactica/c\)%20Recursos%20actividades%20pedagogicas%20TIC/Redes%20Sociales/redes_sociales_educacion.pdf](http://www.educan.do/rddw/guiadidactica/c)%20Recursos%20actividades%20pedagogicas%20TIC/Redes%20Sociales/redes_sociales_educacion.pdf)

Delgado Ana, Escurra Luis, Atalaya María, Constantín Juan, Cuzcano Abel, Rodríguez Rosa y Álvarez David. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Dzodan, Diego. (18 de noviembre, 2016). Las cifras de Facebook en Perú: ¿Cómo y cuántos somos en la famosa red social? Gestión. Recuperado de
<https://gestion.pe/tecnologia/cifras-facebook-peru-famosa-red-social-121073>.

Echeburúa, E., & de Corral, P. (2012). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista de sociodrogalcohol*, 91-96.

Facebook. (s.f.). Recuperado el 28 de setiembre del 2018, de
http://www.cad.com.mx/historia_de_facebook.htm

Facebook (s.f.). Recuperado el 29 de setiembre del 2018, de
<https://www.nextu.com/blog/historia-de-facebook/>

Fernández, B. (2010). *Las Redes Sociales. Lo que hacen sus hijos en Internet*. San Vicente: Ecuador.

Flores, J. J., Morán, J. J., & Rodríguez, J. J. (27 de mayo de 2013). Universidad San Martín de Porres. Recuperado Obtenido de
<http://www.usmp.edu.pe/publicaciones/boletin/fia/info69/sociales.pdf>

Fernández Bolvarán, M. (2017, 17 de mayo). Día de Internet: La evolución de la red en el Perú. La República. Recuperado de <https://elcomercio.pe/economia/dia-internet-evolucion-red-peru-423057>

Flores J., Morán J. y Rodríguez J. (setiembre, 2009) *Las Redes Sociales*. I Congreso Internacional sobre Redes Sociales, Universidad de Lima. Resumen recuperado en http://www.linkeate.pe/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=10&Itemid=24&lang=es

García, A., y Ramos, C. (2003). Las redes sociales. *Revista Hispanoamericana de análisis de redes sociales*, Volumen (4), 65-53. Disponible en <https://www.raco.cat/index.php/Redes/article/view/27177>

Gismero, Gonzales E. (2009). Manual de la Escala de Habilidades Sociales, EHS. Universidad Pontificia Comillas. Madrid: TEA Ediciones.

Gonzales, A y Hancock Jeffrey (2016). “El espejo de Facebook: una experiencia que disminuye la autoestima. (Tesis para doctorado). Universidad de Cornell, Suiza.

Gonzales A. y Quiroz H. (2014). Identidad social y uso de Facebook: Su asociación con la autoestima y el disfrute del uso de esa red social en estudiantes universitarios. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología). Universidad de Costa Rica, Costa Rica.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la Investigación* (5^a ed.). D.F. Mexico, Mexico: Mc Graw Hill

Herrera, M. F.; Pacheco, M. P.; Palomar, J.; & Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18.

Hernández, R.; Fernández-Collado, C.; & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.

Katz, James E. & Rice, Ronald E. (2002). *Consecuencias sociales del uso de Internet*. Barcelona, España: UOC.

Lefebvre, R. C.; & Bornkessel, A. S. (2013). Redes sociales digitales y salud. Circulación, 127, 1829-1836. Recuperado el 8 de agosto, de

https://socialmarketing.blogs.com/r_craig_lefebvre_social/2013/05/digital-social-networks-and-health-reviewing-the-research-and-evidence.html

López Herrero, M; López Moreno, V; Galán Martín, E. (2013). *Redes sociales de internet y adolescentes.* (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid, España.

Lucena, H., Fernández, D., y Francisco, D. (2002). Diseño de un programa formativo para la mejora de las habilidades sociales en personas mayores. *Revista Interuniversitaria*, 9, 309-319

Madariaga, C., Abellos, R., & Sierra, O. (2010). Redes sociales: infancia, familia y comunidad. Barranquilla, Colombia.

Martinez, N.D y Sanz. M.Y. (2001). Entrenamiento en Habilidades Sociales aplicada a jóvenes tímidos. (Trabajo de diploma). Universidad de Oriente., Cuba.

Ministerio de Educación del Ecuador. (2011). *Curso de pedagogía y didáctica.* (2a ed.) Quito, Ecuador: Editoran.

Molina, Gabriela y Toledo, Ruth. (2014). *Las redes sociales y su influencia en el Comportamiento de los adolescentes.* (Tesis de Pregrado). Universidad de Azuay, Ecuador.

Morán, R. (2006). Educando con desórdenes emocionales y conductuales. San Juan: Universidad de Puerto Rico

Morla, E. (2002). *Crecimiento y desarrollo desde la concepción hasta la adolescencia.* Santo Domingo: Instituto Tecnológico Santo Domingo.

Monroy, A. (2002). La sexualidad en la adolescencia. En A. Monroy, Salud Y Sexualidad En La Adolescencia Y Juventud. México DF: PAX

Navarro, A. & Jaimes, G. (2007). Adicción a Internet, re-visión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 26 (4), 691- 700.

Páramo, M. (2009). Adolescencia y psicoterapia: análisis de significados a través de grupos de discusión. Salamanca: Universidad de Salamanca.

Peradotto, P., Vargas, J. & Valdivia, R. (2005). Autoestima y refuerzo en estudiantes de 5º básico de una escuela de alto riesgo. *Revista anales de psicología*, 21 (1), 102- 115.

Real Academia de la Lengua Española. (01 de diciembre de 2013). Real Academia de la Lengua Española. Obtenido de Adolescencia:
<http://buscon.rae.es/drae/srv/search?val=adolescencia>

Raacke, J.; & Bonds-Raacke, J. (2008). MySpace y Facebook: aplicando la teoría de los usos y las gratificaciones a la exploración de sitios de redes de amigos. *Ciberpsicología, comportamiento. y redes sociales*(169-174)<https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0056>.

Redes Sociales. (2 de noviembre, 2018). El comercio. Recuperado de
<https://elcomercio.pe/noticias/redes-sociales>

Rodríguez, J., & Zamalvide, M. (1999). Juventud Rural en el Uruguay de los'90. Montevideo: Orton.

Saavedra, M. (2004). Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México DF: PAX.

Tajfel, H.; & Turner, J. C. (1979). An Integrative Theory of Intergroup Conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations*. Monterey, CA: Brooks-Cole

Triana, M.V., Muñoz, A., Blanca,M.J., Sánchez, A. y García, B., (2002). ¿Cómo se relacionan medidas situacionales de asertividad escolar con otras variables de competencia social? III Congreso Internacional de Psicología y Educación, Santiago de Compostela: Facultad de Educación U. Complutense.

Twenge J. (2018). Los jóvenes que pasan más tiempo enganchados al móvil son más infelices. Agencia EFE, 130(2), 20-22. Disponible en
<https://www.efe.com/efe/america/tecnologia/los-jovenes-que-pasan-mas-tiempo-enganchados-al-movil-son-infelices/20000036-3500304>

Velázco Cancino, J. (2012, 05 de junio). Cultura digital. Web 2.0 y herramientas tecnológicas. *Gestiopolis*. de <https://www.gestiopolis.com/cultura-digital-web20-herramientas-tecnologicas/>

Velasco, L. (2004). Desarrollo biopsicosocial del adolescente: tareas, metas y logros. *Salud Y Sexualidad En La Adolescencia Y Juventud*. México DF:PAX.

Wakefield J. (2018). Los preocupantes efectos negativos de las redes sociales sobre la salud mental de los niños y adolescentes. *BBC News Mundo*, de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43032001>

Zywica, J., y Danowski, J. (2008). Los Rostros de Facebook: Investigando mejora social e hipótesis de compensación social; Facebook, popularidad de la sociabilidad y autoestima, y zapping los significados de popularidad con semántica en redes, diarios, la computadora y medios de comunicación, 14, 1-34. Recuperado de <http://www.interscience.wiley.com/journal/121527995/resumen>.

ANEXOS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

En la realización de esta investigación se respetará las siguientes cláusulas:

1. *Se tendrá discreción de los datos de cada participante.*
2. *El participante deberá concluir todas las evaluaciones, excepto se presentarán situaciones adversas.*
3. *Se entregaran resultados a cada participante de la investigación sobre sus evaluaciones.*

Yo _____ identificado(a) con el DNI _____, de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Agustín.

ACEPTO las cláusulas planteadas anteriormente.

Firma del participante

HORARIO ESTRUCTURADO

INSTRUCCIONES: Piense ahora en la cantidad de horas que usa Facebook en la semana. Por favor haga un horario marcando con una X, para cada día, las horas en que usa Facebook.

Tenga en cuenta que no se trata solamente de mantener la página de Facebook abierta mientras hace otras cosas; más bien, marque solo el tiempo cuando permanece dentro de la página. Si lo usa menos de una hora, por favor anote la cantidad de minutos en la casilla correspondiente.

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
6am							
7am							
8am							
9am							
10am							
11am							
12md							
1pm							
2pm							
3pm							
4pm							
5pm							
6pm							
7pm							
8pm							
9pm							
10 pm							
11 pm							
12 mn							
1am							
2am							
3am							
4am							
5am							

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

INSTRUCCIONES:

A continuación aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D 1
2. Me cuesta telefonear a tiendas , oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D 2
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto , paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D 4
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	A B C D 5
7. Si en un restaurante no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D 6
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D 3
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto , regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se como "cortar " a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D

27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" ("se mete")* en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira , cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitararme de en medio "para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D

TOTAL

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

VERSION PARA ADULTOS

1. Generalmente los problemas se afectan muy poco	SI	NO
2. Me cuesta mucho trabajo hablar en público	SI	NO
3. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí	SI	NO
4. Puedo tomar una decisión fácilmente	SI	NO
5. Soy una persona simpática	SI	NO
6. En mi casa me enojo fácilmente	SI	NO
7. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo	SI	NO
8. Soy popular entre las personas de mi edad	SI	NO
9. Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos	SI	NO
10. Me doy por vencida muy fácilmente	SI	NO
11. Mi familia espera demasiado de mí	SI	NO
12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy	SI	NO
13. Mi vida es muy complicada	SI	NO
14. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas	SI	NO
15. Tengo mala opinión de mí mismo(a)	SI	NO
16. Muchas veces me gustaría irme de mi casa	SI	NO
17. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo	SI	NO
18. Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente	SI	NO
19. Si tengo algo qué decir, generalmente lo digo	SI	NO
20. Mi familia me comprende	SI	NO
21. Los demás son mejor aceptados que yo	SI	NO
22. Siento que mi familia me presiona	SI	NO
23. Con frecuencia me desanimo en lo que hago	SI	NO
24. Muchas veces me gustaría ser otra persona	SI	NO
25. Se puede confiar muy poco en mí	SI	NO

CASO CLINICO 1

ANAMNÉSIS

I. DATOS GENERALES

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Nombres y apellidos | : Gustavo Y. C. |
| 2. Edad | : 28 años |
| 3. Sexo | : Masculino |
| 4. Fecha de nacimiento | : 08/07/1987 |
| 5. Lugar de nacimiento | : Arequipa |
| 6. Grado de instrucción | : Superior Universitario Incompleto. |
| 7. Estado civil | : Soltero |
| 8. Ocupación | : Actualmente no pertenece a ningún taller dentro del centro penitenciario. |
| 9. Religión | : Católico |
| 10. Informante | : El paciente |
| 11. Referente | : Departamento de Psicología Zona A |
| 12. Lugar de Evaluación | : Pabellón A, Centro penitenciario – Arequipa. |
| 13. Examinador | : Naghiva Isabel Del Carpio Del Carpio |

II. MOTIVO DE CONSULTA

El paciente es derivado a consulta por el consejo técnico de tratamiento del establecimiento penitenciario Socabaya-Arequipa, debido a que el paciente está pronto a ser evaluado para definir su permanencia en la zona A, pero debido al comportamiento inadecuado que el interno viene teniendo, su situación se vería afectada por lo que se solicita una orientación psicológica.

El paciente refiere sentirse poco motivado para realizar sus actividades diarias, no se encuentra a gusto en ninguno de los talleres que el centro penitenciario ofrece, habiendo probado desenvolverse en el de zapatería, manualidades y cocina; dejando a medias sus labores para su posterior

renuncia. También manifiesta que ha tenido constantes pesadillas y sueños interrumpidos, despertando asustado y muchas veces hasta lloroso. Así mismo el paciente refiere que ha tenido sentimientos de culpa, preocupación, frustración e impotencia al no poder cambiar los sucesos del pasado los cuales lo llevaron a estar privado de su libertad.

III. HISTORIA DEL PROBLEMA ACTUAL

El paciente refiere haber tenido una vida desbalanceada llena de altibajos, empezando por la enfermedad de su madre que era una afección cardiaca, la que llevó a su muerte cuando él tenía dieciocho años de edad y cursaba el primer año de su carrera universitaria, la cual no concluye porque tuvo que asumir la responsabilidad de la mantención del hogar y cuidado de sus hermanos menores, debido a que un mes después del fallecimiento de la madre, su padre manifiesta no poder hacerse cargo de ellos y abandona el hogar.

En la etapa escolar, cuando cursaba el tercer año de primaria se inicia en los videojuegos, lo cual le atrajo mucho, dejando de lado sus estudios y llegando a participar en un torneo, aun cuando la madre desaprobaba esta afición.

