



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICA**

**TEMA:**

---

**LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS  
HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE  
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA GABRIELA MISTRAL  
DE LATACUNGA.**

---

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicólogo General.

**Autor(a)**

Verónica Paola Lagla Negrete

**Tutor(a)**

Psc.Cl. Gabriela Lorena Abril Lucero Mg

**AMBATO – ECUADOR**

**2020**



**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN  
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Verónica Paola Lagla Negrete, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “La adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Gabriela Mistral” Latacunga”, como requisito para optar al grado de “Psicóloga General”, autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Autora: Verónica Paola Lagla Negrete

Firma: 

Número de Cédula: 0504110644

Dirección: Latacunga, barrio San Rafael, calle Bolivia vía a la empresa HOLCIM

Correo electrónico: verolagla@hotmail.com

Teléfono: 0998697539

## **Aprobación del Tutor del Trabajo de Titulación**

Yo, Gabriela Lorena Abril Lucero, con cédula de ciudadanía No. 1802984250, en mi calidad de tutora del trabajo de titulación nombrado por el Comité Curricular de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica.

Certifico:

Que el trabajo de titulación **LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “GABRIELA MISTRAL” LATACUNGA**, desarrollado por Verónica Paola Lagla Negrete , estudiante de la Carrera de Ciencias Psicológicas para optar por el Título de Psicóloga General ha sido revisado en todas sus partes y considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, para ser sometido a sustentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador.

Ambato, julio de 2020



---

Psc.Cl. Gabriela Lorena Abril Lucero Mg

## **Declaración de Autoría**

En calidad de estudiante de la Universidad Tecnológica Indoamérica, declaro que los contenidos y resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación son auténticos y exclusivos del autor, como requisito previo a la obtención del título de Psicólogo General.

**Ambato, julio de 2020.**



---

Verónica Paola Lagla Negrete


C.I.0504110644

## **Aprobación Tribunal**


El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizado la impresión y empastado, sobre el Tema: LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “GABRIELA MISTRAL” LATACUNGA. Previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.



Dr.Fernando Renato Betancourt Ulloa  
Presidente



Ps.Cl.Jorge Luis Cisneros Bedon  
Vocal



Ps.Cl.Norma Veronica Silva Jimenez  
Vocal

## **Dedicatoria**

Este trabajo investigativo es dedicado a Dios por permitirme llegar hasta este punto y lograr mi objetivo con esfuerzo y dedicación. A Marnie y Aileen por apoyarme en todo momento, con los consejos y la motivación constante, que han hecho de mí una mejor persona. A mis niños Sebastián, Paula y Rafael, por el cariño incondicional y todo el tiempo compartido. A mis padres y hermanos-as que a pesar de los fracasos o triunfos siempre me brindaron su confianza y apoyo incondicional.

## **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por haberme brindado la fortaleza, paciencia y perseverancia durante la vida universitaria. De forma especial, a Marnie y Aileen que son parte de mi familia por el soporte incondicional, paciencia, confianza y motivación que me han brindado durante el transcurso universitario. A mis padres, hermanos, familiares y amigos por su apoyo moral. A mis maestros que me han acompañado durante la trayectoria importante de mi carrera, para formarme como profesional. A mi tutora, Psc.Cl. Gabriela Abril Mg, por guiar mi trabajo de investigación y brindarme el soporte académico necesario para culminar el ciclo académico.

## Índice de Contenido

Aprobación del Tutor del Trabajo de Titulación .....	III
Declaración de Autoría .....	IV
Aprobación Tribunal .....	V
Dedicatoria .....	VI
Agradecimiento .....	VII
Introducción .....	1

### Capítulo I

El Problema.....	3
Contextualización.....	3
Antecedentes Investigativos.....	6
Contribución teórica, social y tecnológica.....	7
Fundamentación Epistemológica .....	7
Fundamentación Psicológica.....	8
Justificación .....	9
Objetivos .....	10
Marco conceptual .....	10
Adicción a la Tecnología .....	10
Habilidades Sociales .....	18

### Capítulo II

Metodología .....	27
Diseño del trabajo .....	27
Área de Estudio .....	28
Población y Muestra.....	28
Instrumentos de investigación.....	29



### **Capítulo III**

Análisis e Interpretación de Resultados .....	34
Cálculo del Chi Cuadrado .....	38
Grados de libertad .....	39
Decisión (ADITEC-Móvil / EHS) .....	39
Decisión (ADITEC-Internet/ EHS).....	40
Decisión (ADITEC-Videojuego/EHS) .....	42

### **Capítulo IV**

Conclusiones y Recomendaciones .....	43
Discusión.....	44

### **Capítulo V**

Propuesta.....	46
Tema de propuesta: .....	46
Justificación .....	46
Objetivo General .....	47
Objetivos Específicos.....	47
Estructura Técnica de la Propuesta .....	47
Argumentación Teórica.....	48
Taller 1 .....	53
Taller II .....	56
Taller III.....	59
Referencia .....	61
Anexos .....	68

## Índice de Tablas

Tabla N°1.Población de estudio.....	28
Tabla N°2.Tipo 1. Test de Adicción al Móvil (ADITEC-M) .....	34
Tabla N°3.Tipo 2.Test de Adicción a Internet (ADITEC-I) .....	35
Tabla N°4.Tipo 3.Test de Adicción a los Videojuego (ADITEC- V).....	36
Tabla N°5.Escala de Habilidades Sociales (EHS) .....	37
Tabla N° 6.Frecuencia Observada (ADITEC Móvil/EHS).....	38
Tabla N°7.Frecuencia Esperada (ADITEC-Móvil/EHS).....	39
Tabla N°8.Tabla de Contingencia (ADITEC-Móvil/ EHS).....	39
Tabla N°9.Frecuencia Observada (ADITEC-Internet/EHS).....	40
Tabla N°10.Frecuencia Esperada (ADITEC-Internet/ EHS) .....	40
Tabla N°11.Tabla de Contingencia (ADITEC-Internet/ EHS) .....	40
Tabla N°12.Frecuencia Observada (ADITEC- Videojuego/ EHS) .....	41
Tabla N°13.Frecuencia Esperada (ADITEC-Videojuego/EHS).....	41
Tabla N° 14.Tabla de Contingencia (ADITEC-V/EHS).....	41
Tabla N° 15.Planificación .....	50
Tabla N° 16.Plan operativo .....	51
Tabla N° 17.Taller I / Debate sobre las tics .....	52
Tabla N° 18. Taller II / Uso seguro del internet y las redes sociales en los adolescentes .....	55
Tabla N° 19. Taller III / Campaña de sensibilización sobre el uso de las tics .....	58

## Índice de Gráficos

Gráfico N°1. Población de estudio.....	28
Gráfico N°2. Test de Adicción al Móvil (ADITEC-M).....	34
Gráfico N°3. Test de Adicción a Internet (ADITEC-I) .....	35
Gráfico N°4. Test de Adicción a los Videojuegos (ADITEC-V) .....	36
Gráfico N°5. Escala de Habilidades Sociales .....	37

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**TEMA:** “LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA GABRIELA MISTRAL DE LATACUNGA”

**Autor:** Verónica Paola Lagla Negrete

**Tutor:** Psc.Cl. Gabriela Lorena Abril Lucero Mg

**Resumen Ejecutivo**

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo investigar la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato en la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga. Para ejecutarlo, se utilizó dos instrumentos psicológicos en la población de 61 estudiantes en edades de 14 a 17 años. Los cuestionarios escogidos fueron ADITEC, que mide los tipos de adicción, ADITEC-Móvil, ADITEC-Internet y ADITEC-Videojuego y escala de habilidades sociales (EHS) que evalúa los niveles altos, medio, bajo. Posteriormente se aplicó el método del chi cuadrado en donde se demostró que no existe influencia entre las variables, sin embargo los resultados obtenidos individualmente mostraron que el instrumento de adicción reflejaba posible existencia de adicción al internet y un nivel bajo en las habilidades sociales. Finalmente se desarrolló una propuesta de talleres psicoeducativos sobre el manejo del internet en los estudiantes del bachillerato, con la finalidad de concientizar sobre el uso y manejo adecuado de la tecnología y el internet, con el propósito de prevenir una posible adicción, tomando en cuenta que en la actualidad el uso de internet es una herramienta indispensable y la frecuencia es más habitual por la emergencia sanitaria.

**Palabras clave:** adicción, celular, habilidades sociales, internet, videojuego.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**THEME:** ADDICTION TO TECHNOLOGY AND ITS INFLUENCE ON SOCIAL SKILLS OF HIGH SCHOOL STUDENTS OF GABRIELA MISTRAL LATACUNGA EDUCATIONAL UNIT.

**Author:** Verónica Paola Lagla Negrete

**Tutor:** Psc.Cl. Gabriela Lorena Abril Lucero Mg

**Abstract**

This research work aimed to investigate the influence of technology addiction on the social skills of high school students at the Gabriela Mistral Educational Unit in Latacunga. To execute it, two psychological instruments are used in the population of 61 students between the ages of 14 to 17 years. The chosen questionnaires were ADITEC, which measures the types of addiction, ADITEC-Mobile, ADITEC-Internet and ADITEC-Video game and the scale of social skills (EHS) that evaluated high, medium and low levels. Later, the chi square method was applied, where it was demonstrated that there is no influence between the variables, however, the individually affected results may affect the addition instrument, reflecting the possible existence of internet addiction and a low level of social skills. decided a proposal for psychoeducational workshops on the management of the Internet in high school students, with the determination to raise awareness about the proper use and management of technology and the Internet, in order to prevent possible addiction, taking into account that currently Internet use is an indispensable tool and the frequency is more common due to the health emergency.

**Key words:** addiction, cell phone, internet, social skills, video game.

## **Introducción**

La presente investigación busca determinar la influencia entre adicción a la tecnología y las habilidades sociales en los estudiantes, pues las habilidades sociales es un factor fundamental que el ser humano necesita para interactuar con la sociedad, el mismo que permite el adecuado desempeño de las personas en situaciones sociales, además, está constituida por los componentes verbales, no verbales, unidos a procesos cognitivos, es decir, sirven de guía para resolver conflictos, situaciones o tareas sociales. Por consiguiente, las adiciones tecnológicas están directamente relacionado con el desarrollo y avance de las actuales Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), cabe recalcar que el uso de la tecnología (celular, internet y videojuego) en la actualidad se ha convertido en un ente dinámico que ha favorecido a la humanidad, pero en aquellos casos que el uso es inadecuado e impropio con la continuidad de una actividad que al principio es deseable y placentero, puede generar una relación de dependencia, provocando repercusiones a nivel personal y familiar.

El trabajo de investigación se divide en cinco capítulos:

El capítulo I presenta los detalles del planteamiento del problema, contextualización, antecedentes, contribución teórica, social y tecnológica, fundamentación psicológica y epistemológica, justificación, los objetivos. También abarca las variables adicción a la tecnología y las habilidades sociales.

En el capítulo II se realiza el diseño del marco metodológico en el cual determina el área de estudio, población, detalles de los instrumentos utilizados, enfoque de la investigación y todas las actividades que se desarrollaron en el transcurso de la ejecución del trabajo de investigación.

En el capítulo III contiene la interpretación y análisis de resultados, así como también la comprobación de posible hipótesis mediante el método estadístico.

En el capítulo IV se presenta las conclusiones las cuales responden al objetivo general y objetivos específicos, planteamiento de las recomendaciones y la discusión con otras investigaciones. El trabajo de investigación termina con el

capítulo V en el cual se diseña una propuesta que está estructurada por: los objetivos, justificación, argumentación teórica y diseño técnico de la intervención.

## **Capítulo I**

### **El Problema**

Según la entrevista que se realizó al Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de la ciudad de Latacunga, se evidenció las molestias por parte de los docentes y padres de familia, al observar que los adolescentes permanecen en constante manipulación de la tecnología gran parte del día, es por ello que la principal consecuencia es el desinterés manifiesto ante las obligaciones, deberes y la significativa desatención en las relaciones interpersonales lo que puede traer como consecuencia el aislamiento social. Por tal motivo se encontró que los estudiantes de bachillerato presentan sintomatologías que corresponde posiblemente a un cuadro ansioso manifestando hiperhidrosis, inquietud motora, taquicardia y agresividad, que se ven reflejado cuando es imposible acceder algún dispositivo tecnológico, por esta razón la investigación se va a centrar en verificar si la adicción a la tecnología influye en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

### **Contextualización**

En el contexto Latinoamericano se han realizado estudios sobre el manejo de las TIC, es notorio el incremento del uso la tecnología; según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) por medio de un estudio ejecutado en Lima en el cual se indago a varios centros educativos en la sección primaria con resultados del 41,2% de acceso a internet mediante un teléfono móvil, lo mismo sucede con los escolares de educación secundaria con el 77,4% y el 85,4% en estudiantes universitarios, sin embargo, también se identificó que el género con más acceso al internet es el femenino con el 79,1% frente al 77, 6% del masculino. Los datos exponen un predominio alto lo que imparte como pauta que las mujeres utilizan el internet de forma consecutiva para comunicarse, informarse y educarse por medio de locales público, institución educativa, desde su hogar o con el celular.



De acuerdo con la Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT, 2018) Latinoamérica ocupa el puesto más alto en la evolución de las tic, especialmente por las conexiones móviles que son los principales atractivos que conllevan a la constatación de la frecuencia del uso del celular, es por ello que las naciones más destacadas son Argentina con 6,79% frente a Uruguay con 7,16% son cifras significativamente altas, en comparación al muestreo de 25 países, en el cual mencionan que poseer un teléfono inteligente es igual de considerable que conservar un trabajo sosegado.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) en un estudio que se efectuó en Bolivia sobre la comunicación asertiva que fue dirigido a padres de familia y adolescentes, por género y edades, en el cual se da a conocer que las mujeres el 20 % en edades de 15 a 40 años manifiestan que la comunicación no es simplemente hablar, sino dialogar expresando las inquietudes, en cambio el 70% de los hombres en edades entre 16 a 45 años explican que es innecesario expresar las molestias de forma afectiva. Otros datos obtenidos por la misma entidad y en el mismo año, que se realizó en Guatemala en la ciudad de San Marcos a 35 profesionales de la salud en edades entre 25 a 40 años, con la temática inteligencia emocional, en el que se indica que 20% desconoce del tema, el 50% tiene conocimiento y el 30 % utiliza la argumentación para construir relaciones interpersonales.

En el Ecuador se han realizado informes sobre el acceso a la tecnología, es por ello que según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2017) indicó que 2.8 millones de ecuatorianos admite usar redes sociales a través de un celular, es decir, que el 17,11% de la población posee predominio sobre las tic; según datos obtenidos en el último censo se afirma que el uso del teléfono móvil se ha convertido en un miembro del ser humano, así como también la transformación de la forma de comunicación y las relaciones interpersonales. Otro estudio realizado por la misma entidad publicado en el año 2016 en el cual menciona que en el censo que se realizó en el año 2011 al 2015 incrementaron de 455.00000 personas a 6.5 millones de usuarios que utilizan teléfonos inteligentes, en otras palabras, creció un 700 % en el transcurso de los últimos 5 años. Otra cifra que se

detalle fue en diciembre de 2015 hasta diciembre del 2016 en el cual indica que se incremento la demanda de smartphone con un total de 1.4 millones de usuarios.