Durante su adolescencia a la fecha, refiere sólo haber tenido tres parejas sentimentales. Las dos primeras relaciones terminan sin mayor problema, sin embargo, es en la tercera relación en la que se presentan inconvenientes. Esta última duró cuatro meses, refiere que durante esta relación ella le prohibió jugar en internet y verse con sus amigos, pasando la mayoría de tiempo con ella. Incluso le pidió las contraseñas de sus cuentas y redes sociales como Facebook y Hotmail. Todo ello lo hacía porque desconfiaba de su fidelidad, creyendo que por trabajar como chofer podía conocer a más mujeres y engañarla. Para el cuarto mes de aniversario él planea una salida y ella lo llama minutos antes cambiando los planes y lo cita en la casa de una amiga en común, al llegar su enamorada le pide que compren dos botellas de “Triple XXX”, él accede a pesar de no estar convencido. Ella le dice que su amiga llegaría después pero que le había dado su llave así que podían

ingresar al inmueble. Refiere que ella tenía una actitud poco cordial y estaba distante, empieza a servirse la bebida que compraron y bebe desmedidamente, también le sirve a él y le pide que beba; cuando ya se encontraban bajo efectos del alcohol y la amiga aún no llegaba, ella empieza a increparle sobre una conversación que él tenía en Facebook con una chica, él trata de explicarle que se trataba de una amiga, pero ella no le cree, iniciándose una discusión acalorada y él decide terminar la relación en ese momento, cuando estaba por retirarse del inmueble, ella le revela que ella si le era infiel, él refiere recordar que perdió el control y se abalanzó sobre ella, coge su cartera y presiona su cuello con el cordón de ésta. No recuerda más, sólo que, al recobrar la conciencia, se encontraba sentado en el parque que estaba en frente de la casa, regresa a ésta y ve el cuerpo inmóvil de su enamorada y la lleva al hospital, lugar donde le confirman su muerte, proceden a detenerlo y al ser llevado a la comisaría acepta las acusaciones, al ser terminación anticipada no va a juicio y lo sentencian a dieciocho años de pena privativa de libertad por el delito de feminicidio.

Durante su estancia en el penal no ha podido permanecer en un área de trabajo por más de un mes, refiriendo no tener ganas de trabajar, estos comportamientos lo han llevado a tener dos evaluaciones semestrales desfavorables, las cuales podrían haber provocado su regresión al pabellón “C” de mediana peligrosidad.

IV. SITUACIÓN JURÍDICA

El paciente se encuentra recluido por un periodo de dos años y ocho meses, fue sentenciado a dieciocho años de pena privativa de libertad, teniendo como delito el feminicidio.

V. ANTECEDENTES PERSONALES

A. Etapa prenatal

➤ Gestación

Según lo que la madre le contó al paciente, ella recibió los controles mensuales durante los nueve meses de gestación, no hubo consumo de sustancias psicoactivas, al parecer la madre pudo haber pasado por un episodio depresivo tras el abandono de la pareja quién la abandona tras enterarse del embarazo.

B. Etapa Natal

➤ Nacimiento

Refiere haber nacido por parto normal, cumplidos los nueve meses de gestación, naciendo a las 12:15 am; recibiendo atención hospitalaria, naciendo de cabeza, respiró y lloró al nacer. Aparentemente sin complicaciones durante el parto.

C. Etapa Post-natal

➤ Etapa Escolar

Inicia su etapa escolar a los seis años en un colegio parroquial, era un estudiante destacado, no tenía problemas de rendimiento en ningún curso ya que disfrutaba mucho de estudiar; tampoco refiere problemas de comportamiento, ni con sus compañeros de aula.

Cuando cursaba tercer año de primaria, lo cambian de colegio siendo este también parroquial, debido a que la familia se muda a una casa más amplia porque la madre sale embarazada de su última hermana, refiere haberse tristecido mucho por este cambio, pero sus notas se mantienen altas. Sin embargo, no es hasta que empieza a jugar “Nintendo” y otros juegos en red que descuida los estudios.

Esta situación permanece en secundaria que descuida tanto los estudios llegando a faltar al colegio por ir a jugar al internet, esto trae consecuencias en su familia siendo su hermano menor quien también lo sigue en “Su

Vicio”, acción que era sancionada drásticamente por la madre quién era la que estaba más pendiente de ellos. Su dedicación a los videojuegos lo llevó a participar en un torneo en Lima, el cual dura mes y medio, viaje pagado para él y un amigo más por el dueño del internet donde ambos jugaban. Cuando retorna de dicho viaje es castigado por tres meses en los cuales se puso al corriente con el colegio y sus notas llegando a recuperarse.

Al salir del colegio, postula a una universidad nacional logrando ingresar, mantiene buenas notas sin dejar de lado la afición a los videojuegos, lamentablemente no concluye la carrera por la muerte de la madre y las responsabilidades que él adquiere como hermano mayor.

D. Desarrollo y función sexual

El paciente se presenta con las características y actitud propias de su sexo, con preferencia del sexo opuesto.

En su adolescencia refiere sólo haber tenido tres parejas sentimentales, la primera cuando tenía catorce años, con quien mantuvo una relación de casi cuatro años, con quien inicia su vida sexual cuando tenía diecinueve años. Esta relación culmina tras la muerte de la madre, debido a que la actitud de él cambia y ya no contaba con la misma disponibilidad de tiempo por el trabajo.

Posterior a ello tuvo dos enamoradas más con las que también mantuvo relaciones sexuales. La segunda pareja fue compañera de su primer trabajo, con quien estuvo dos años, la relación culmina por motivos de trabajo que obligaban a que ella viaje a otra ciudad y ya no puedan seguir con su relación.

E. Actividad Laboral

Su primer trabajo fue de ayudante de cocina a los dieciocho años, luego un amigo le propuso tener un trabajo con un horario más flexible para poder ver a sus hermanos, él acepta dejando el de ayudante de cocina y el empieza a

cobrar en las combis de transporte público, permaneciendo allí dos años; también aprende a manejar por lo que luego se inicia en otra actividad y percibiendo un sueldo de chofer. Permanece en este trabajo por casi tres años, hasta que fue recluido en prisión.

F. Hábitos, intereses y actitudes

Comenzó a jugar videojuegos desde los nueve años, ha sido su mayor afición hasta ahora, incluso por unos meses ganaba dinero apostando y con ello mantener a sus hermanos. Su consumo de licor era regular siendo cada una o dos veces al mes, ya que no le agradaba mucho y tenía responsabilidades en casa. Recuerda que una vez en la que brindaba con sus compañeros de la empresa de transporte en la que trabajaba, un compañero le dijo que se ponía agresivo y a veces desconocía a la gente cuando bebía mucho licor. Motivo por el cual decide no beber muy seguido y si lo hacía era medido y prudente.

VI. ANTECEDENTES MÓRBIDOS

A. Antecedentes mórbidos personales

No ha asistido antes a un psicólogo o psiquiatra.

B. Enfermedades y accidentes

No ha tenido accidentes o enfermedades de gravedad.

C. Personalidad

El paciente se muestra como una persona asequible, pero a la vez reservado, refiere que no es de tener muchos amigos. Admite tener problemas con seguir indicaciones o respetar a la autoridad, esto lo vemos reflejado en la desobediencia ante la madre cuando se escapaba para ir a jugar videojuegos. Suele desanimarse muy +rápido ante las adversidades y le cuesta encontrar soluciones rápido, por lo que prefiere dejar inconclusas sus labores.

VII. HISTORIA FAMILIAR

El paciente proviene de una familia nuclear, tiene dos hermanos, un varón y una mujer, siendo el mayor. Refiere no conocer a su padre biológico ya que éste abandonó a su madre al saber de su embarazo. Considerando como su padre al padre de sus hermanos menores, quien le dio su apellido.

Refiere que la relación de sus padres no era del todo armoniosa debido a que el padre bebía con frecuencia y agredía verbal y físicamente a su madre; ella solía reclamarle el dinero que gastaba con sus amigos y descuidaba los gastos de la casa, motivo por el cual ella empieza a trabajar.

También refiere que tenía una madrina que siempre los apoyaba y veía por ellos, cuando sus padres trabajaban. Tras la muerte de su madre por un paro cardiaco, el padre decide abandonar el hogar dejando a sus tres hijos solos, siendo la única menor de edad su hermana, a quien se llevan a vivir a casa de un tío materno, con su esposa y dos primos más. Despues de un año de estarla visitando se dio cuenta que a su hermana la trataban como a una “Empleada” y decide llevársela de regreso a casa para que vivan los tres hermanos juntos, para ello también empezaron a contar con el apoyo de su madrina.

VIII. HISTORIA SOCIOECONÓMICA

Vivía en una vivienda de material noble, la cual es propia, contando con los servicios básicos como agua, luz y desagüe. El padre tenía un trabajo independiente, la madre realizaba trabajos esporádicos y así ambos sostenían económicamente el hogar. Sin embargo, al fallecer la madre y tras el abandono del padre, quien asume toda la responsabilidad del sostén del hogar el él como hermano mayor.

IX. RESUMEN

El embarazo no fue deseado por ambos padres, motivo por el cual el paciente no conoce a su verdadero padre, no hubo complicaciones durante el parto. No presentó enuresis ni encopresis.

De niño no era muy sociable ni comunicativo, resaltaba por sus altas calificaciones en el colegio. Cuando cursaba el tercer año de primaria empieza su atracción por los videojuegos, siendo su más grande afición, motivo por el cual baja en sus calificaciones. Durante la etapa escolar solo tuvo una enamorada con la cual estuvo cuatro años hasta que fallece su madre, y el fuerte shock tras el abandono del padre, motivo por el cual él decide alejarse y terminar la relación. Tiempo después en su primer trabajo conoce a otra chica con la que tiene una relación de dos años, pero esta no prospera por motivos de trabajo y ella se muda de ciudad, por último conoce a su tercera enamorada con la cual ya llevaba cuatro meses, y en este último aniversario suceden los hechos, ella le propone a celebrare n casa de una amiga, beben licor y se inicia una discusión por celos de parte de ella, quien le reclama su falta de atención y dedicación, las horas que le dedicaba al trabajo y una conversación que ella había encontrado en el Facebook de él con otra chica. Cuando él ya se encontraba bajo efectos del alcohol y la discusión se acalora, el decide terminar la relación, momento en el cual ella le revela que lo engaña y él reacciona con rabia y refiere recordar que tomó la cartera de su enamorada y la asfixió con el asa de ésta.

Toda esta situación le causa tristeza y llanto durante un periodo de casi tres años. Refiere no poder dormir por las noches, recordando el suceso; por otro lado, la muerte de su madre es un hecho que no puede superar. Todo ello lo ha llevado a no tener deseos de superación ni ganas de salir adelante.

Bachiller en Psicología
NAGHIVA ISABEL DEL CARPIO DEL
CARPIO

EXAMEN MENTAL

I. DATOS GENERALES

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Nombres y apellidos | : Gustavo Y. C. |
| 2. Edad | : 28 años |
| 3. Sexo | : Masculino |
| 4. Fecha de nacimiento | : 08/07/1987 |
| 5. Lugar de nacimiento | : Arequipa |
| 6. Grado de instrucción | : Superior Universitario Incompleto. |
| 7. Estado civil | : Soltero |
| 8. Ocupación | : Actualmente no pertenece a ningún taller dentro del centro penitenciario. |
| 9. Religión | : Católico |
| 10. Informante | : El paciente |
| 11. Referente | : Departamento de Psicología Zona A |
| 12. Lugar de Evaluación | : Pabellón A, Centro penitenciario – Arequipa. |
| 13. Examinador | : Naghiva Isabel Del Carpio Del Carpio |

II. ACTITUD, PORTE Y COMPORTAMIENTO

A. Apariencia general y actitud psicomotora

Paciente que aparesta la edad referida, de vestimenta adecuada y correctamente aseado, refleja tristeza en la mirada y se acentúa al hablar de su delito y la pérdida de la madre. Su tono de voz es bajo y en momentos es débil, la postura es encorvada, su marcha es lenta y la mayor parte del tiempo camina cabizbajo. Se mantiene activo durante la entrevista y las evaluaciones.

B. Molestia general y manera de expresarla

Se evidencia angustia y sentimientos de culpa referente al hecho que lo llevó a estar preso, teniendo calificativos desagradables hacia él y muy pesimistas para el futuro que le espera.

C. Actitud hacia el examinador y hacia el examen

Es tímido al hablar de sus sentimientos, pero entiende que es necesario expresarlos para poder recibir la ayuda que busca. Por momentos se entusiasma al creer que su situación puede mejorar y otras se decae desvalorizando lo que puede hacer o plantearse a futuro.

D. Comportamiento

La mayor parte del tiempo su expresión es de tristeza, incertidumbre y preocupación. No hay mucha gesticulación facial, pero si un jugueteo con las manos propio del nerviosismo, aparecen lágrimas contenidas cuando rememora el hecho y al relatar su vida. Por otro lado, es de trato amable, asequible y colaborador, un poco temeroso, suele responder a las bromas con una pequeña sonrisa.

III. CONCIENCIA, ATENCIÓN Y ORIENTACIÓN

A. Conciencia y estado de alerta

El paciente se muestra tranquilo, pero con un estado de alerta normal, comprendiendo lo que se le dice, mostrando interés a pesar de los distractores que se presentan en el lugar.

B. Atención

Es adecuada para cada prueba aplicada, pregunta lo que no comprende y se esfuerza por resolver las dudas o preguntas propias de la evaluación y/o entrevista.

C. Orientación

Se ubica en el día de semana, mes, año y tiempo correctamente, sabe el lugar en donde se encuentra, brinda los datos de su persona y de sus allegados correctamente sin titubear ni demorar.

D. Curso del lenguaje

Es inteligible, con una velocidad pausada dependiendo de lo que se le pregunte, siendo más pausado al recordar hechos tristes.

E. Pensamiento

De curso normal y espontáneo, en su contenido evidencia el malestar que tiene consigo mismo, el sentimiento de culpa y remordimiento hacia su persona por el incidente suscitado. Sin embargo, no expresa ideas suicidas.

F. Memoria

Memoria inmediata conservada; mientras que la memoria mediata se encuentra alterada por el shock emocional que fue producto del episodio violento que vivió el paciente.

G. Funcionamiento intelectual

Rendimiento adecuado para su grado de instrucción y nivel cultural.

H. Estado de ánimo y afectos

Su rostro y gestos evidencian gran tristeza y desconcierto, refiere sentirse triste y no perdonarse lo que hizo, a veces en las madrugadas recuerda ello y se pone a pensar que todo pudo ser diferente y que quisiera regresar el tiempo, pero no puede y eso lo entristece, cuando piensa en hacer algo al poco tiempo pierde las ganas y el entusiasmo por seguir adelante.

I. Comprensión y grado de incapacidad de la enfermedad

Es consciente de su situación y que no puede hacer nada para cambiar lo que hizo, acepta la ayuda que se le brinda y participa activamente, teniendo la predisposición para investigar y responder lo que se le plantea.

IV. RESUMEN

El paciente aparece la edad que refiere, se muestra aseado y alineado. Presenta un estado emocional abatido por los sentimientos de culpa y tristeza que lo aquejan, suele recordar el hecho lamentable que le trajo como

consecuencia su reclusión y se entristece pensando en lo que pudo hacer para evitarlo y ya no puede hacer en su situación; esto a su vez le impide seguir con su vida y poder planificar nuevas cosas. El curso y contenido de lenguaje que usa es adecuado y a veces pausado dependiendo del tema que se trate. La orientación temporo-espacial, la memoria inmediata, conciencia, atención y juicio se encuentran conservados. Sin embargo, hay vacíos en la memoria mediata del paciente al tratar de relatar el episodio violento que vivió.

Bachiller en Psicología
NAGHIVA ISABEL DEL CARPIO
DEL CARPIO

INFORME PSICOMÉTRICO

I. DATOS GENERALES

- | | | |
|-------------------------|---|---|
| 1. Nombres y apellidos | : | Gustavo Y. C. |
| 2. Edad | : | 28 años |
| 3. Sexo | : | Masculino |
| 4. Fecha de nacimiento | : | 08/07/1987 |
| 5. Lugar de nacimiento | : | Arequipa |
| 6. Grado de instrucción | : | Superior Universitario Incompleto. |
| 7. Estado civil | : | Soltero |
| 8. Ocupación | : | Actualmente no pertenece a ningún taller dentro del centro penitenciario. |
| 9. Religión | : | Católico |
| 10. Informante | : | El paciente |
| 11. Referente | : | Departamento de Psicología Zona A |
| 12. Lugar de Evaluación | : | Pabellón A, Centro penitenciario – Arequipa. |
| 13. Examinador | : | Naghiva Isabel Del Carpio Del Carpio |

II. OBSERVACIONES GENERALES

El paciente muestra un adecuado alineo personal al momento de la evaluación, en todas las actividades programadas denota compromiso y motivación por acceder a la evaluación. Al informarle sobre las pruebas psicológicas a aplicar; el paciente se muestra conforme y da su consentimiento expreso.

III. DESCRIPCIÓN E INTERPRETACION DE LAS PRUEBAS PSICOLÓGICAS

A. Prueba de Inteligencia No Verbal Toni- 2

• Análisis Cuantitativo

	Año	Mes
Fecha de Evaluación:	2016	07

Fecha de Nacimiento: 1987 07
29 00

Puntaje Limite	28	CI= 95 NORMAL
Puntaje Base	26	

- **Análisis Cualitativo**

Tras la corrección del test y la posterior conversión se ubicó al paciente dentro de un coeficiente intelectual normal al promedio de la población correspondiente a su edad cronológica, por lo que no evidencia dificultades en el nivel de inteligencia.

B. Análisis Caracterológico de René Le Senne

- **Análisis Cuantitativo**

E	AS	C/C	C/D	Av	Ar	Af	TT
90	40	35	20	60	40	80	75

Puntajes: 90/40/35

Formula: E nA P

Tipo: Nervioso

- **Análisis Cualitativo**

El paciente presenta un grado de emotividad alto, lo cual lo hace ser una persona inclinada a la bondad, compasión y generosidad; esto le es útil para consolar a los abatidos. Al ser altamente susceptible existe desproporción entre la importancia de los estímulos que se puedan presentar y su reacción subjetiva; ello lo llevan a distorsionar el juicio y su objetividad. Tiende a enajenar su simpatía e intereses hacia el prójimo, llevándolo a actuar sin pensar en sí mismo.

No suele ser metódico, busca resultados inmediatos, siendo superficial e inconstante, llegando a mudar o cambiar de disciplina u ocupación.

Además, posee una inteligencia más concreta que abstracta y es muy adaptable a los nuevos ambientes, es de trato simpático con quienes congenia.

C. Inventario Multifásico de la Personalidad

- **Análisis Cuantitativo**

Se toma en cuenta los puntajes T mayores a 70 para realizar la interpretación, siendo estos

F	Hs	D	Hi	Dp	Pt	Sc
80	80	112	93	86	101	101

Obteniendo una personalidad emocionalmente inestable, pasivo-agresiva y con signos depresivos.

- **Análisis cualitativo**

El paciente admite haber experimentado vivencias poco usuales, sus preocupaciones son por sus funciones corporales, las cuales pueden ser creadas en su mente y no necesariamente ser de presencia orgánica. Resalta una sintomatología que revela depresión, perturbación en sus relaciones familiares, sentimientos de culpa.

Puede tener comportamientos impulsivos, expansivos e impredecibles, siendo altamente susceptible ante la opinión de los demás, pudiendo ser estos conflictos internos significativos en su personalidad.

Por lo expuesto se considera pertinente realizar una evaluación psiquiátrica.

IV. RESUMEN

El paciente se presenta a la evaluación aseado, aparenta la edad referida, se desenvuelve adecuadamente teniendo buena predisposición para dicha

evaluación. Es una persona altamente emotiva habiendo desproporción en su accionar ante los estímulos que se le presenten, su compasión, generosidad, susceptibilidad y sugestionabilidad lo hacen una persona voluble, ya que adquiere sentimientos e intereses que no son propios, llegando a pensar, sentir y desear lo de su prójimo, enajenando sus intereses. Al haber experimentado vivencias poco usuales puede estar creando sintomatologías orgánicas inexistentes. Además, revela depresión, perturbación en sus relaciones familiares y fuertes sentimientos de culpa. Es inconstante, poco metódico e indisciplinado; suele buscar resultados inmediatos, lo que puede causar que varíe de oficio o disciplina.

Bachiller en Psicología
NAGHIVA ISABEL DEL CARPIO
DEL CARPIO

INFORME PSICOLÓGICO

I. DATOS GENERALES

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. Nombres y apellidos | : Gustavo Y. C. |
| 2. Edad | : 28 años |
| 3. Sexo | : Masculino |
| 4. Fecha de nacimiento | : 08/07/1987 |
| 5. Lugar de nacimiento | : Arequipa |
| 6. Grado de instrucción | : Superior Universitario Incompleto. |
| 7. Estado civil | : Soltero |
| 8. Ocupación | : Actualmente no pertenece a ningún |
| | taller |
| 9. Religión | : Católico |
| 10. Informante | : El paciente |
| 11. Referente | : Departamento de Psicología Zona A |
| 12. Lugar de Evaluación | : Pabellón A, Centro penitenciario – |
| | Arequipa. |
| 13. Examinador | : Naghiva Isabel Del Carpio Del Carpio |

II. MOTIVO DE CONSULTA

El paciente es derivado a consulta por el consejo técnico de tratamiento del establecimiento penitenciario Socabaya-Arequipa, debido a que el paciente está pronto a ser evaluado para definir su permanencia en la zona A, pero debido al comportamiento inadecuado que el interno viene teniendo, su situación se vería afectada por lo que se solicita una orientación psicológica.

El paciente refiere sentirse poco motivado para realizar sus actividades diarias, no se encuentra a gusto en ninguno de los talleres que el centro penitenciario ofrece, habiendo probado desenvolverse en el de zapatería, manualidades y cocina; dejando a medias sus labores para su posterior renuncia. También manifiesta que ha tenido constantes pesadillas y sueños interrumpidos, despertando asustado y muchas veces hasta lloroso. Así mismo el paciente refiere que ha tenido sentimientos de culpa,

preocupación, frustración e impotencia al no poder cambiar los sucesos del pasado los cuales lo llevaron a estar privado de su libertad.

III. ANTECEDENTES PERSONALES Y FAMILIARES

El embarazo no fue deseado por ambos padres, motivo por el cual el paciente no conoce a su verdadero padre, no hubo complicaciones durante el parto. No presentó enuresis ni encopresis.

De niño no era muy sociable ni comunicativo, resaltaba por sus altas calificaciones en el colegio. Cuando cursaba el tercer año de primaria empieza su atracción por los videojuegos, siendo su más grande afición, motivo por el cual baja en sus calificaciones. Durante la etapa escolar solo tuvo una enamorada con la cual estuvo cuatro años hasta que fallece su madre, y el fuerte shock tras el abandono del padre, motivo por el cual él decide alejarse y terminar la relación. Tiempo después en su primer trabajo conoce a otra chica con la que tiene una relación de dos años, pero esta no prospera por motivos de trabajo y ella se muda de ciudad, por último conoce a su tercera enamorada con la cual ya llevaba cuatro meses, y en este último aniversario suceden los hechos, ella le propone a celebrare n casa de una amiga, beben licor y se inicia una discusión por celos de parte de ella, quien le reclama su falta de atención y dedicación, las horas que le dedicaba al trabajo y una conversación que ella había encontrado en el Facebook de él con otra chica. Cuando él ya se encontraba bajo efectos del alcohol y la discusión se acalora, el decide terminar la relación, momento en el cual ella le revela que lo engaña y él reacciona con rabia y refiere recordar que tomó la cartera de su enamorada y la asfixió con el asa de ésta.

Toda esta situación le causa tristeza y llanto durante un periodo de casi tres años. Refiere no poder dormir por las noches, recordando el suceso; por otro lado, la muerte de su madre es un hecho que no puede superar. Todo ello lo ha llevado a no tener deseos de superación ni ganas de salir adelante.

IV. OBERVACIONES GENERALES DE LA CONDUCTA

El paciente aparenta la edad que refiere, se muestra aseado y alineado. Presenta un estado emocional abatido por los sentimientos de culpa y tristeza que lo aquejan, suele recordar el hecho lamentable que le trajo como consecuencia su reclusión y se entristece pensando en lo que pudo haber para evitarlo y ya no puede hacer en su situación; esto a su vez le impide seguir con su vida y poder planificar nuevas cosas. El curso y contenido de lenguaje que usa es adecuado y a veces pausado dependiendo del tema que se trate. La orientación temporo-espacial, la memoria inmediata, conciencia, atención y juicio se encuentran conservados. Sin embargo, hay vacíos en la memoria mediata del paciente al tratar de relatar el episodio violento que vivió.

V. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS UTILIZADOS

- A. Observación**
- B. Entrevista personal**
- C. Test de Inteligencia No Verbal TONI – 2.**
- D. Análisis Caracterológico de René Le Senne.**
- E. Inventario Multifásico de la Personalidad.**

VI. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS

El paciente se presenta a la evaluación aseado, aparenta la edad referida, se desenvuelve adecuadamente teniendo buena predisposición para dicha evaluación. Es una persona altamente emotiva habiendo desproporción en su accionar ante los estímulos que se le presenten, su compasión, generosidad, susceptibilidad y sugestionabilidad lo hacen una persona voluble, ya que adquiere sentimientos e intereses que no son propios, llegando a pensar, sentir y desear lo de su prójimo, enajenando sus intereses. Al haber experimentado vivencias poco usuales puede estar creando sintomatologías orgánicas inexistentes. Además, revela depresión, perturbación en sus relaciones familiares y fuertes sentimientos de culpa. Es inconstante, poco

metódico e indisciplinado; suele buscar resultados inmediatos, lo que puede causar que varíe de oficio o disciplina.

VII. CONCLUSIÓN DIAGNOSTICA

Teniendo en cuenta el tiempo que el paciente ha estado recordando el crimen que cometió por el cual se encuentra recluido, las interrupciones en su sueño, durante casi tres años, la falta de motivación para poder realizar actividades que le permitan seguir adelante con su vida, el desinterés en querer mejorar y mantener relaciones interpersonales, su pesimismo constante, las desvalorizaciones constantes hacia su persona y las características que presenta su personalidad pasivo-agresiva con carácter de tipología Nervioso, se podría concluir que; hay presencia de un Trastorno Emocional de Depresión Moderada por la ausencia de pensamientos suicidas (F32.1) en combinación con el trastorno de estrés Post-traumático (F43.1).

VIII. PRONÓSTICO

- **Desfavorable**

A pesar de la buena predisposición del paciente a querer recibir un apoyo psicológico, lamentablemente en el centro penitenciario no se cuenta con el personal necesario para atender a la población que alberga, no contamos con el apoyo de la familia y de igual manera por las condiciones socio-ambientales en las que se encuentra el paciente se da este pronóstico.

IX. RECOMENDACIONES

- Se recomienda psicoterapia individual, para poder solucionar sus conflictos emocionales, sobre todo la autoestima.
- Se recomienda mejorar las habilidades de afrontamiento a las situaciones estresantes y frustrantes.
- Trabajar con la Terapia del Perdón.

Bachiller en Psicología
NAGHIVA ISABEL DEL CARPIO DEL
CARPIO

PLAN PSICOTERAPEÚTICO

I. DATOS GENERALES

- | | | |
|-----|----------------------|---|
| 1. | Nombres y apellidos | : Gustavo Y. C. |
| 2. | Edad | : 28 años |
| 3. | Sexo | : Masculino |
| 4. | Fecha de nacimiento | : 08/07/1987 |
| 5. | Lugar de nacimiento | : Arequipa |
| 6. | Grado de instrucción | : Superior Universitario Incompleto. |
| 7. | Estado civil | : Soltero |
| 8. | Ocupación | : Actualmente no pertenece a ningún taller dentro del centro penitenciario. |
| 9. | Religión | : Católico |
| 10. | Informante | : El paciente |
| 11. | Referente | : Departamento de Psicología Zona A |
| 12. | Lugar de Evaluación | : Pabellón A, Centro penitenciario – Arequipa. |
| 13. | Examinador | : Naghiva Isabel Del Carpio Del Carpio |

II. DIAGNÓSTICO

Trastorno de estrés post-traumático F43.1 y Episodio Depresivo Moderado F32.1 (CIE-10).

III. OBJETIVOS

- Reducir la mayor cantidad de sintomatología presente en el paciente a través de la terapia cognitivo-conductual, a fin de que pueda entender cómo ciertos pensamientos acerca de su trauma le causan estrés y hacen al mismo tiempo que sus síntomas empeoren.
- Enseñar al paciente la mejor manera de aprender a vivir con el pasado y afrontar en presente, cómo hacer frente a otros problemas asociados con el trastorno de estrés postraumático. Que pueda encontrar una actividad que

disfrute y pueda hacer más llevadera su permanencia en el establecimiento penitenciario.