Un estudio realizado por OMS (2017) en cual tomaron como objeto de estudio a 105.0000 adultos de 63 países con el tema empatía, en el que midieron rasgos de personalidad, autoestima, amabilidad y disposición hacia lo social entre otros argumentos, dando como resultado que el país mas empático es Ecuador ocupa el primer lugar con el 84 % en comparación a otros países, después fue Venezuela con el 62 %, Brasil 51%, Argentina 48%, Colombia 43%, Chile 25% y Mexico con el 14 %. Otro informe realizado por la misma entidad en el año 2018 en el que refiere que el 2% de la población ecuatoriana posee inteligencia emocional alta, 23% capacidades intelectuales y el 77% aptitudes emocionales.

En la provincia de Cotopaxi se realizó un informe sobre el acceso al uso del internet según la Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo (ENEMDU, 2016) en el que refiere que el uso del internet lo realizan en diferentes lugares por ejemplo en el hogar el 59.5%, en el trabajo el 9,9%, en las instituciones educativas el 5,4% y en centros de acceso público o cibercafé 19.9 %. Otra indagación realizada por la misma entidad en el año 2017, en el que indica que en los últimos 5 años desde el año 2012 hasta el 2017, se ha incrementado el uso del internet, es por ello que en números estadísticos se explica que el 85% de los adolescentes entre 13 y 18 años utilizaron internet y que 73% de la etapa adulta temprana de 25 y 34 años lo usaron pero en menor porcentaje; en la misma encuesta se destaca resultados sobre el acceso al celular por género en el cual se clarifica que el 6.5 % es en hombre y el 9. 8% en mujeres, es decir, que el género con más acceso al internet es el femenino.

Datos disponibles del INC (2017) en el cual se registró que en Cotopaxi el 54.0 % de la población de 5 años en adelante tiene al menos un celular es decir que 7 de cada 10 niños tienen acceso a un teléfono inteligente.

Según el Ministerio de Educación (2018) en la Zona 3 (Cotopaxi, Tungurahua, Chimborazo y Pastaza) se realizó un estudio en 4 instituciones educativas del sector públicas tomando en cuenta el género y la edad, con una población de 8.580 estudiantes con el fin de manifestar la comunicación asertiva, tiene como

resultado que el 1,62% en hombres, es decir, en niños y adolescentes entre 8 a 15 años admiten la falencia de la buena comunicación, por otra parte las mujeres con el 18, 3% en edades entre 7 y 14 años aceptan el desconocimiento de la argumentación plateada.

### **Antecedentes Investigativos**

Se tomó como antecedentes a cinco investigaciones realizadas a nivel de Latinoamérica y Nacional que busca aproximarse a la realidad de las posibles causas del uso impropio de las tecnologías y el descuido de las relaciones interpersonales.

Según Villa y Suárez (2016) en la investigación del uso problemático de internet y celular, que tuvo como objetivo analizar las relaciones entre el uso desadaptativo del internet y diversos desajustes en las habilidades sociales, que se realizó a estudiantes de varios centros de educación secundaria del Principado de Asturias en España, aplicando encuestas por género y edad con submuestreo aleatorio intergrupar; concluyeron que las chicas y los adolescentes presentan más problemas relacionados con el uso inapropiado del teléfono celular.

En un trabajo elaborado por Mendoza, Baena y Baena (2015) en el que se buscó analizar la adicción a los dispositivos móviles y su impacto en el rendimiento académico de los estudiantes de la licenciatura en informática del centro universitario UAEM Temascaltepec; se aplicaron instrumentos por géneros y semestres. El trabajo concluyó con la afirmación de que existe afectación negativa del uso del celular frente al rendimiento académico de los estudiantes objeto de estudio.

Según Flores et al. (2015) en el trabajo titulado adicción al celular en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo-Perú, tuvo como objetivo comparar los porcentaje significativo sobre la adicción al celular entre estudiantes universitarios de una universidad pública y otra privada. Se realizaron encuestas para determinar la puntuación de la adicción por géneros. Llegaron a la conclusión que las mujeres muestran mayor nivel de adicción, por el hecho, de utilizar frecuentemente el teléfono móvil como elemento de comunicación interpersonal.

Según Barro et ál. (2017) en la investigación titulada adicción al internet y relaciones interpersonales, que tuvo como objetivo identificar la relación existente entre las variables, se tomó como objeto de estudio a adolescentes mujeres de la Unidad Académica Luisa de Jesús Cordero de la ciudad de Cuenca – Ecuador. La investigación reveló leve relación significativa entre adicción al internet y el desarrollo de las relaciones interpersonales.

Finalmente se tomó el aporte de Aponte, Castillo y Gonzales (2017) en el trabajo sobre la adicción al internet y su relación con la disfunción familiar en adolescentes, que tuvo como objetivo determinar la prevalencia entre las variables, el estudio se realizó en las unidades educativas de la ciudad de Loja- Ecuador. Concluyeron que los adolescentes con disfuncionalidad familiar provenientes de familias pequeñas de estatus socioeconómico medio, son los que tienen mayor acceso a redes sociales, es decir, son propensos a desarrollar adicción al internet.

### **Contribución teórica, social y tecnológica**

El trabajo de investigación contribuye al entorno teórico, debido a la revisión actualizada de la bibliografía sobre la adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales, este trabajo contribuirá a próximas investigaciones direccionadas hacia esta temática, es decir, que el material puede ser utilizado como un referente para los próximos investigadores; además, presenta una contribución social ya que en la actualidad el uso de la tecnología está creciendo de forma precipitada reduciendo así las habilidades sociales, por lo que abordar este tema es de importancia a nivel social.

### **Fundamentación Epistemológica**

Se plantea el constructivismo como corriente epistemológica que guía la realización de esta investigación, el mismo que da a conocer las posibilidades del sujeto de aprender y reconstituir su realidad psicológica por medio de la interacción, es decir, interpreta las conductas o habilidades adquiridas en el entorno. Los constructivistas se orientan a que el individuo es único debido a la interacción de sus diferentes experiencias y la búsqueda del sentido personal, lo que se traduce que cada persona es diferente. Por lo tanto, el comportamiento no

es predecible o determinista, al menos no a nivel individual; por esta razón los constructivistas mencionan que el aprendizaje es visto como un proceso social que requiere de la comunicación e interacción (Ortiz, 2015).

### **Fundamentación Psicológica**

El desarrollo de las habilidades sociales inicia en la primera infancia la misma que está estrechamente vinculada a las adquisiciones evolutivas. A medida que el proceso evolutivo avanza, son destacadas las habilidades verbales y la interacción con los pares.

El enfoque cognitivo - conductual, está relacionado con la teoría del aprendizaje, el pensamiento y la conducta humana durante la infancia, la adolescencia y parte de la adultez, es fundamental entender la forma de comportarse y la explicación de cómo se aprende determinadas acciones por el medio social. La literatura recalca que las dificultades de las relaciones interpersonales se presentan principalmente en aquellos sujetos que se relacionan muy poco con sus pares, es decir, presenta evitación del contacto social con otros sujetos. Todas las personas adquieren aprendizajes mediante la observación y las propias experiencias, por el proceso de condicionamiento clásico u operante (García y Méndez 2017).

El presente trabajo se centra en el enfoque indicado debido a que pretende modificar los comportamientos poco adecuados, es decir, trabajar el pensamiento del individuo para que se vea reflejado en su accionar, es así como se verán potencializadas las habilidades sociales y se disminuirá el acceso a la manipulación de la tecnología. Finalmente el enfoque cognitivo conductual aborda desafíos del comportamiento. La investigación analiza la reducción de habilidades sociales como posible respuesta a la adicción tecnológica, es por ello que la orientación permitirá anular los comportamientos inadecuados para tener un mejor manejo de las relaciones interpersonales.