IV. DESCRIPCIÓN DEL PLAN PSICOTERAPEÚTICO

Nro de Sesión	TÉCNICA	OBJETIVO	META
1	Entrevista inicial	Establecer el rapport con el paciente.	Poder establecer una adecuada relación de paciente- terapeuta.
2	Entrevista para la anamnesis.	Recopilar la información necesaria para la realización de la anamnesis.	Conocer la base de la formación de la personalidad del paciente.
3	Entrevista sobre la dinámica del delito por el cual es acusado.	Conocer la situación legal del paciente y cómo ésta el curso de su vida.	Entender y comprender la situación actual por la que atraviesa el paciente.
4 y 5	Evaluación Psicológica	Recopilar la información que nos permita emitir un diagnóstico respecto a las cualidades o características del paciente.	Poder relacionar las conductas y maneras de conducirse en la vida del paciente, debido a las características de personalidad que presenta.
6	Reestructuración cognitiva de Beck	Corregir los patrones de pensamientos negativos para cambiar la	Lograr que el paciente expida de sus pensamientos la anticipación negativa referente a su forma

		conducta.	de actuar para que ello no afecte la realización de sus planes y/o proyectos.
7	Terapia Racional	Erradicar los pensamientos irracionales por pensamientos racionales y constructivos respecto a los acontecimientos vividos y a los que pueda vivir a futuro.	Lograr que el paciente acepte el aquí y el ahora de su vida, trabajar mediante ejemplos o situaciones que ha pasado y que pueden volver a suceder y que la manera de reaccionar sea la idónea.
8	Terapia del perdón.	Que el paciente pueda superar los sucesos que le causan dolor y culpa.	Lograr que el paciente exprese su sentir, que se conecte emocionalmente con esas experiencias y que las integre a su vida, pero ya no siendo recuerdos dolorosos y cargados de culpa.
9	Terapia Existencial	Formular un proyecto de vida concreto y realista en los que se plantee objetivos en corto, mediano y largo plazo.	Generar expectativas positivas y que el paciente pueda tener una vida con mayor significado.

10	Terapia de Relajación	Que el paciente pueda tener un sueño reparador e ininterrumpido.	Que el paciente se pueda desenvolver mejor en sus tareas diarias sin verse afectado por el descanso inadecuado.
11	Terapia Cognitivo- Conductual	Desarrollar e incrementar habilidades sociales que le ayuden a desenvolverse mejor en su medio.	Que la forma de comunicación y su actuar sean los adecuados mejorando la relación con su entorno.
12	Solución de problemas	Incrementar las estrategias para la solución de problemas.	Que el paciente pueda enfrentarse a situaciones estresantes y tenga las estrategias necesarias para resolverlas y que no sea un generador de conflicto en él.

V. TIEMPO DE EJECUCION

Todo el plan psicoterapéutico tiene once sesiones, cada una tiene una duración de treinta a cuarenta y cinco minutos como máximo. El tiempo total es variable según el progreso del paciente.

VI. LOGROS OBTENIDOS

- 1.** Se logró que el paciente pueda establecerse en el tópico del Establecimiento Penitenciario como centro de trabajo, siendo ayudante dentro del área de dental, permaneciendo allí por más de tres meses, lo cual disfruta al ser un servicio que ayuda a los demás compañeros.
- 2.** Se aplicó la terapia de relajación, logrando que el paciente pueda dormir sin despertarse en las madrugadas, teniendo un descanso más placentero.
- 3.** En la realización de su nuevo proyecto de vida incluye estudiar la carrera de Estomatología, pidiendo información a los profesionales que laboran en esta área dentro del Establecimiento Penitenciario.

Bachiller en Psicología
NAGHIVA ISABEL DEL CARPIO
DEL CARPIO

ANEXOS

HOJA DE RESPUESTA DE RENE LE SENNE

DATOS GENERALES:

Apellidos y nombres: *YDHE COLOME GUSTAVO A.* Edad: *27*
 Año de estudios: *5to 00 Secundaria* Lugar: *E.P. Alcedo/H.*
 Fecha de evaluación: *05-00-2015* Examinador:

B	A	S	C/C	C/D	A _T	A _F	TT.
1 D..	2 N..	3 D..	4 N..	5 N..	6 D..	7 N..	8 D..
11 D..	12 N..	13 N..	14 N..	15 D..	16 N..	17 D..	18 D..
21 D..	22 D..	23 C..	24 N..	25 D..	26 D..	27 D..	28 D..
31 D..	32 N..	33 N..	34 D..	35 N..	36 N..	37 D..	38 C..
41 N..	42 D..	43 N..	44 N..	45 N..	46 N..	47 D..	48 N..
51 D..	52 N..	53 D..	54 N..	55 D..	56 N..	57 D..	58 D..
61 D..	62 D..	63 N..	64 D..	65 N..	66 D..	67 D..	68 D..
71 D..	72 N..	73 N..	74 N..	75 D..	76 D..	77 D..	78 D..
81 D..	82 N..	83 P..	84 N..	85 D..	86 N..	87 N..	88 N..
91 D..	92 D..	93 N..	94 N..	95 D..	96 N..	97 P..	98 D..
90	40	35	20	8C	40	80	75

DIAGNOSTICO: E N A P Estilo Técnico Matemático Afectivo Comportivo

Fórmula: *EPA P*.....

Fórmula:

Tipo: *Nerviosos*.....

Sub tipo:

Aspectos complementarios:

Aspectos tendenciales positivos: Persona inclinada a lo bonito y compasivo, sumamente generoso, sabe ser diplomática y obediente con quienes aprecia, es muy util para consolar a los abatidos, posee un gusto exquisito para intuir el gusto y el mensaje de otros artistas.

Aspectos tendenciales negativos: Una de sus principales debilidades es su exagerada susceptibilidad, es impaciente y temerario de todo lo que no es esfuerzo y disciplina metódica, rápidamente cambia de parecer y de opiniones.

Normas autoeducativas: Necesita dominar su imaginación, debe de insistir en la objetividad de sus juicios, debe dominar su emotividad, tener una actitud seca y severa en ella todo su empeño, evadir lecturas que lo reflen, y que no extiendan su imaginación, debe encauzar su generosidad, sensibilidad y dulzura.

INVENTARIO MULTIFÁSICO DE PERSONALIDAD (MMPI)
MINI MULT
(Hoja de Respuesta)

Nombres y apellidos: G.A.Y.C.

Edad:

Estado Civil:

Grado de Instrucción:

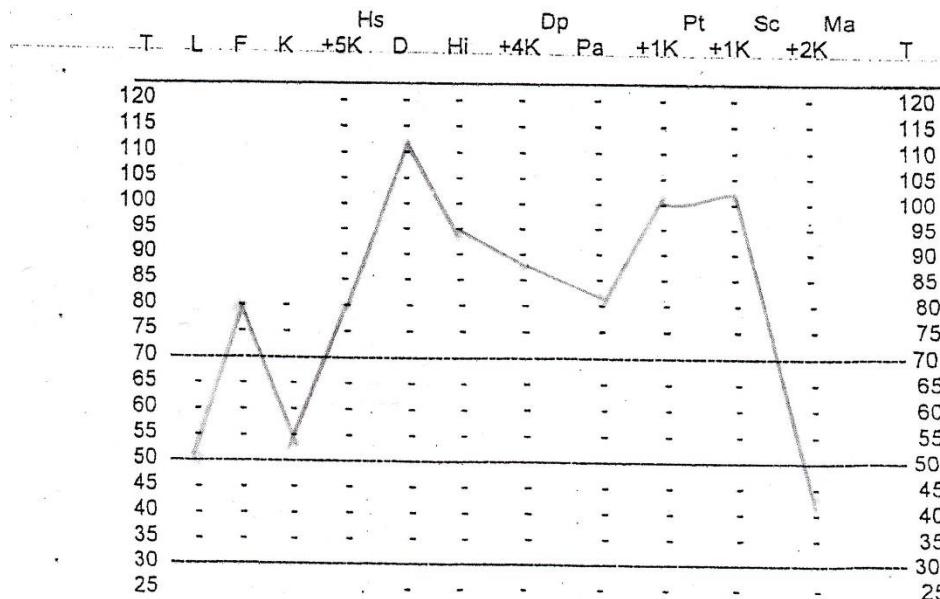
Ocupación:

Fecha de examen:

1. V F	13. V F	25. V F	37. V F	49. V F	61. V F
2. V F	14. V F	26. V F	38. V F	50. V F	62. V F
3. V F	15. V F	27. V F	39. V F	51. V F	63. V F
4. V F	16. V F	28. V F	40. V F	52. V F	64. V F
5. V F	17. V F	29. V F	41. V F	53. V F	65. V F
6. V F	18. V F	30. V F	42. V F	54. V F	66. V F
7. V F	19. V F	31. V F	43. V F	55. V F	67. V F
8. V F	20. V F	32. V F	44. V F	56. V F	68. V F
9. V F	21. V F	33. V F	45. V F	57. V F	69. V F
10. V F	22. V F	34. V F	46. V F	58. V F	70. V F
11. V F	23. V F	35. V F	47. V F	59. V F	71. V F
12. V F	24. V F	36. V F	48. V F	60. V F	

	L	F	K	Hs +5K	D	Hi	Dp +4K	Pa	Pt +1K	Sc +1K	Ma +2K
Puntaje Directo	4	7	6	7	16	19	11	7	14	12	2
Puntaje Equivalente	4	12	14	16	52	50	28	12	24	35	11
Añadir K				7			6		14	14	3
Puntaje Directo Corregido	4	13	14	23	48	40	37	12	18	49	14
Puntaje T	50	60	53	50	10	92	46	46	101	101	93

DIAGNÓSTICO: Persona Emocionalmente Instable o Párvulo Agresivo Demente



CASO CLINICO 2

ANAMNESIS

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y apellidos	: Y.E.A.A
2. Edad	: 16 años
3. Sexo	: Femenino
4. Fecha de nacimiento	: 19 de Agosto del 2001
5. Lugar de nacimiento	: Arequipa
6. Grado de instrucción	: 5to de secundaria
7. Estado civil	: Soltera
8. Procedencia	: Arequipa
9. Ocupación	: Estudiante
10. Religión	: Católica
11. Referente	: La madre
12. Lugar de evaluación	: Consultorio psicológico
13. Examinadora	: Jheily Karol Ojeda Montes

II. MOTIVO DE CONSULTA

La paciente acude a consulta acompañada de su madre, ya que ésta le replica demasiado sobre la dieta estricta que está llevando para poder bajar de peso, además que insiste en que ella debe alimentarse, sin considerar excesivamente las calorías que consume, a lo que Y.E.A.A. indica que lo hace porque se siente “gorda” y esto truncaría sus sueños de ser modelo.

III. PROBLEMA ACTUAL

Y.E.A.A. considera que tiene muchos conflictos con su madre, porque se resiste a consumir los alimentos que su madre le insiste, sin tomar en cuenta que para ella la información nutricional de cada alimento es importante, ya que desde hace cuatro meses notó que estaba “gorda” y esto truncaría su sueño de ser modelo, por ello decidió dejar de consumir papa, arroz, fideos, pan, tortas y otros productos por contener 250 calorías por cada 100 gramos de peso aproximado.

La madre considera que Y.E.A.A. se venía alimentando bien, pero estos cambios de alimentación han coincidido con la rotación de horario en su centro de trabajo, donde se desempeña como enfermera y por esto ha reducido su permanencia en su hogar y horas de acompañamiento con su hija. Además la abuela de la menor, es una persona de tercera edad, que no puede estar al tanto de lo que la adolescente come o deja de comer. Así mismo, la madre indica que su menor hija no tiene antecedentes clínicos de problemas con la alimentación ni trastornos psicóticos.

Y.E.A.A., indica que en su centro de estudios observó que todas sus compañeras son más delgadas que ella, por lo que siente que necesita bajar de peso para sentirse aceptada dentro de su entorno social; es así que decidió también ir al Gimnasio para reducir su abdomen, brazos, piernas y glúteos, deseando querer ser como las modelos que ella admira de televisión, refiriendo que son amadas y admiradas por todos.

Al indagar sobre la dinámica familiar, Y.E.A.A. refirió que su padre se fue de la casa por culpa de ella, puesto que en una discusión que su madre tuvo con él, escuchó que su padre no la quería por ser como era, entendiendo que era “gorda” y negando lo que refiere la madre, que él deseaba tener un hijo varón, así mismo indicó que su ex enamorado la dejó por su mejor amiga, al ser esta última, una chica “delgada y esbelta”, según su criterio; aunque él no le diera explicaciones del porque terminaron, llegando a sentirse sola en algunos momentos del día.

Respecto a este problema la adolescente indica sentirse mal, llorando constantemente y durmiendo menos horas, por todo lo que pasó, ya que si hubiera sido delgada, ni su padre, ni su ex enamorado se hubieran alejado de ella. Por esto, es que decide tener “el cuerpo perfecto”, además de poner énfasis en que desea ser “una modelo”, para ser admirada y amada por su padre, ex enamorado y medio social.

IV. ANTECEDENTES PERSONALES

Etapa prenatal: Según refiere la madre, el periodo de gestación fue normal, con duración de nueve meses, asistencia permanente a controles, durante la gestación no consumió alcohol y tenía muchos cuidados en su alimentación; en un inicio ambos padres deseaban tener un hijo y anhelaban que sea varón, pero después no importaba mucho el sexo, aparentemente para el padre, sino que nazca bien. También informa la madre que siempre recibió ayuda de su pareja, tanto económica como emocionalmente hasta su separación.

Etapa postnatal: La adolescente nació de parto natural, la madre fue atendida por un médico, sin presencia de complicaciones, su peso al nacer fue 3.200 kilos y una medida de 49 centímetros. La madre proporcionó lactancia materna hasta los 11 meses de edad, ya que debido a su ingreso a un nuevo trabajo tuvo que dejar a la niña a cargo de la abuela.

Desarrollo psicomotor: Respecto a su desarrollo y crecimiento psicomotor, no presentó displasia en las caderas, ni pie plano, caminó al año y dos meses de edad, se desplazaba y andaba sin inconvenientes; utiliza preferencialmente la mano derecha para todas sus actividades.

Desarrollo del lenguaje: En el desarrollo del lenguaje, la adolescente presentó algunas dificultades en cuanto a la pronunciación de la letra “r” y “s”; la madre indica que posteriormente la llevaron a estimulación y controles para su tratamiento empezando a hablar fluidamente a los 3 años.

Desarrollo visual y auditivo: En el área visual, su desarrollo fue normal hasta los trece años, donde la menor indicó sentir molestia como cansancio al leer y lagrimeo al estar frente a la computadora, siendo llevada al oftalmólogo, dándole lentes de descanso. Así mismo, en cuanto al desarrollo auditivo no presenta dificultad alguna.

Control de esfínteres: Comienza a controlar sus esfínteres a la edad de dos años.

Sueño: durante su infancia y niñez su sueño era regularmente de 8 a 10 horas diarias sin inconvenientes, pero, en tanto surgen problemas, se presentan alteraciones del sueño como insomnio, pesadillas no recurrentes, donde sus padres la abandonan, así mismo la adolescente antes de dormir siente ganas llorar al recordar las vivencias que tuvo junto a su padre y ex enamorado.

Etapa escolar: A los 4 años de edad, ingresa al jardín demostrando agrado de asistir al mismo y sin inconvenientes. A la edad de 6 años ingresa al colegio primario, relacionándose adecuadamente con sus compañeros y profesores, no repitió de año, siendo una alumna promedio, mostró agrado por el curso matemática, tuvo buenas amigas con las cuales disfrutaba sus paseos por el día del estudiante; ingreso a un nuevo colegio para su secundaria a los 12 años de edad, el cual estaba lejos de su casa, por lo que sintió miedo al no conocer a nadie y sentirse sola los primeros días, posterior a ello entabló relaciones de amistad basadas en sus gustos por la moda y salidas al cine; esto perdió hasta 5º de secundaria, donde se enamoró por primera vez de un nuevo compañero de su misma aula, el cual hizo que se alejara de algunas de sus amigas y tenga nuevas amistades relacionadas a él; estas nuevas amistades criticaban su aspecto físico de manera constante, lo que la llevó a pensar que el término de su relación se dio por ello, ya que su nueva mejor amiga, que era delgada y esbelta, según su criterio, terminó siendo la nueva enamorada de su ex pareja. Todo ello, más los problemas en su hogar, la llevó a no querer seguir asistiendo a clases y tomar la decisión de bajar de peso para ser “modelo”, pero continuó yendo al colegio por insistencia de su madre.

Desarrollo y función sexual: Durante los 2 primeros años de vida, el padre vestía como niño a Y.E.A.A. con pantalones y camisas; a la edad de 3 años, ella comienza a rechazar cierto tipo y color de ropa que el padre le

compraba, ya que, ella deseaba verse como una princesa Disney, con vestidos, lo cual fue apoyado por su madre y no muy bien visto pero si aceptado por su padre, hasta el inicio de su adolescencia, donde ella toma decisiones propias de su vestir sin esperar aceptación de sus padres.

Su primer relación amorosa se da a la edad de 16 años (actualmente), con una duración aproximada de 3 meses, sin llegar a tener intimidad sexual con él, dicha relación terminó de manera abrupta, ya que su enamorado, que también era compañero de estudios, la engaño con su mejor amiga, quien a criterio de Y.E.A.A. era flaca y esbelta; esto la llevo a pensar que su físico fue el motivo del término de la relación, aunque no hubo explicación por parte de su ex enamorado de ello.

Actualmente ella mantiene buenas relaciones con el sexo opuesto, sean amigos cercanos a su casa y familia.

Sociabilidad: Desde la edad de 2 años acudió a eventos infantiles, acompañada de su abuela materna, ya que su madre y padre trabajaban, así mismo durante su época escolar acudió a cumpleaños de compañeras y compañeros de clase, paseos y toda actividad social que se presentara donde su abuela pudiera llevarla.

Al inicio de su adolescencia, ella decide no acudir a las fiestas de sus compañeras o compañeros de su nuevo colegio, por temor a no sentirse aceptada. Pero a pesar de ello solo acudía a los cumpleaños de sus amigos de infancia; sin embargo a mediados del 1º de secundaria ella comienza a relacionarse mejor y tener mejores amistades con sus nuevos compañeros, acudiendo con ellos al cine, reuniones por cumpleaños y paseos acompañados siempre por los padres de alguno de ellos.

A partir del inicio de su relación, ella evita reunirse con sus amigas y comienza a ir a las reuniones con los amigos y amigas de su enamorado, donde el principal tema de conversación era quien tenía más cosas, mejores

familias y cuánto tiempo invertían en el cuidado de su cuerpo y dietas estrictas para bajar de peso; es allí donde ella conoce a su nueva mejor amiga quien insistentemente, a través de las redes sociales le facilitaba dietas y grupos de ayuda para bajar de peso y tener la figura “ideal”.

Al término de su relación amorosa, ella indica haberse sentido sola, ya que se quedó sin amigas, que eran amistades de su ex enamorado; así mismo la separación de sus padres le afectó tanto que decide cambiar su físico, como le decían las amigas de su ex pareja, para que todas las personas que se alejaron de ella regresen a su lado.

Actualmente ella se encuentra tratando de retomar la amistad con sus 2 mejores amigas (una de primaria y la otra de secundaria), de quienes se apartó a raíz de su relación amorosa, pero no teniendo éxito, ya que ellas insisten que no está bien la dieta estricta que lleva, sintiéndose incomoda por ello y no logrando compartir sus sueños y anhelos.

Recreación: Su forma de distraerse en casa es viendo programas de moda y desfiles de pasarela en internet, además de ser parte de grupos en las redes sociales, donde se comparten dietas y ejercicios para bajar de peso, así mismo le agrada salir a correr e ir al gimnasio, escuchando la música que le gusta.

Alimentación: Desde los primeros meses de vida, Y.E.A.A. mantuvo buen apetito y gusto por la leche materna hasta los 11 meses de edad, donde se le retira dicho alimento por el trabajo de la madre. A partir de allí es que Y.E.A.A. comienza a alimentarse únicamente con papillas y fruta, teniendo un agrado especial por la granadilla. Desde los 4 años de edad, comienza a sentir mayor agrado por la fresa, mandarina y sobre todo, los panes untados con mermelada.

Al inicio de su adolescencia consume con mayor frecuencia pollo, carne de res, cereales, panes, yogur, agua de linaza y fruta en general.

A mediados de 5º de secundaria, comienza a racionalizar notablemente su alimentación, observando detenidamente las calorías que consumía y la cantidad de agua que tomaba al día. Dejando de lado los panes, tortas, cereales, carne, frutas como la fresa, el mango, y consumiendo mayormente piña y papaya durante su desayuno, así mismo en el almuerzo solo deseaba comer pollo hervido de las sopas que podía haber cocinado su abuela materna, de lo contrario solo pan integral, y para la cena un vaso de yogurt dietético.

Religión: Y.E.A.A. es muy apagada a la religión, puesto que su formación escolar fue dada en un colegio religioso de primaria a secundaria, siendo su religión católica.

Enfermedades y accidentes: Se enfermó de varicela a la edad de 5 años, teniendo 5 erupciones cutáneas, no presentando fiebres altas. Así mismo indica que no tuvo accidentes más que caídas por sus juegos.

Antecedentes familiares:

Composición familiar: En relación al ámbito familiar, la adolescente pertenece a una familia conformada por su madre de 41 años de edad y abuela materna de 66 años de edad, siendo única hija, dependiendo económica y emocionalmente de ellas. Actualmente la adolescente vive con su madre, puesto que por la separación de sus padres hace aproximadamente 4 meses, la madre queda a cargo de la menor.

El motivo de separación de los padres de Y.E.A.A., se dio por la falta de compresión y celos constantes por parte del padre, y al deseo de tener un hijo varón, a lo que la madre de Y.E.A.A. se negaba por no contar con tiempo suficiente debido a su trabajo, además que ya no tenía edad ni paciencia, según refiere, para la crianza de un nuevo hijo. Todo ello llevo al padre de la adolescente a tener una relación fuera del matrimonio, siendo descubierto por su esposa.

Todos los problemas ocurridos entre sus padres, no fueron contados desde el principio a Y.E.A.A., para evitarle conflictos con ambos progenitores.

Dinámica familiar: La madre de Y.E.A.A. se muestra como una persona fuerte y comprensiva, el padre tiene poca comunicación con la adolescente, mostrándose a menudo distante y poco interesado en ella. Y.E.A.A. muestra más apego a la abuela materna, puesto que con ella es con quien pasa más tiempo, pero las relaciones con su mamá son regularmente buenas, teniendo una adecuada comunicación durante el tiempo que la madre se encuentra en el hogar, pero Y.E.A.A. evita conversar sobre su deseo de volver con su ex enamorado y que su padre regrese a su lado, por lo que madre ignora dichos deseos.

Nivel socioeconómico: La madre de la adolescente trabaja como enfermera en una clínica particular, el padre de la menor a través de un juicio por alimentos, le pasa alrededor de 950 soles al mes. La familia cuenta con un ingreso aproximado de 3000 soles al mes. La vivienda es propia, de material noble, de dos pisos, con 9 ambientes, y cuenta con los servicios básicos.

Personalidad: Y.E.A.A. se muestra como una persona bondadosa, alegre, de pocas amistades y sensible, en algunas ocasiones tiende a desanimarse cuando las cosas no resultan como ella esperaba, llegando a subestimar sus cualidades y sintiéndose indecisa al tomar decisiones. Ella piensa que las personas más importantes en su vida, se alejaron de su lado por estar “gorda” y no por problemas familiares, en el caso de su padre, y la indecisión de su ex enamorado al terminar la relación para estar con su mejor amiga.

V. RESUMEN

El periodo de gestación fue normal, con permanentes controles y deseada solo por la madre, ya que el padre quería que sea varón y no mujer. Nació de parto natural sin complicaciones.

De acuerdo a su desarrollo y funciones visuales, auditivas y motrices se infiere que son apropiadas, no requiriendo de atención especial. Sin embargo en el desarrollo de su lenguaje muestra cierta dificultad con las letras “r” y “s”, siendo llevada a terapia para superar dicho problema a las 3 años de edad.

Sus relaciones sociales fueron apropiadas hasta que comenzó su relación amorosa, alejándose de antiguas amistades para conocer a nuevas personas, que la llevaron a pensar que lo más importante es solo el aspecto físico y estar delgada para ser admirada y obtener lo que deseaba.

Desde hace cuatro meses atrás, debido a la separación de sus padres y el término de su relación amorosa, la adolescente, presenta problemas de sueño como insomnio, pesadillas no recurrentes donde los padres la abandonan y deseos de llorar al recordar vivencias con su padre y ex enamorado. Además de tomar la decisión de bajar de peso, midiendo las calorías que consumía por cada alimento e ir al gimnasio para lograr el cuerpo “ideal” que ella deseaba, y así pensaba que su padre y enamorado regresarían a su lado.

EXAMEN MENTAL

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y apellidos	: Y.E.A.A
2. Edad	: 16 años
3. Sexo	: Femenino
4. Fecha de nacimiento	: 19 de Agosto del 2001
5. Lugar de nacimiento	: Arequipa
6. Grado de instrucción	: 5to de secundaria
7. Estado civil	: Soltera
8. Procedencia	: Arequipa
9. Ocupación	: Estudiante
10. Religión	: Católica
11. Referente	: La madre
12. Lugar de evaluación	: Consultorio psicológico
13. Examinadora	: Jheily Karol Ojeda Montes

II. ACTITUD, PORTE Y COMPORTAMIENTO

Paciente que aparenta la edad referida, tiene cabello castaño y largo, tez clara y ojos morrones claros. La adolescente exhibe una buena impresión ya que se presenta limpia, aseada y adecuadamente vestida. Usa lentes de descanso.

Su postura corporal es algo encorvada por su bajo peso y su alta estatura, durante la evaluación se mostró ansiosa al inicio, pero al transcurrir el tiempo su conducta iba cambiando mostrándose con mayor apertura al diálogo y colaboradora, respondiendo a las preguntas como se indicaba, no habiendo necesidad de repetir las instrucciones.

Su expresión facial denota nerviosismo por lo que observa a su alrededor, su tono de voz es moderado, y mantiene contacto visual con la evaluadora.

III. CONCIENCIA, ATENCIÓN Y ORIENTACIÓN

La adolescente se encuentra lúcida y en estado de alerta, es decir es capaz de mantener una conversación y responder de manera acertada. Presta atención a las preguntas que se le hace; al transcurso de las evaluaciones su conducta era más desenvuelta y colaboradora.

Se encuentra orientada en tiempo, espacio y persona, expresa un conocimiento errado de sí misma, sintiéndose y viéndose “gorda”, pero adecuado del medio que la rodea, donde ser extremadamente delgada es sinónimo de belleza.

IV. CURSO DEL LENGUAJE

Su lenguaje expresivo es coherente, claro, de tono moderado, de velocidad normal y no tiene dificultades para expresarse de manera espontánea. Su lenguaje receptivo se encuentra conservado con una adecuada comprensión del lenguaje oral al inicio y al final de la evaluación.

V. PENSAMIENTO

El curso de su pensamiento es normal, ya que agrupa sus ideas correctamente, en cuanto a su contenido tiene pensamientos “de ser siempre la mejor”, así que “debe mejorar su figura”. Además tiene pensamientos negativos relacionados al temor de subir de peso o que no logre tener la figura deseada, que su padre y ex enamorado no regresen a su lado por estar “gorda”.

VI. PERCEPCIÓN

Presenta alteraciones perceptivas y visuales, ya que ella manifiesta sentirse y verse gorda, además su percepción de la belleza, se centra en estar delgada y ser admirada por su entorno; en cuanto a la audición, tacto o de alguna otra modalidad no presenta alteraciones.

VII. MEMORIA

Su memoria reciente y remota se encuentra conservada, con una adecuada retención y evocación de la información. Manifiesta de manera precisa la forma en que su padre se expresó de ella en una discusión que tuvo con su madre, además de la separación de sus padres hace 4 meses atrás y el final de una relación amorosa hace 3 meses atrás.

VIII. FUNCIONAMIENTO INTELECTUAL

Su funcionamiento intelectual es acorde a su nivel de instrucción. Su lectura es fluida y muestra capacidad para resolver problemas frente a distintas situaciones.

IX. ESTADO DE ÁNIMO Y AFECTOS

Al inicio de la evaluación, la adolescente se mostraba muy tímida, tranquila y callada, pero al transcurso, su estado de ánimo cambió, mostrándose más desinhibida y segura de su participación. Existe concordancia entre lo que dice y su expresión facial, tiene sentimientos de superación, le molesta que le llamen la atención, encerrándose en su cuarto, así mismo se pone triste al recordar la separación de sus padres y el fin de su relación amorosa.