## **Justificación**

La perspectiva de esta investigación sobre la adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales, fue generar un impacto positivo ante la comunidad pedagógica, en especial a los estudiantes del bachillerato en la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga, con el propósito de que se identifique que una adicción no es simplemente el consumir sustancias psicoactivas sino también el uso inapropiado de la tecnología, que puede contraer grandes secuelas a acorto, mediano y largo plazo. Por consiguiente, el contenido planteado fue de gran importancia dado que en la institución no se ha realizado investigaciones al respecto, añadiendo que la institución carece del personal profesional adecuado para tratar esta problemática; por esta razón la información que se imparta será de importancia para el conocimiento de estudiantes, docentes y padres de familia.

El trabajo fue original dado que se pretende que las habilidades sociales se integren en los jóvenes y de esta forma logren resolver situaciones difíciles sin necesidad de la violencia; así mismo se buscó que los adolescentes tengan un mejor manejo de la tecnología, utilizando adecuadamente el acceso a la información mundial, noticias, eventos, compras por catálogo, comunicación virtual dentro y fuera del país mediante redes sociales, también interviene en el proceso educativo ya que permite el mejoramiento de los procesos de enseñanza-aprendizaje en todos los niveles escolares, previniendo así que se generen nuevas patologías cibernéticas.

La investigación resulto factible porque se contó con la colaboración de la institución y padres de familia quienes proporcionaron el permiso correspondiente y tiempo necesario para realizar el respectivo estudio de investigación, de igual forma, se contó con material bibliográfico e instrumentos que permitieron la recolección y verificación de datos. Los benefactores del trabajo de investigación fueron los estudiantes del bachillerato, la institución y los padres de familia.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Analizar la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato en la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

### **Objetivos Específicos**

1. Identificar los tipos de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes objeto de estudio.
2. Determinar los niveles de habilidades sociales que poseen el estudiante del bachillerato.
3. Proponer una solución a la problemática planteada.

## **Marco Conceptual**

### **Adicción a la Tecnología**

#### **Adicción**

La adicción según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) manifiestan que es una enfermedad de tipo física, psicológica y emocional, nace la necesidad hacia una sustancia, relación o actividad; además de que se caracteriza por tener varios síntomas y signos en lo que se inmiscuyen factores biopsicosociales y genéticos; por lo tanto es una enfermedad grave diferenciada por sucesos de descontrol, negación del problema y distorsión del pensamiento, para poder identificar la dependencia física y psicológica los individuos pueden presentar tres o más de los síntomas en corto plazo.

De modo accesorio, se pretende diferenciar la adicción de la patología, pues de alguna forma se podría plantear en una línea divisora entre la conducta hobby y la conducta de dependencia; pues en muchos casos el hobby ha llegado hacer para los individuos una línea que favorece la integración psíquica del mismo, pero en otros casos ha sido un estado de tipo patológico, los síntomas se alcanza por

medio de las conductas reforzantes ya que son las que poseen de capacidad de producir dependencia (Hernández, 2015).

Tradicionalmente se ha utilizado el término adicción para referirse a problemas relacionados con el uso de sustancias psicotrópicas y alcohol, mientras que en la actualidad se ha venido mostrando que podría aplicarse en términos conductuales, es decir, en el consumo inapropiado de alimentos y el uso excesivo de video juegos, televisión, uso de celulares, internet y computadoras (Parra et ál., 2016).

### **Tecnología**

Actualmente, la definición de tecnología esta dirigido imprescindiblemente al conjunto de recursos, procedimientos y técnicas que se usan en el procesamiento, almacenamiento y transmisión de la información, de tal forma se ha denominado como tecnología de la información y comunicación; además, conlleva elementos de producción y biotecnología; es por ello que cuando las personas escuchan el término tecnología se tiende la idea de computadoras de última generación, en, redes de alta tensión, satélites espaciales y centrales eléctricas, es decir, se suele relacionar a la tecnología con transformación e invento, para modificar el entorno y mejorar las condiciones de vida (Caro, 2017).

Cabe destacar que el uso de la palabra tecnología como tal se ha utilizado en los últimos tiempo, existiendo una similitud al concepto de técnica, por ello la tecnología se puede reconocer como la suma de técnicas y logos; varios autores han propuesto que por medio de la tecnología se puede conseguir fines prácticos en el orden de la producción; por lo tanto es el uso del conocimiento científico para especificar la forma de realizar las cosas (Tabares y Correa, 2015). Entonces se le conoce a la tecnología como un producto que se conforma de instrumentos, métodos y técnicas para solucióna un problema, es decir, la misma se asocia a un conocimiento científico facilitando la vida de los individuos.

### **Adicción a la Tecnología**

El desarrollo de alta tecnología ha ayudado a conquistar las barreras de comunicación y reducir la brecha entre la gente de todo el mundo, los lugares lejanos se han tornado más cercanos cada vez y en consecuencia el ritmo de vida ha aumentado, de tal forma las cosas que antes tardaban horas para ser



completadas, se puede hacer en cuestión de segundos en la actualidad. No obstante, se puede definir a las adicciones tecnológicas como una enfermedad no química que inmiscuyen la relación sujeto-máquina; más bien puede ser pasivas por ejemplo, la televisión o activas como los juegos de internet, por ello algunas conductas son placenteras que pueden convertirse en un comportamiento adictivo, por tanto los elementos esenciales de los trastornos adictivos son la pérdida de control y la dependencia (Alberca, 2017).

Además, las adicciones de este tipo son conocidas como no tóxicas y componen un proceso de dependencia que nace por usar excesivamente e inapropiadamente las herramientas tecnológicas como el teléfono celular, internet, videojuegos, redes sociales, entre otras. Mientras que algunos autores han elegido a este problema como ciberadicción, netadicción o adicción al internet, como desajuste de adicción al internet; este problema tiene como origen la inquietud de varios psicólogos ante los síntomas psicológicos que presentan los individuos que permanecen un tiempo considerable conectados a la tecnología (Malandar, 2019).

Entre lo que se encuentra en la actualidad el uso inadecuado de TICs puede desencadenar en una adicción, categorizándolas como el uso del internet, navegar en la red; el uso del teléfono móvil. Los factores clave son el uso descontrolado, el número de veces que se consulta, el tiempo; además se adiciona a ello los videojuegos, relacionándose tradicionalmente las videoconsolas, o ordenadores a pesar de que hoy en día hay mayor acceso a otros dispositivos, las redes sociales; pues se refiere a un grupo de tecnologías y dispositivos normales útiles y productivos, pero los riesgos se pueden asociar a un mal uso de los mismos (Soto, Pérez, 2018).

En conclusión cuando se menciona sobre la adicción a la tecnología, se trata de asociar su significado al campo, de tal manera es necesario la adaptación porque la adicción a algún tipo de tecnología no conserva de una sustancia química peligrosa más bien una conducta en la cual se prodiga el control y es viable que se convierta en un refugio frente al miedo o sufrimiento que produce enfrentarse a ciertos conflictos.

## **Adicción al internet**

El internet es un elemento importante de los últimos tiempos, no sólo en el campo de las telecomunicaciones, sino también en los negocios, educación y entretenimiento; sin embargo al perder el control de manejo de estos, tendría un impacto negativo en las esferas psicológicas del individuo, pues cuando una persona presenta adicción tiene características del uso excesivo, ira, depresión y entre otros síntomas (Aponte, Castillo y González, 2017).

Es así que el uso del internet se ha convertido cada vez más popular en el mundo globalizado, aunque esta herramienta en un inicio permite realizar un mejoramiento en el día a día como el mantenerse informado, mantener el contacto con otros, buscar información necesaria, actualizar conocimientos, entre otras funciones que son placenteras para las personas, pero más bien el uso excesivo y persistente puede dirigir hacia una adicción (Cía, 2017). El desarrollo de la tecnología permite que el adolescente se encuentre inmerso en el mundo digital, la generación que se desarrolla en una era digital rodeada de tecnología, de hecho, el término clarifica que desde la primera infancia permiten el acceso a la tecnología y lo hacen de forma intuitiva es por ello que en el trascurso evolutivo del ser humano no necesitan alineación o algún tipo de educación digital (Soler, 2017).

La facilidad de acceso al internet permite el entretenimiento digital y de este modo disfrutar del ocio así como se describe al ocio como tiempo de prioridad para los adolescentes, sin tomar en cuenta que la adolescencia es un fenómeno biopsicosocial que está en proceso de construir la identidad personal y la unión con el desarrollo social (Alida, 2019). Según se compara el término nativos digitales con inmigrantes digitales, en efecto describe que son individuos que nacieron antes de la generación digital y por ende no presentaban dificultades cognitivas y en el aprendizaje. Sin embargo, la juventud no se encuentra equiparada para manejar equipos digitales por la exposición al peligro y la falacia de diversos sitios web, además, sobrestima el nivel de destreza social enfocándolo en juegos on-line y redes sociales (Universia, 2018).

Los factores de riesgo para la adicción al internet se pueden identificar por las aplicaciones frecuentadas, como son los chats que permite al individuo interactuar

con otros, ya que por medio del internet puede indagar y adquirir información de varias personas. También se incluye los juegos on-line que le permite a la persona crea un personaje que va adquiriendo poder medio de los avances, permitiendo así lograr un liderazgo entre otros jugadores subordinados (Alberca, 2017).

Por lo tanto, clasificar la adicción al internet o nuevas tecnologías virtuales se ha fundamentado en el hecho de que muestra diferentes síntomas como irritabilidad, desajuste emocional y dificultades a la hora de entablar relaciones sociales, muchas veces estos problemas nacen cuando los individuos recreativos abandonan sus rutinas diarias para mantenerse conectados, también disminuyen las horas de sueño nocturno, otros pueden excluir su comida; además, se aíslan de la realidad (Parra et ál.,2016).

### **Adicción al celular**

La aparición del teléfono celular ha modificado la vida cotidiana de las personas en el aspecto de relación con la tecnología, a pesar de que ha funcionado para mejorar la comunicación, la inclusión social, la economía y productividad en diferentes sectores, pero por otro lado se identifica indicadores en cuestión a las adicciones, identificándose como posible dependencia relacionada al uso excesivo y constante del celular, descripción que guarda relación con la adicción (Rodríguez y Díaz, 2019).

Existen características que hacen que los individuos vean al celular algo más que un teléfono inteligente y atractivo, entre ellas se puede identificar la autonomía, identidad y prestigio, ya que más allá de la calidad de material o la marca del producto puede significar para aquellos como un estatus, muchos jóvenes ven como algo más personalizado porque logran proyectar su personalidad y valores, además se puede sumar las aplicaciones tecnológicas y la actividad de ocio (Ruíz , Sánchez y Trujillo, 2016).

Las repercusiones que se pueden encontrar en la salud mental ocasionada por la adicción al teléfono móvil es el aislamiento, los comportamiento alterados y compulsivos, la nomofobia como ya se había mencionado, ansiedad e irritabilidad, problemas de comunicación y empobrecimiento del lenguaje, además del peligro de contactos no adecuado y desconocidos, pudiendo llevar a

consecuencias negativas, que se incluye el comportamiento adictivo a ser muy sensibles a los juicios y valoraciones de las demás personas (Alberca, 2017).

A la hora de diagnosticar las patologías por el uso del celular, se debe tomar en cuenta que existe gran cantidad de definiciones que involucra a la adicción y el abuso del teléfono celular, con ello se puede hallar una diversidad de conceptos para evaluar estos constructos; entonces el uso problemático del celular o dependencia al móvil indican pluralidad de expresión manejada por un fenómeno en común (Rodríguez y Díaz, 2019).

Además, se toma en cuenta aspectos de las personas que sufren de este fenómeno, entre ellas se puede demostrar las facultades en gran escala al móvil, uso constante durante todo el día, lo utilizan como una herramienta importante para la comunicación, al no mantener contacto con el teléfono celular sienten malestar extremo como por ejemplo, hiperhidrosis, estados emotivos y crisis de pánico. El uso del celular no depende de la necesidad real, usan como un medio para establecer relaciones sociales, y facilitar la comunicación. (Alberca, 2017).

### **Adicción a los videojuegos**

Los videojuegos en la actualidad son populares entre los individuos jóvenes, aunque en la población adulta ocurre con menor frecuencia, los videojuegos han crecido hasta convertirse en elementos culturales al alcance de las personas; es por esto que el crecimiento de los juegos por video han generado que los jugadores usen de manera descontrolada causando una adicción; es por ello que se ha podido evidenciar que los individuos se ven afectados por el uso descontrolado de los videojuegos en línea demostrando en 1% y 10% en países occidentales (Pont, 2020).

La característica importante de la adicción por video juegos en línea se hace referencia a la participación frecuente y persistente de varias horas en los videojuegos, normalmente ocurre cuando juegan en grupo, este puede ser efecto de un deterioro o malestar clínicamente significativo, un aspecto característico es que el participante se encuentra implicado por interacciones sociales frecuentes, el manual Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE, 11) descubre hasta nueve síntomas pero necesariamente deben cumplir al menos cinco por un período

de 12 meses, donde los criterios se podrían identificar por medio de la falta de control, prioridad al juego, escalada a la conducta.

Por otra parte también existen los trastornos del juego o conocido también como ludopatía que son igual de nocivos que los juegos on-line, se relacionan con la práctica de los juegos de azar, pues la facilidad de acceso al juego, rapidez de recompensa y la aparente sensación de control de los individuos sobre los resultados hace que el juego presuma una conducta problemática hacia una evolución adictiva, asimismo existe diferentes causas que conlleva a los individuos a establecer conductas adictivas como: no tomar en cuenta del problema, obtener compensación por el apatía de las relaciones sociales, utopía de control, entre otras. El desgaste del control en los jugadores produce sensaciones de preocupación y angustia que puede llevar a arriesgar su vida (Cía, 2017).

De acuerdo con los criterios diagnósticos en cuanto a los trastornos por juego de apuestas, se puede identificar cuando una persona presenta cuatro o más síntomas como la necesidad de jugar cantidades progresivos de dinero para conseguir la excitación deseada, se encuentra inquieto o irritable cuando pretende interrumpir el juego, ha realizado repetidos esfuerzos sin éxito para controlar o detern el juego; se asuma a esto la frecuente preocupación por el juego de apuestas, por ejemplo, pensamientos constantes de vivir las expereicnias del pasado, esta persona planea la próxima sesión de juego y especula la manera de conseguir el dinero para apostar; estos individuos además sienten estrés suelen jugar continuamente, otros al derrochar el dinero jugando vuelven con frecuencia otro día para pretender reconquistar todo lo perdido, a parte se arriesgan o pierden relaciones interpersonales significativas, oportunidades de trabajo y educativas; por último piden dinero prestadopara aliviar desesperada situación económica (Asociación Americana de Psiquiatría, 2013).

### **Características sintomatológicas**

La tecnología tiene aspectos y elementos extraordinarios y atractivos para los niños, adolescentes y personas en general, este suceso provocaría en muchas casos a un consumo que a veces suele ser excesivo e inapropiado que es una de las

principales causas de que algunas personas desarrollen conflictos en cuanto a la dependencia.