X. COMPRENSIÓN Y GRADO DE INCAPACIDAD DE LA ENFERMEDAD

En cuanto al problema de percepción de estar gorda, la adolescente, al inicio de las entrevistas no reconocía tenerlo, pero con el transcurso de las sesiones aceptó tener un problema por la gran tristeza que sintió cuando sus padres se separaron hace 4 meses, sintiéndose culpable de dicha separación, por no ser como su padre deseaba, además de manifestar que con el fin de su relación amorosa por infidelidad hace 3 meses, hizo que ella quisiera ser una mujer bella y admirada por su entorno social, ya que ella sentía que las personas que quería se alejaban de su lado por su físico.

XI. RESUMEN

Paciente que aparenta la edad referida, exhibe una buena impresión, su postura corporal es algo encorvada por su bajo peso y su alta estatura, durante la evaluación se mostró ansiosa, pero al transcurrir el tiempo su conducta iba cambiando mostrándose con mayor apertura al diálogo y colaboradora respondiendo a las preguntas como se indicaba. Se encuentra orientada en tiempo, espacio y persona, su lenguaje expresivo es coherente, claro, con un tono de voz moderado, de velocidad normal y no tiene dificultades para expresarse de manera espontánea. Su lenguaje receptivo se encuentra conservado con una adecuada comprensión del lenguaje oral al inicio y al final de la evaluación, mantiene contacto visual durante las conversaciones.

El curso de su pensamiento es normal, puesto que agrupa sus ideas correctamente, en cuanto a su contenido piensa que “debe mejorar su figura”, teniendo pensamientos negativos relacionados al temor de no lograr tener la figura deseada y que ni su padre, ni su ex enamorado regresen a su lado por estar “gorda”. Su memoria reciente como remota se encuentran conservadas, con una adecuada retención y evocación de la información.

Al inicio de las entrevistas, la adolescente, no reconocía tener un problema de percepción sobre su contextura corporal, pero con el transcurso de las sesiones terminó aceptando tener un problema por la gran tristeza que sintió cuando sus padres se separaron hace 4 meses, sintiéndose culpable de dicha separación, y por el término de su relación hace 3 meses atrás, lo que hizo que ella quisiera ser una mujer bella y admirada, ya que sentía que las personas que quería se alejaban de su lado por su físico.

INFORME PSICOMÉTRICO

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y apellidos	: Y.E.A.A
2. Edad	: 16 años
3. Sexo	: Femenino
4. Fecha de nacimiento	: 19 de Agosto del 2001
5. Lugar de nacimiento	: Arequipa
6. Grado de instrucción	: 5to de secundaria
7. Estado civil	: Soltera
8. Procedencia	: Arequipa
9. Ocupación	: Estudiante
10. Religión	: Católica
11. Referente	: La madre
12. Lugar de evaluación	: Consultorio psicológico
13. Examinadora	: Jheily Karol Ojeda Montes

I. OBSERVACIONES GENERALES

Y.E.A.A es una adolescente de 16 años que aparenta la edad referida, exhibe una buena impresión, ya que se presenta limpia y adecuadamente vestida. Se encuentra lucida y atenta a las preguntas, orientado en persona espacio y tiempo. Su lenguaje es coherente, claro de tono moderado, de velocidad normal.

Se le observa algo callada al inicio de la evaluación pero su conducta cambia al transcurrir esta, mostrándose más confiada y desinhibida con la evaluadora, además de prestar atención a las indicaciones no siendo necesario repetirlas.

II. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

A. Pruebas psicológicas

- Programa preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación (PICTA)
- Escala de Zung – depresión.
- Test de la figura humana
- Análisis Caracterológico de RENE LE SENNE.

III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

A. Programa preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación (PICTA)

Interpretación cualitativa

• “Test de siluetas de imagen corporal”

La evaluada en cuanto a las 11 preguntas que se le realizaron, observa como normal e ideal a las figuras 4 - 5 en varones y 2 - 3 en mujeres, demostrando así, que ella percibe como un cuerpo normal e ideal a una mujer de silueta muy delgada.

• “Tu si, tu no”

La evaluada manifestó que los prejuicios de su entorno social, los medios de comunicación y las redes sociales, atribuyen adjetivos a las personas “delgadas” y “gordas”, donde ella reconoce que una persona delgada es: “con cuerpo proporcionado, extrovertida, simpática, astuta, con éxito en la vida, contenta con su imagen, feliz, atractiva y buena deportista”; así mismo ella manifestó que deseaba ser delgada para ser calificada de la misma forma y así ser admirada y querida por su padre y ex enamorado.

- “Escala de satisfacción de zonas corporales”

La evaluada en cuanto a la escala de satisfacción de su cuerpo manifestó sentir menos satisfacción corporal en su torso superior, inferior y otros; además de prestar mayor importancia a su abdomen, cintura, piernas y glúteos con respecto a su figura corporal.

- “¿Qué pasa con mis emociones?”

La evaluada durante la prueba se mostró un tanto afligida al reconocer que tenía sentimientos y emociones negativos en ella como envidia, celos, insatisfacción, tristeza, inseguridad y soledad, donde al finalizar contó cuál era el verdadero problema por el que había pasado y porque tomó la decisión de ir al gimnasio y a restringirse alimentos para bajar de peso.

INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los resultados obtenidos, se infiere que Y.E.A.A., percibe como un cuerpo ideal, que le gustaría tener, a una persona muy delgada; además, desea ser reconocida como una persona extrovertida, simpática y astuta por su entorno social; así mismo reconoce sentirse insatisfecha con alguna de sus zonas corporales.

Todo esto, se dio a causa de la inseguridad y soledad que sentía por la separación de sus padres y el término de su relación amorosa, lo que la llevo a sentirse insegura de ella misma, buscando el agrado de su entorno y pensando que si bajaba de peso su padre y enamorado regresarían junto a ella.

B. Escala de Zung – Depresión

Según la Escala de Zung – Depresión, la adolescente obtuvo un puntaje de 56 puntos.

Índice de valoración de depresión Zung

INDICE	INTERPRETACION
Menos de 50	Dentro de límites normales
50 – 59	Depresión leve moderada
60 – 69	Depresión moderada intensa
70 a mas	Depresión intensa

INTERPRETACIÓN

Los resultados obtenidos indican que Y.E.A.A. se encontraría pasando por una depresión leve moderada, que se manifiesta con pérdida de la confianza en sí misma, ideas de culpa, pérdida aparente del apetito, además acompañado de un comportamiento histriónico por bajar de peso y tener la figura de una modelo, siendo admirada y querida por su padre, ex enamorado y entorno social.

C. Test de la figura humana

Según los resultados obtenidos mediante el test de la figura humana, al finalizar la evaluación; de acuerdo al plano gráfico, el tamaño es normal, lo que indicaría que actualmente ella se encuentra relativamente feliz con el tiempo actual que vive, pero no satisface del todo sus expectativas de vida que le está tocando vivir; respecto a la situación en la página se encuentra centrado pero a la izquierda, mostrando así cierta dependencia materna, en este caso a la abuela y la madre, la forma del trazo en su mayor parte son curvas, lo que indicaría que es una persona sensible; con respecto al plano formal, la paciente dibujo en último lugar los rasgos faciales, mostrando así cierta superficialidad, por otras características del dibujo se infiere que la adolescente busca aparentar ya que sabe o admite que tiene problemas; así mismo la figura nos muestra que la adolescente no se encuentra conforme con su propio cuerpo, ya que tiene un conflicto entre su medio externo e interno, además se infiere que se encuentra atravesando por un momento

conflictivo para ella, pero se muestra optimista ante las situaciones que se le irán presentando.

De acuerdo a su personalidad, Y.E.A.A. sería una persona sensible a la opinión social, superficial, insegura, muy rígida en su entorno social y buscando simpatía forzada de los demás.

D. Análisis Caracterológico de RENE LE SENNE

Análisis cuantitativo

E	AS	C/C	C/D	Av	Ar	Af	TT
95	40	65	30	30	60	85	10

Análisis cualitativo

De acuerdo a los resultados obtenidos, en la adolescente predomina el tipo “sentimental”. Por lo que, sus aspectos tendenciales positivos evidencian que sobresale en la bondad, no es cruel, es humilde, propensa a ayudar a los demás, posee una gran sensibilidad, es fiel a sus amistades, que son pocas, además que es muy indecisa con respecto a sus sentimientos; así mismo los aspectos tendenciales negativos muestran que tiende al desánimo, subestima sus cualidades, lo que la lleva al pesimismo, además existe peligro de soberbia interior por sentirse inferior con respecto a los otros y que tiene ciertas dificultades para perdonar.

IV. RESUMEN

Según el Programa preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación (PICTA), Y.E.A.A. manifestó que la figura ideal para la mujer era la figura 2 o 3, así mismo reconoció los prejuicios que tiene con respecto a la figura ideal de su cuerpo es dada por su entorno social, medios de comunicación y redes sociales, también identificó las partes de su cuerpo le desagradan más, pero cuando se le evaluó sobre sus emociones y

sentimientos fue que reconoció su verdadero problema, siendo este la separación de sus padres y más el final de su relación con su ex enamorado, llorando frecuente por los acontecimientos vividos.

Al evaluarla con la Escala de Zung – Depresión dio como resultado que la adolescente tiene pérdida de la confianza en sí misma, ideas de culpa, pérdida del apetito, además acompañado de un comportamiento histriónico por bajar de peso y tener la figura de una modelo y así poder tener la atención de su padre y de su ex enamorado.

En la evaluación proyectiva nos da referencia de como ella se ve a sí misma erróneamente con respecto a su cuerpo y la dependencia que tiene hacia su madre y abuela, además de ciertos rasgos de su personalidad, que al confrontarlo con el test caracterológico de Rene Le Senne, dio como resultado que ella tiene cierta subestimación de ella misma, con sentimientos de desánimo, indecisión; siendo de tipo “sentimental”.

DIAGNOSTICO

De acuerdo a los resultados, Y.E.A.A. estaría pasando por un cuadro depresivo leve moderado, enmascarado por una anorexia nerviosa.

Según el CIE-10, la depresión leve moderada (F32.1) tiene como síntomas principales la pérdida de apetito, pérdida de peso en el último mes, debe tener una duración al menos de dos semanas, pérdida de confianza en sí mismo, alteración del sueño. Así mismos la anorexia nerviosa (F50.0) tiene como características principales el deseo incontrolable de delgadez, rechazo a mantener el peso mínimo corporal normal, miedo intenso a ganar peso, restricción alimentaria, conductas de evitación de la comida y ejercicio físico.

INFORME PSICOLÓGICO

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y apellidos	: Y.E.A.A
2. Edad	: 16 años
3. Sexo	: Femenino
4. Fecha de nacimiento	: 19 de Agosto del 2001
5. Lugar de nacimiento	: Arequipa
6. Grado de instrucción	: 5to de secundaria
7. Estado civil	: Soltera
8. Procedencia	: Arequipa
9. Ocupación	: Estudiante
10. Religión	: Católica
11. Referente	: La madre
12. Lugar de evaluación	: Consultorio psicológico
13. Examinadora	: Jheily Karol Ojeda Montes

II. MOTIVO DE CONSULTA

La paciente acude a consulta acompañada de su madre, ya que ésta le replica demasiado sobre la dieta estricta que está llevando para poder bajar de peso, además que insiste en que ella debe alimentarse, sin considerar excesivamente las calorías que consume, a lo que Y.E.A.A. indica que lo hace porque se siente “gorda” y esto truncaría sus sueños de ser modelo.

III. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- A. Observación
- B. Entrevista
- C. Pruebas psicológicas
 - Programa preventivo sobre imagen corporal y trastornos de la alimentación (PICTA)
 - Escala de Zung – depresión.

- Test de la figura humana
- Análisis Caracterológico de RENE LE SENNE.

IV. ANTECEDENTES PERSONALES Y FAMILIARES

Y.E.A.A es una adolescente de 16 años que aparenta la edad referida, exhibe una buena impresión, ya que se presenta limpia y adecuadamente vestida.

Se encuentra lúcida y atenta a las preguntas, orientada en persona espacio y tiempo. Su lenguaje es coherente, claro de tono moderado, de velocidad normal.

Se le observa algo callada al inicio de la evaluación pero su conducta cambia al transcurrir esta, mostrándose más confiada y desinhibida con la evaluadora, además de prestar atención a las indicaciones, no siendo necesario repetirlas.

ANTECEDENTES PERSONALES Y FAMILIARES

Durante su etapa pre y post natal, la madre indica que el periodo de gestación fue normal, con duración de nueve meses, asistencia permanente a controles, durante la gestación no consumió alcohol y tenía muchos cuidados en su alimentación; en un inicio ambos padres deseaban tener un hijo y anhelaban que sea varón, pero después no importaba mucho el sexo, aparentemente para el padre, sino que nazca bien. También informa la madre que siempre recibió ayuda de su pareja, tanto económica como emocionalmente hasta su separación. Y.E.A.A. nació de parto natural, la madre fue atendida por un médico, sin presencia de complicaciones, su peso al nacer fue 3.200 kilos y una medida de 49 centímetros. No presentó displasia, ni pie plano. La madre proporcionó lactancia materna hasta los 11 meses de edad, ya que debido a su ingreso a un nuevo trabajo tuvo que dejar a la niña a cargo de la abuela. Caminó al año y dos meses de edad, se desplazaba y andaba sin inconvenientes; utiliza preferencialmente la mano derecha para todas sus actividades.

Desde la edad de 2 años acudió a eventos infantiles, acompañada de su abuela materna, ya que su madre y padre trabajaban, donde iba vestida como le parecía a su padre, pero a partir de los 3 años edad, ella comienza a rechazar cierto tipo y color de ropa, lo cual fue apoyado por su madre pero no bien visto por su padre más si llegó a aceptarlo. Así mismo Y.E.A.A. fue llevada a estimulación temprana por el problema que tenía con la letra “r” y “s”, empezando a hablar fluidamente ese mismo año. No presento mayores complicaciones con su desarrollo.

Durante su infancia y niñez su sueño era regularmente de 8 a 10 horas diarias sin inconvenientes, pero, en tanto surgen problemas, se presentan alteraciones del sueño como insomnio, pesadillas no recurrentes, donde sus padres la abandonan.