Los síntomas más significativos en las adicciones tecnológicas se puede identificar por medio de la pérdida de control sobre el uso de las herramientas en cuestión del internet, móvil, videojuegos, el sujeto no puede dejar de intercambiar información en la red social, además la pérdida de control provoca un aumento significativo de la frecuencia y del tiempo dedicado a la tecnología o funciones que utilizan, necesitando usarlas con más frecuencia, durante más tiempo o hacer el uso de un número mayor de herramientas, es decir, se observaría una tolerancia similar a las que aparece en la dependencia de sustancias. Mientras que el malestar clínicamente significativo se presenta ante la imposibilidad de usar cualquier tecnología, es decir, presencia de síndrome de abstinencia cuando no se puede utilizar el móvil, entrar al internet o jugar videojuegos, se logra emitir síntomas como la ansiedad, irritabilidad, y otras enfermedades. Al igual que el empleo de un tiempo excesivo y la interferencia con otras actividades (Chóliz, Puche y Chóliz, 2016).

### **Consecuencias**

En relación se puede mencionar consecuencias físicas perturban en gran medida al cuerpo, al existir una carencia del sueño por persistir en línea hasta altas horas de la noche incitando alternaciones de tipo físicas, cerebrales, al sistema inmunológico, provocando que el cuerpo se conserve a reacciones deficientes como: fatiga, disminución en la ingesta de alimentos y problemas cognitivos; otras de las consecuencias generales es que afecta a todas las esferas psicológicas del individuo, es decir, a nivel familiar, social, laboral y personal (Vila, 2015).

Según Luengo (2016) menciona que las consecuencias psicológicas son aquellas que tienen tendencia a la depresión y en soledad alimentan el uso excesivo del ordenador/internet, el permanecer conectado por horas provoca que el adolescente presentes síntomas de irritación, inquietud motora, aislamiento social, esto genera mayor soledad y depresión al dejar de usarlo. Los cambios en el estado de ánimo, ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones o por

no encontrar lo que se busca, atención muy focalizada en el computador, irritabilidad al ser interrumpido.

## **Habilidades Sociales**

### **Definición**

Se comprende como conductas determinadas para llevar a cabo el triunfo en las relaciones interpersonales, además son imprescindibles para interactuar y relacionarse con los demás de forma apropiada y satisfactoria, es por ello que el manejo de las habilidades sociales puede hacer que las personas posean un comportamiento socialmente competente, el comportamiento se caracteriza por recibir aprobación de las personas de su alrededor, conseguir lo que se propone y obtener un propósito adecuado de interacción, de tal manera que se conoce como un conjunto de conductas aprendidas y lo social contribuye a lo interpersonal que facilitan la adquisición de refuerzos en contextos de interacción, por lo tanto es la diversidad de conductas que un individuo expresa de forma adecuada sus sentimientos, pensamientos, emociones, opiniones, deseos, actitudes, facilitando refuerzos en las situaciones de interacción (Flores et al., 2016).

Por otro lado, se identifican como conductas todo aquello que se puede manifestar por medio de conductas verbales y no verbales, específicas o discretas y tienen como fin reforzar socialmente, no solo interno sino externo, de tal forma que el contexto sociocultural puede influir de forma determinante por lo que se encuentran distribuidas por niveles de complejidad, es menester mencionar que el desarrollo de las mismas genera satisfacción en los individuos porque le permite expresar sus deseos, sentimientos y pensamientos (Cáceres , 2017).

Muchos individuos presentan dificultades en decir no, otras de mantener una conversación o enfrentarse eficazmente a las críticas de otros, pero así mismo existen personas que poseen buenas habilidades sociales, pero tienen alguna dificultad. Por ejemplo, una persona que puede presentarse ante un grupo de personas sin sentir vergüenza alguna, no puede hacer cumplidos o decirle a alguien que le desagrada. Por tanto se puede identificar diferentes tipos de habilidades sociales según la finalidad, se distingue entre las habilidades básicas que son fundamentales para cualquier interacción. Es menester mencionar que el

escuchar, iniciar una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, hacer un cumplido son parte de las relaciones iniciales, sin embargo, muchos niños no poseen, ni adquieren y sus relaciones sociales son un poco aisladas de su contextos (Castanyer y Cañizares, 2017).

Por otro lado, las habilidades sociales se encuentran dentro de la línea de la inteligencia emocional y es una de las competencias más complicadas de adquirir, debido que para desarrollarla el individuo necesita de relaciones con los demás y por ende es importante otras destrezas, se reconoce como un conjunto de costumbres que accede beneficiar las relaciones interpersonales, sentirse bien con uno mismo y con los demás, obtener lo que se quiere y conseguir que los demás no impidan alcanzar los objetivos (Ontoria, 2018).

### **Características de las habilidades sociales**

Factor I determina la autoexpresión en situaciones sociales, es decir, la capacidad de expresarse de forma espontánea y sin ansiedad, en situaciones sociales. Nos destaca la relación que las personas tienen frente a un estímulo, la capacidad para entablar una comunicación con el individuo. Mientras tanto el factor II presenta la defensa de los propios derechos, en otras palabras, es la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos. Uno de los factores importantes también es el factor III este presenta la expresión de enfado o disconformidades, en otros términos, es evitar conflictos o confrontaciones con los demás. También es adecuado utilizar la habilidad de poder enfrentar los problemas de manera asertiva con el fin de evitar cualquier discusión o problemática con las personas que lo rodean. En el factor IV menciona que es importante decir no y cortar interacciones, lo cual refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener. El factor V presenta hacer peticiones, es lo que expresamos frente a algo que deseamos ante otras personas. Y por último el factor VI que indica iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, dicho de otra forma es la habilidad para iniciar una conversación con el sexo opuesto, pedir una cita, y poder hacer espontáneamente un cumplido o halago (Andrade, 2019).



## **Dimensiones de las habilidades sociales**

El reconocimiento y entendimiento de las emociones de los demás es un proceso complejo los niños de edades entre 3 y 5 años suelen extraer un juicio de las situaciones y expresiones fisonómicas del resto, emociones primordiales que son simples y llanas; este es importante para el desarrollo de la empatía, puesto que los niños tienen habilidades para leer emociones de otros y gozar de un estatus alto entre sus iguales, de esta manera se puede derivar las habilidades sociales a través de dimensiones conductuales, personales y situacionales (Huertas, 2017).

Dentro de la dimension conductual se puede mencionar conductas verbal, y no verbal. Los componentes verbales se determinan por el componente de excelencia para la comunicación, cuando se habla de verbal implica el uso de las palabras propiamente expresadas, el contenido tiene un interés relativo para los interlocutores, se parte desde un tema a comunicar y el fondo de lo que se quiere comunicar por medio de las preguntas se solicita la información y las respuestas, debe ajustarse al tipo de preguntas que una persona se formule (Campaña, 2017).

El tipo de componente conductual, explica las habilidades sociales son conductas aprendidas y se obtiene por medio de la experiencia, el modelado y el refuerzo, los componentes motores se encuentran dentro de este grupo y se ejemplifican a través de los no verbales como mantener el contacto ocular, gestos suaves, sonrisa, expresión facial adecuada, distancia física y apariencia personal apropiada y los componentes paralinguísticos como el volumen de voz, el tiempo, fluidez en la conversación y componentes verbales como el contenido de las palabras, preguntas, refuerzo verbales y expresión directa (Huertas, 2017).

La comunicación es importante, ya que por medio de esta se puede mantener la interacción con los demás, gracias a esto, se puede expresar sentimientos y emociones o emitir un punto de vista. Se puede distinguir entre dos clases de personas, las que son favorable al mantener conversaciones y hasta sienten comodidad en hacerlo, pero en cambio, existen personas que al crear una conversación pueden sentirse incomprendidos y por lo tanto el vacíos. Los componentes conductuales no verbales son: expresión facial, mirada, sonrisas

posturas, orientación, gestos, apariencia personal y movimientos con las manos y piernas (Navas, 2016). Los componentes no verbales están sujetos a las habilidades básicas corporales la cual se identifica en los individuos como comunicadores de expresiones, utilizan señales y gestos para poder mejorar relaciones sociales, por ejemplo, los infantes que muestran discapacidad auditiva son los que mayor destrezas adquieren para lograr emitir gestos y señales; el mensaje que se quiere dar.

Por otro lado se puede plantear cuatro dimensiones las de tipo cognitivas que se conoce como aquellas habilidades en las que interceden factores psicológicos, es decir, lo que se piensa. Por ejemplo, identificar las necesidades, preferencias, gustos y estados de ánimo, entre otras. Las emocionales que son las habilidades que intervienen en las expresiones y manifestaciones de diferentes emociones, por ejemplo lo que se siente como la ira, enfado, alegría, tristeza; las de tipo instrumentales que se refiere a las que tienen mayor utilidad, es decir, las que buscan alternativas para la agresión, negociación de conflictos, entre otras. Por último las comunicativas que se refiere a las que interviene en un proceso comunicativo, lo que dice como iniciar conversaciones, formular preguntas y terminar conversaciones (Cáceres, 2017).

### **Dimensiones personales**

Permite discurrir que las competencias desarrollen la capacidad de uso y transformar la información activamente, gracias a la distinción apropiada para satisfacer las necesidades de relación interpersonal, que permiten a los individuos iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas (Navas, 2016). Es decir, las dimensiones personales son destrezas que obtienen los sujetos para iniciar una relación social, se puede hacer reseña a los pensamientos y sentimientos que interfiere cuando se halla en la relación con otro. Las relaciones interpersonales influye en la salud de los individuos tanto física como emocional, el que reciba y muestre afecto de un individuo puede llegar a satisfacer sus necesidades de admiración y por ende sentirse bien.

Elementos personales o también llamados componentes cognitivos, en la psicología los factores cognitivos ha influenciado de cierta manera como también

en la evaluación y tratamiento de las habilidades sociales. Los procesos cognitivos en la relación social de la persona con el entorno, ya que una relación social inadecuada muchas veces puede ser testigo de ciertos factores cognitivos, como también puede ser de percepciones, actitudes o expectativas erróneas. Uno de los errores a nivel cognitivo es la percepción social, muchas veces las personas suponen que la conducta es principalmente producto de su personalidad en lugar de pensar que puede corresponder más a una función de la situación en la que está, suponer que la conducta es debida a ella misma en vez de percibir, que el individuo solo toma ese papel por el momento. Los errores al observar más por el aspecto físico como el fijarse en la ropa, cabello o tipo de cosas que lleva puesto la persona. Por último ser influenciado por los estereotipos de razas o estratos sociales determinados es también errores a nivel cognitivo (Huertas, 2017).

### **Dimensiones situacionales**

Es el contexto o situación, donde el individuo toma en cuenta factores como la edad, sexo, religión cultura e ideología, posiblemente puedan sentirse cómodos o sintonizados en un mismo entorno; es así que la habilidad social debería discurrir dentro de un ámbito cultural determinado y los esquemas de comunicación modifica dentro de una misma cultura, dependiendo de factores tales como la edad, el sexo, la clase social y la educación (Meichenbaum, 2015). Cuando se requiere de un conocimiento a nivel cultural y social, las personas primero necesitan conocer la conducta que es competente y determinar elementos de tales conductas, debido a que existen reglas y normas que se implantan en cada cultura o sociedad.

Existen componentes dentro de las habilidades sociales que integran en los sistemas de respuestas de una persona, se habla de componentes conductuales cuando los comportamientos o acciones concretas como, moverse, hablar, bailar o hacer alguna cosa y componente cognitivos cuando interviene el lenguaje, pensamientos, percepción o interpretación de significado de las situaciones y fisiológicas cuando incluye factores emocionales y afectivos. Los componentes no verbales concurren durante una interacción con otro, interviniendo aspectos corporales o gestuales que se suele practicar cuando los sujetos se encuentran por ejemplo, en una conversación. Así mismo el componente verbal interviene el tono

de voz con el fin de darle énfasis a la conversación. La fluidez, el volumen, y la velocidad son importantes para poder evaluar cuando se determina el componente verbal (Caceres, 2017).

Hoy en día se han multiplicado el número de programas de entrenamiento de habilidades sociales, muchos de ellos manejan distintos métodos por lo que en esta investigación se basará en poseer la capacidad de comprender las habilidades sociales como Ortega (2015) menciona en su programa treinta diferentes habilidades sociales, las cuales se dividen en seis áreas; la primera área es las habilidades básicas de interacción social, como lo dice su nombre incluye comportamientos básico y esenciales para entablar una relación con los demás así sea niño o adulto. Con el fin de poder establecer una relación de amistad, puede ser conductas que se muestran tanto en interacciones de tipo afectivas, de amigos y otros contactos personales, donde los instrumentos principales es la interacción, como por ejemplo, el ir a una tienda y pedir algo de forma adecuada. También se le puede llamar habilidades de cortesía o amabilidad.

Cuando una persona presenta competencia social positiva en su infancia, redundante de manera positiva en su adaptación social, escolar y psicológica la autora Monjas da a entender que se ha manifestado la relación entre una habilidad social y un rendimiento escolar apropiado, la oportuna competencia social en la etapa de la niñez, está coligada con logros escolares y sociales superiores, con un mayor ajuste personal y social en la vida adulta. En ocasiones mucho de los programas no toman en cuenta este tipo de habilidades, porque suponen que cada individuo ya posee estas habilidades básicas y que sería obvio que lo hayan aprendido según su etapa evolutiva, considerando que solo son conductas formales y de buena educación, pero hay que suponer que a través del cumplimiento de estas puede atravesar a las siguientes áreas de las habilidades sociales y por ende tener un éxito en las interacciones. Los jóvenes que son socialmente hábiles son aquellos que favorece la socialización entre ellos, aumenta el rendimiento intelectual y crea mayores interacciones positivas; en cambio, lo contrario sería que el adolescente que no es socialmente hábil favorece a la baja autoestima y disminuye los reforzadores sociales positivos creando frustración (Ortega, 2015).

El área dos se compone de las habilidades para hacer amigos y amigas donde implica ciertas habilidades que son decisivos para la partida, desarrollo y mantenimiento de las relaciones positivas y satisfactorias con sus pares. Siendo que la amistad se entiende como la experiencia personal satisfactoria que ayuda al desarrollo social y afectivo, los niños que tienen amistades a menudo son los que mantienen relaciones sociales estables; además se conoce que son cruciales para empezar la etapa de desarrollo y sobre todo conservar interacciones positivas con los individuos que le rodean, al hablar del factor aporta hacia un correcto desarrollo social y afectivo del niño, pues los que poseen de amistades, tienen una mayor adaptación, no solo a nivel personal sino también social. (Ortega, 2015)

Un tema relacionado con los diferentes aspectos que propone la autora es la adaptación social desde el grado del que un niño se sienta querido y más o rechazado en su grupo de compañeros o amigos. Es posible que la aceptación por sus iguales muestre un índice clave de la adaptación social presente en niño y sean predictores de la adaptación futura, cuando es rechazo es probable que disponga de problemas en la infancia, en su adolescencia y en el futuro.