A los 4 años de edad, ingresa al jardín demostrando agrado de asistir al mismo y sin inconvenientes. A la edad de 6 años ingresa al colegio primario, relacionándose adecuadamente con sus compañeros y profesores, no repitió de año, siendo una alumna promedio, mostró agrado por el curso matemática, tuvo buenas amigas con quienes acudía a cumpleaños de compañeras y compañeros de clase, paseos y toda actividad social que se presentara donde su abuela pudiera llevarla. Ingresó a un nuevo colegio para su secundaria a los 12 años de edad, el cual estaba lejos de su casa, por lo que sintió miedo al no conocer a nadie y sentirse sola los primeros días, posterior a ello entabló relaciones de amistad basadas en sus gustos por la moda y salidas al cine; esto perdió hasta 5º de secundaria, donde se enamoró y mantuvo una relación amorosa por primera vez con un nuevo compañero de su misma aula, teniendo una duración aproximada de 3 meses sin llegar a la intimidad sexual.

A partir del inicio de su relación, ella evita reunirse con sus amigas y comienza a ir a las reuniones con los amigos y amigas de su enamorado,

donde el principal tema de conversación era quien tenía más cosas, mejores familias y cuánto tiempo invertían en el cuidado de su cuerpo y dietas estrictas para bajar de peso; es allí donde ella conoce a su nueva mejor amiga quien insistentemente, a través de las redes sociales le facilitaba dietas y grupos de ayuda para bajar de peso y tener la figura “ideal”.

Al término de su relación amorosa, ella indica haberse sentido sola, ya que se quedó sin amigas, que eran amistades de su ex enamorado; así mismo la separación de sus padres le afectó tanto que decide cambiar su físico, comenzando a racionalizar notablemente su alimentación, observando detenidamente las calorías que consumía y la cantidad de agua que tomaba al día. Dejando de lado los panes, tortas, cereales, carne, frutas como la fresa, el mango, y consumiendo mayormente piña y papaya durante su desayuno, así mismo en el almuerzo solo deseaba comer pollo hervido de las sopas que podía haber cocinado su abuela materna, de lo contrario solo pan integral, y para la cena un vaso de yogur dietético, como le decían las amigas de su ex pareja, para que todas las personas que se alejaron de ella regresen a su lado.

Actualmente ella se encuentra tratando de retomar la amistad con sus 2 mejores amigas (una de primaria y la otra de secundaria), de quienes se apartó a raíz de su relación amorosa, pero no teniendo éxito, ya que ellas insisten que no está bien la dieta estricta que lleva, sintiéndose incomoda por ello y no logrando compartir sus sueños y anhelos.

Antecedentes familiares:

En relación al ámbito familiar, la adolescente pertenece a una familia conformada por su madre de 41 años de edad y abuela materna de 66 años de edad, siendo única hija, dependiendo económica y emocionalmente de ellas. Actualmente la adolescente vive con su madre, puesto que por la separación de sus padres hace aproximadamente 4 meses, la madre queda a cargo de la menor.

El motivo de separación de los padres de Y.E.A.A., se dio por la falta de compresión y celos constantes por parte del padre, y al deseo de tener un hijo varón, a lo que la madre de Y.E.A.A. se negaba por no contar con tiempo suficiente debido a su trabajo, además que ya no tenía edad ni paciencia, según refiere, para la crianza de un nuevo hijo. Todo ello llevo al padre de la adolescente a tener una relación fuera del matrimonio, siendo descubierto por su esposa.

Todos los problemas ocurridos entre sus padres, no fueron contados desde el principio a Y.E.A.A., para evitarle conflictos con ambos progenitores.

La madre de Y.E.A.A. se muestra como una persona fuerte y comprensiva, el padre tiene poca comunicación con la adolescente, mostrándose a menudo distante y poco interesado en ella. Y.E.A.A. muestra más apego a la abuela materna, puesto que con ella es con quien pasa más tiempo, pero las relaciones con su mamá son regularmente buenas, teniendo una adecuada comunicación durante el tiempo que la madre se encuentra en el hogar, pero Y.E.A.A. evita conversar sobre su deseo de volver con su ex enamorado y que su padre regrese a su lado, por lo que madre ignora dichos deseos.

La familia cuenta con un ingreso aproximado de 3000 soles al mes. La vivienda es propia, de material noble, de dos pisos, con 9 ambientes, y cuenta con los servicios básicos.

V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Durante la evaluación y entrevista Y.E.A.A. se mostró algo callada, pero su conducta cambio al transcurrir esta, mostrándose más confiada y desinhibida, además de prestar atención a las indicaciones no siendo necesario repetirlas.

De acuerdo a los resultados, la adolescente se muestra como una persona que posee una gran sensibilidad, humilde, propensa a ayudar a los demás, no es cruel, es fiel a sus amistades, que son pocas, además que es muy indecisa con respecto a sus sentimientos, también se puede observar como ella subestima sus cualidades, lo que la lleva al pesimismo; así mismo, su nivel de depresión es leve moderado, tanto al recordar el abandono de su padre y el término de su relación amorosa con su ex enamorado lo que la llevo a pensar que debería ser delgada para que su padre retorne a su hogar y su ex enamorado vuelva con ella.

Y.E.A.A. muestra más apego a la abuela materna, puesto que con ella es con quien pasa más tiempo, pero las relaciones con su mamá son regularmente buenas.

VI. CONCLUSION DIAGNOSTICA

De acuerdo a los resultados, Y.E.A.A. estaría pasando por un cuadro depresivo leve moderado, enmascarado por una anorexia nerviosa.

Según el CIE-10, la depresión leve moderada (F32.1) tiene como síntomas principales la pérdida de apetito, pérdida de peso en el último mes, debe tener una duración al menos de dos semanas, pérdida de confianza en sí mismo, alteración del sueño. Así mismos la anorexia nerviosa (F50.0) tiene como características principales el deseo incontrolable de delgadez, rechazo a mantener el peso mínimo corporal normal, miedo intenso a ganar peso, restricción alimentaria, conductas de evitación de la comida y ejercicio físico.

VII. PRONÓSTICO

Favorable, puesto al haber reconocido su problema de depresión y errada observación de aspecto físico, apoyaría en el desarrollo de las sesiones para su mejoría, además se cuenta con apoyo de su madre y abuela.

VIII. RECOMENDACIONES

- Psicoterapia individual.
- Consultoría nutricional
- Psicoterapia familiar.

Bachiller en Psicología
Jheily Karol Ojeda Montes

PLAN PSICOTERAPÉUTICO

I. DATOS DE FILIACIÓN

1. Nombres y Apellidos	: Y.E.A.A
2. Edad	: 16 años
3. Sexo	: Femenino
4. Fecha de nacimiento	: 19 de Agosto del 2001
5. Lugar de nacimiento	: Arequipa
6. Grado de instrucción	: 5to de secundaria
7. Estado civil	: Soltera
8. Procedencia	: Arequipa
9. Ocupación	: Estudiante
10. Religión	: Católica
11. Referente	: La madre
12. Lugar de evaluación	: Consultorio psicológico
13. Examinadora	: Jheily Karol Ojeda Montes

II. CONCLUSIÓN DIAGNÓSTICA

De acuerdo a los resultados, Y.E.A.A. estaría pasando por un cuadro depresivo leve moderado, enmascarado por una anorexia nerviosa.

Según el CIE-10, la depresión leve moderada (F32.1) tiene como síntomas principales la pérdida de apetito, pérdida de peso en el último mes, debe tener una duración al menos de dos semanas, pérdida de confianza en sí mismo, alteración del sueño. Así mismos la anorexia nerviosa (F50.0) tiene como características principales el deseo incontrolable de delgadez, rechazo a mantener el peso mínimo corporal normal, miedo intenso a ganar peso, restricción alimentaria, conductas de evitación de la comida y ejercicio físico.

III. OBJETIVOS GENERALES

- Identificar cuáles son los mayores temores de la adolescente
- Lograr confrontar sus temores mediante terapia Racional Emotiva y el Método centrado en el cliente de Carl Rogers.
- Ayudarle a la paciente a reconocer la información sobre ella misma.
- Establecer circunstancias donde la adolescente perciba una estimación positiva e incondicional por parte del terapeuta.
- Incrementar el crecimiento de valoración de la adolescente respecto a sus temores.
- Dar a conocer a su familia y amigas, pautas para una mejoría continua por parte de la adolescente.

IV. ACCIONES TERAPEUTICAS

- Terapia Racional Emotiva.
- Terapia de reestructuración cognitiva de Beck.
- Método centrado en el cliente de Carl Rogers.
- Terapia familiar.

V. DESARROLLO DE LAS TECNICAS PSICOTERAPEUTICAS

N. DE SESIONES	TÉCNICA TERAPEUTICA	OBJETIVO	META
SESION 1	Terapia Racional Emotiva	<ul style="list-style-type: none">• Enseñar a la adolescente a reconocer sus temores de soledad y al abandono mediante la exposición a dichos acontecimientos.	Reducir el temor a la soledad y abandono con: ¿Cuáles son mis más grandes temores?, ¿Cómo puedo enfrentarlos?, ¿Cuando?, ¿Qué debo hacer si vuelvo a temer?

SESIÓN 2	Terapia Racional Emotiva	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer junto a la adolescente como puede enfrentar su temores a la soledad y abandono. 	
SESIÓN 3	Terapia Racional Emotiva	<ul style="list-style-type: none"> • Enseñar a la adolescente como puede enfrentar nuevos temores que se podrían presentar. 	
SESION 4	Terapia de reestructuración Cognitiva de Beck	<ul style="list-style-type: none"> • Lograr confrontar sus temores para la mejoría de la depresión. 	Identificación de hipótesis para confrontar sus temores: “Hacer mi horario diario de actividades” “Cuando tengo miedo” “Qué pasaría si ...” “Pondré a prueba mis hipótesis” “Confrontare mis temores para volverlos fortalezas diarias”
SESIÓN 5	Terapia de reestructuración Cognitiva de Beck	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a la adolescente a recabar información sobre sí misma. 	
SESIÓN 6	Terapia de reestructuración Cognitiva de Beck	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar suposiciones, creencias y expectativas sobre hipótesis que debe poner a prueba 	“Pondré a prueba mis hipótesis” “Confrontare mis temores para volverlos fortalezas diarias”
SESIÓN 7	Método centrado en el cliente	<ul style="list-style-type: none"> • Establecer circunstancias donde la adolescente perciba una estimación positiva incondicional por parte de la terapeuta. 	Lograr que la cliente, logre cambiar y crecer mediante experiencias nuevas, sin tener “juicios de valor”
SESIÓN 8	Método centrado	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementar el 	

	en el cliente	crecimiento del cliente con respecto a sus temores.	
SESION 9	Terapia familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer a su familia y amigas, pautas para una mejoría continua por parte de la adolescente. 	Brindar un ambiente familiar saludable a la adolescente, donde lo primordial sea la adecuada comunicación y sin juicios de valor.

VI. TIEMPO

La duración psicoterapéutica tuvo una duración de 3 meses, las sesiones se realizaban una vez a la semana, con una duración de 30 minutos aproximadamente cada una, ya que el tiempo en el consultorio no podía exceder a ello. Fueron un total de 9 sesiones de psicoterapia.

VII. AVANCES PSICOTERAPÉUTICOS

De acuerdo a la aplicación de cada sesión se fueron observando cambios significativos en la adolescente, reconociendo ella misma sus temores, como enfrentarlos y las hipótesis que pone en práctica para la disminución de su depresión leve moderada, ya que muestra un mayor agrado y alegría ante las situaciones que vive diariamente hasta la última aplicación del plan psicoterapéutico.

Al culminar se realizaron algunas visitas domiciliarias para observar su cambio y desenvolvimiento social.

ANEXOS



SILUETAS

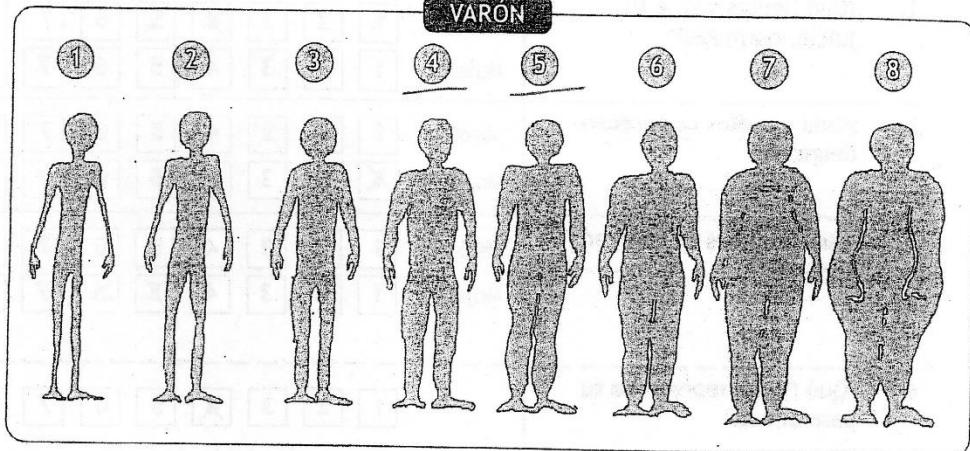
Observa las figuras que se presentan a continuación y contesta las preguntas que se encuentran al dorso de esta página. Deberás contestar marcando el número que se corresponda con las figuras elegidas.

Edad

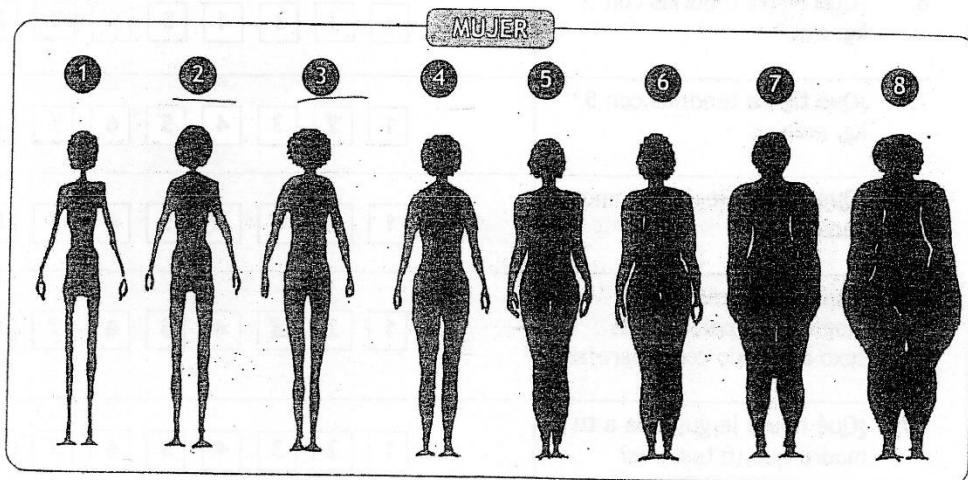
Sexo

Código de identificación

VARÓN



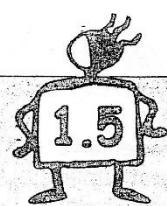
MUJER



Figuras femeninas adaptado de Bell, C., Kirkpatrick, W. y Rinn, R. C. (1986). Body image of anorexic, obese and normal females. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 431 - 439.

Figuras masculinas diseñadas por Del Río, A., Roiz, O. y Maganto, C. (1998) presentadas en las I Jornadas sobre Imagen Corporal y Salud, San Sebastián, 1999. Sin publicar.





FIGURAS

1. ¿Qué figuras son, a tu juicio, normales?	Varón <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4 <input checked="" type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 Mujer <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
2. ¿Cuál o cuáles te parecen delgadas?	Varón <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 Mujer <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
3. ¿Cuál o cuáles te parecen gordas?	Varón <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input checked="" type="checkbox"/> 6 <input checked="" type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 Mujer <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input checked="" type="checkbox"/> 5 <input checked="" type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
4. ¿Qué figura representa tu peso actual?	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
5. ¿Qué figura representa tu peso ideal?	<input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
6. ¿Qué figura tendrías con 5 kg. más?	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input checked="" type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
7. ¿Qué figura tendrías con 5 kg. menos?	<input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
8. ¿Qué figura elegirías como pareja?	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
9. ¿Qué figura crees que elegiría una persona del sexo contrario como pareja?	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input checked="" type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
10. ¿Qué figura le gustaría a tu madre que tú tuvieras?	<input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input checked="" type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8
11. ¿Qué figura le gustaría a tu padre que tú tuvieras?	<input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8



TÚ SÍ, TÚ NO

Edad **16**
Sexo **V M**
Código de identificación **_____**

De la siguiente lista de adjetivos, escribe sobre la letra G (Persona GORDA) o D (Persona DELGADA), aquellos adjetivos que creas que se ajustan a esa fisonomía teniendo en cuenta NO lo que tú piensas sobre ellos, sino lo que crees que la sociedad atribuye a los mismos.

Adjetivos

nerviosa —	tranquila
vaga —	con éxito en la vida
dejada —	perezosa —
con cuerpo proporcionado	lenta —
extravertida	chistosa
simpática	contenta con su imagen
enérgica	ligona
buena deportista	feliz
torpe —	atractiva
astuta	

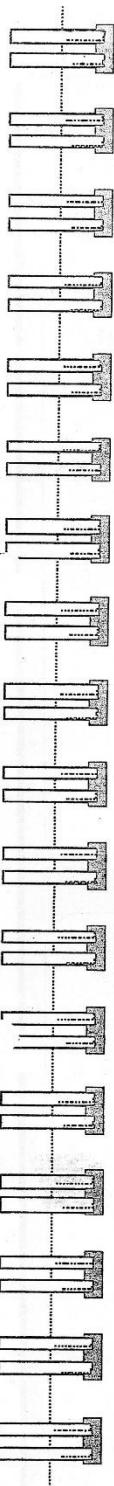
DELGADA

Con Cuerpo proporcionado
Extravertida
Simpática
Astuta
Con Exito en la vida
Contenta con su imagen
Feliz
Atractiva
Buena Deportista

GORDA

Nerviosa
Vaga
Dijada
Energica
Torpe
Perezosa
Lenta
Chistosa





ESCALA DE SATISFACCIÓN DE ZONAS CORPORALES

4.2

Edad **16**

Sexo **M**

Código de identificación

Con arreglo a la siguiente escala, rodea con un círculo tu grado de satisfacción en el momento presente, con las zonas de tu cuerpo que se exponen aquí debajo:

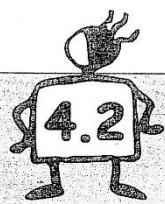
	Nada satisfecho	Algo satisfecho	Bastante o Satisfecho muy satisfecho	TOTAL
CARA	0	1	<u>3</u>	5
Pelo	0	1	<u>3</u>	5
Ojos	0	1	<u>3</u>	5
Nariz	0	1	<u>3</u>	5
Boca	0	1	<u>3</u>	5
				12
				+
TORSO SUPERIOR	0	1	<u>3</u>	5
Hombros	0	1	<u>3</u>	5
Pecho	0	1	<u>3</u>	5
Estómago	0	<u>1</u>	3	5
Cintura	0	<u>1</u>	3	5
				8
				+
TORSO INFERIOR	0	<u>1</u>	3	5
Caderas	0	<u>1</u>	3	5
Nalgas	0	<u>1</u>	3	5
Muslos	0	1	<u>3</u>	5
Piernas	0	1	<u>3</u>	5
				8
				+
OTROS	0	<u>1</u>	3	5
Tono muscular	0	<u>1</u>	3	5
Piel	0	1	<u>3</u>	5
Altura	0	1	<u>3</u>	5
Peso	0	<u>1</u>	3	5
				8
				+
PUNTUACIÓN TOTAL				36

Evaluá del 1 al 10 la impresión que tienes sobre tu aspecto físico global.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



TEA Ediciones



A continuación deberás contestar de modo individual las siguientes preguntas:

¿QUÉ PARTE DEL CUERPO MIRAS PRIMERO, O CON MÁS PREOCUPACIÓN, CUANDO VAS A COMPRAR ROPA?

Mi cintura



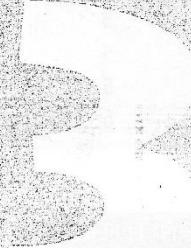
¿QUÉ PARTE DEL CUERPO TE MIRAS CUANDO PASAS POR UN ESCAPARATE O UN ESPEJO EN LA CALLE?

mi cintura y
dorso



¿QUÉ ES LO PRIMERO QUE MIRAS DE LOS DEMÁS CON RESPECTO AL FÍSICO?

Su torso



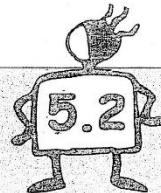
SI PUDIESES, ¿QUÉ ÚNICA PARTE DE TU CUERPO TE GUSTARÍA CAMBIAR?

mi abdomen



TEA Ediciones

¿QUÉ PASA CON MIS EMOCIONES?

Edad Sexo V MCódigo de identificación

A continuación se presentan una serie de frases y situaciones. Valora del 0 (nunca o casi nunca) al 5 (muchas veces o casi siempre) en qué medida las has pensado o sentido en los tres últimos meses.

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

	Nunca o casi nunca	Pocas veces	Bastantes veces	Muchas veces o casi siempre
Soy capaz de conseguir lo que me propongo	0	1	3	5
Soy listo, inteligente	0	1	3	5
Me siento querido/a	0	1	3	5
Me atrevo a decir lo que siento	0	1	3	5
Sé lo que quiero en cada momento	0	1	3	5
Me siento alegre	0	1	3	5
Me respetan como persona	0	1	3	5
Soy capaz de perdonar si me han hecho daño	0	1	3	5
Me siento seguro/a	0	1	3	5
He tenido suerte en la vida	0	1	3	5
Los demás confían en mí	0	1	3	5
Siento dolor ante el dolor de otra persona	0	1	3	5

Puntuación global

TOTAL 8 + 9 + 0 = 17

De las siguientes emociones y sentimientos valora del 0 (nunca o casi nunca) al 5 (muchas veces o casi siempre) en qué medida las has sentido en los tres últimos meses.

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

	Nunca o casi nunca	Pocas veces	Bastantes veces	Muchas veces o casi siempre
Miedo, temor	0	1	3	5
Envidia, celos	0	1	3	5
Agresividad	0	1	3	5
Insatisfacción	0	1	3	5
Confusión	0	1	3	5
Tristeza	0	1	3	5
Inseguridad	0	1	3	5
Venganza	0	1	3	5
Soledad	0	1	3	5
Odio	0	1	3	5
Ser inútil, no valer	0	1	3	5
Rabia, ira	0	1	3	5

Puntuación global

TOTAL 5 + 18 + 0 = 23

GUARDA LA ACTIVIDAD PARA TRABAJAR CON ELLA POSTERIORMENTE



TEA Ediciones

ESCALA DE ZUNG

DEPRESIÓN

Nombre: J.E.A.A.

Marque con un circulo el número que se ajuste a su respuesta

	MUY POCAS VECES	ALGUNAS VECES	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE
1. Me siento triste y decaido	1	2	(3)	4
2. Por las mañanas me siento mejor	(4)	3	2	1
3. Tengo ganas de llorar y a veces lloro	1	2	(3)	4
4. Me cuesta mucho dormir por las noches	(1)	2	3	4
5. Como igual que antes	4	(3)	2	1
6. Aún tengo deseos sexuales	(4)	3	2	1
7. Noto que estoy adelgazando	1	(2)	3	4
8. Estoy estreñido	1	(2)	3	4
9. El corazón me late más rápido que antes	1	2	(3)	4
10. Me canso sin motivo	1	(2)	3	4
11. Mi mente está tan despejada como antes	(4)	3	2	1
12. Hago las cosas con la misma facilidad que antes	4	(3)	2	1
13. Me siento intranquilo y no puedo mantenerme quieto	1	2	(3)	4
14. Tengo confianza en el futuro	4	(3)	2	1
15. Estoy más irritable que antes	1	2	(3)	4
16. Encuentro fácil tomar decisiones	4	(3)	2	1
17. Siento que soy útil y necesario	1	(2)	3	4
18. Encuentro agradable vivir	4	(3)	2	1
19. Creo que sería mejor para los demás si estuviera muerto	1	(2)	3	4
20. Me gusta las mismas cosas que antes	4	(3)	2	1

PUNTAJE TOTAL:

56

Depresión leve moderada

INDICE DE VALORACIÓN DE DEPRESIÓN

PUNTOS	ÍNDICE EDAD						
20	25	36	45	52	65	68	85
21	26	37	46	53	66	69	86
22	28	38	48	54	68	70	88
23	29	39	49	55	69	71	89
24	30	40	50	56	70	72	90
25	31	41	51	57	71	73	91
26	33	42	53	58	73	74	92
27	34	43	54	59	74	75	94
28	35	44	55	60	75	76	95
29	36	45	56	61	76	77	96
30	38	46	58	62	78	78	98
31	39	47	59	53	79	79	99
32	40	48	60	64	80	80	100
33	41	49	61	65	81		
34	43	50	63	66	83		
35	44	51	64	67	84		

ÍNDICE EAD

Menos de 50

INTERPRETACIÓN

Dentro de Límites Normales

50 - 59

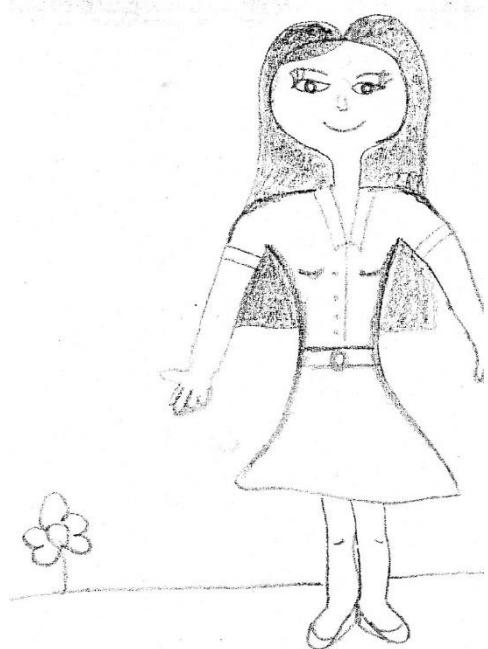
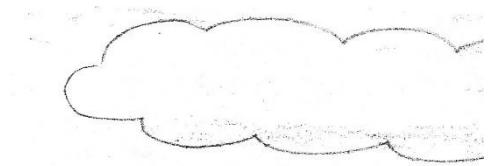
Depresión Leve Moderada

60 - 69

Depresión Moderada Intensa

70 a Más

Depresión Intensa



HOJA DE RESPUESTA DE RENE LE SENNE

Datos Generales:

Apellidos y Nombres: _____

Edad: 16 años

E	A	S	C/C	C/D	Av	Af	TT
1 C	2 N	3 D	4 N	5 D	6 N	7 N	8 N
11 D	12 N	13 N	14 D	15 N	16 N	17 D	18 N
21 D	22 D	23 C	24 N	25 N	26 D	27 C	28 D
31 D	32 N	33 D	34 N	35 N	36 N	37 D	38 N
41 D	42 N	43 D	44 D	45 D	46 D	47 D	48 N
51 D	52 D	53 N	54 N	55 D	56 D	57 D	58 N
61 D	62 D	63 D	64 D	65 N	66 D	67 D	68 N
71 D	72 N	73 N	74 N	75 N	76 D	77 D	78 N
81 D	82 N	83 D	84 N	85 N	86 D	87 D	88 N
91 D	92 D	93 D 9	94 N	95 N	96 N	97 D	98 N
<u>95</u>	<u>40</u>	<u>65</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>60</u>	<u>85</u>	<u>10</u>
E	n A	5	estrecho	Práctico	Egocéntrico	Afectivo	Diplomático.

DIAGNOSTICO:

Formula: E n A 5

Formula: _____

Tipo: 'Sentimental'

Subtipo: _____

Aspectos Complementarios: Estrecho

Práctico Afectivo

Egocéntrico Diplomático.

ASPECTOS TENDENCIALES POSITIVOS:

Sobre sale en la bondad; no es cruel, humilde, propensa a ayudar a los demás, gran sensibilidad, fiel a la amistad. Tiende a volver mil veces sobre sus sentimientos.

ASPECTOS TENDENCIALES NEGATIVOS:

Tiende al desamor y subestima sus cualidades lo que la lleva al pesimismo, existe el peligro de sienta inferior por sentirse inferior con respecto a otros, tiene dificultad para perdonar.