Lo primordial de las habilidades conversacionales es que se ponen en juego las relaciones interpersonales, por ello se conoce como el soporte de las interacciones con otras personas. Los niños que mantienen relaciones sociales competentes se inmiscuyen en conversaciones por ejemplo hacen preguntas, proporcionan información de sí mismos; es decir, responden preguntas con frecuencia. Es probable que los niños que conversar con el resto sean los más queridos y aceptado por otros individuos.

Para que las relaciones interpersonales de la persona sean adecuadas y lleguen a tener un éxito es necesario que se pueda comunicar de forma asertiva a través de la expresión verbal y no verbal ósea de las habilidades básicas de interacción, de esta manera se puede expresar sentimientos, pensamientos, emociones. Regularmente los niños que poseen las habilidades competentes llegan a tener una alta autoestima, además de expresar de ser asertivos en la defensa de sus derechos sin violentar los derechos de los demás. Ontoria (2015) menciona que las habilidades que se encuentran relacionadas con la conducta asertiva, es decir, aquella que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa

de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los otros. El sujeto asertivo, resguarda sus propios derechos y respeta los derechos de los demás, logra sus objetivos, es expresivo emocionalmente, se siente bien sí mismo y hacen que los demás valoren y respeten sus deseos y opiniones.

Los individuos se han considerado como un ser social que constantemente se encuentran en interacción con los demás, entonces se puede determinar que cada contacto o encuentro que tiene una persona con otro se produce un aprendizaje o crecimiento personal; es por esta razón en el la actualidad con la moderna tecnología y la globalización se exige nuevas maneras de relacionarse, se exige personas competentes no solo en las habilidades concretas, sino también en habilidades sociales, donde se puede tomar en cuenta la comunicación, las decisiones adecuadas, la forma de expresar los pensamientos, sentimientos, emociones y satisfacer las necesidades, en entonces importante considerar las dimensiones sociales porque ayuda al desarrollo integral del ser humano en la sociedad (Cáceres , 2017).

### **Importancia de las habilidades sociales**

El comportamiento interpersonal de un adolescente desempeña un papel principal en el desarrollo emocional, social, personal, provocando que los mismos carezcan de adecuados comportamientos sociales, además, pueden experimentar aislamiento social, rechazo y en general son menos felices, es por ello que las habilidades sociales son importantes no solo en lo que refiere a las relaciones con sus pares, sino también permite que los adolescentes asimilen papeles y normas sociales dentro de un transcurso social (Ortega, 2015).

Por tanto, las habilidades sociales es de gran interés para la humanidad porque por medio de esto se puede implantar hábitos a niveles de conductas, pero a su vez pensamientos y emociones, permitiendo mejorar las relaciones interpersonales con otros individuos de la misma edad que es el primordial beneficio, pero si se deja de lado puede ser causa de estrés sobre todo cuando se carece de habilidades sociales (Campos, 2017).

El desarrollo de las habilidades sociales genera satisfacción en la persona porque permite que el individuo exprese sus sentimientos, pensamientos,

derechos, deseos, actitudes de forma adecuada y efectiva, pero por otro lado, el déficit de las habilidades mencionadas influye de manera negativa en el autoestima, ansiedad, pérdida de confianza y existe una inhibición social generando molestias, de modo accesorio dentro de un ámbito escolar las habilidades sociales son imprescindibles porque generan equilibrio y ajuste personal, permite a los jóvenes a mejorar su desempeño académico y logran una adecuada adaptación mejorando su salud mental (Torres, 2017).

En conclusión las habilidades sociales como los procesos de relación social son indispensables en la vida de los seres humanos, pues su influencia en las diferentes áreas de la vida ya sea familiar, personal o emocional, se ve reflejado en aquellos que pueden entender, controlar sus sentimientos, pensamientos y emociones, un adolescente con un amplio conocimiento y práctica en habilidades sociales será capaz de contribuir y fortalecer las relaciones interpersonales y sobre todo la adaptación con el medio.

## **Capítulo II**

### **Metodología**

#### **Diseño del trabajo**

El presente trabajo de investigación tuvo un enfoque cuanti – cualitativo cuyo propósito fue describir la relación entre las dos variables, que son adicción a la tecnología y las habilidades sociales. El estudio englobó como finalidad conocer la relación que existe entre los conceptos, niveles o variables en un contexto en particular. También se indicó que las técnicas utilizadas dentro de esta investigación fueron, el análisis bibliográfico, la observación y la toma de reactivos psicológicos, con el afán de dar a conocer datos reales y fidedignos sobre las variables planteadas.

La investigación fue de carácter cuantitativa por que se utilizó el proceso de recolección y análisis de datos para verificar las hipótesis, también presentó un enfoque psicométrico para la interpretación de los datos obtenidos. Fue cualitativo por la indagación en el aspecto teórico que buscó el conocimiento de un fenómeno social, así como también entender la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades sociales en la población de objeto de estudio.

En este trabajo investigativo se aplicó el tipo descriptivo, dado que exploró e investigó de forma escrupulosa la situación actual de la población investigada y la concordancia en la relación con las variables, mediante la aplicación de los instrumentos, Evaluación y Prevención de la Adicción a Internet, Móvil, Videojuego (ADITEC) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS). Con el fin de argumentar la investigación se indagó en libros, revistas y artículos científicos, de esta manera se buscó reflejar transparencia para la validación del presente trabajo. Así mismo se realizó una investigación de campo, al acercarnos directamente al lugar de los hechos, en donde se identificó la problemática, el lugar y tiempo que ocurrió el fenómeno encontrado, los datos son verídicos puesto que se adquirió de la población en estudio.



## Área de Estudio

**Campo:** Psicología

**Enfoque:** Clínico

**Aspectos:** Adicción a la Tecnología y Habilidades Sociales

**Delimitación espacial:** Unidad Educativa “Gabriela Mistral”

**Provincia:** Cotopaxi

**Cantón:** Latacunga

**Delimitación:** Año 2019- 2020

## Población y Muestra

En esta investigación la población de estudio fueron los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de la ciudad de Latacunga, con la totalidad de 61 estudiantes, el rango de edad fue entre 14 a 17 años entre mujeres y hombres.

### Tabla N°1.

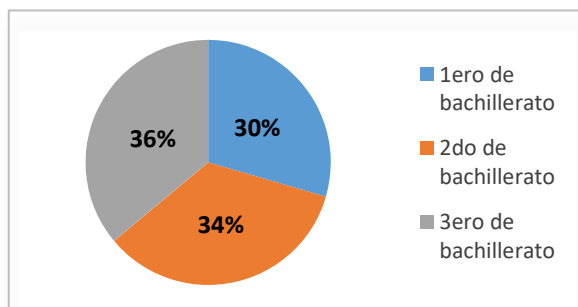
*Población de estudio*

<b>Población</b>	<b>Masculino</b>	<b>Femenino</b>	<b>Cantidad</b>
1ero de bachillerato	9	9	18
2do de bachillerato	9	12	21
3ero de bachillerato	11	11	22
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>61</b>

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

### Grafico N°1.

*Población de estudio*



**Nota:** Elaborado por la investigadora.

## **Instrumentos de investigación**

Para el diseño de la investigación, se utilizaron los instrumentos de recolección de datos: Evaluación y prevención de la adicción a internet, móvil y videojuego (ADITEC) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS).

### **Evaluación y prevención de la adicción a internet, móvil y videojuego (ADITEC)**

Este instrumento fue elaborado por Mariano Chóliz Montañez, Clara Marco Puche y Carmen Chóliz Montañés (2016). Es aplicable en adolescentes de edades entre los 12- 17 años, el instrumento se utiliza de manera individual o colectiva, tiene una duración de 5-10 minutos de aplicación. ADITEC consta de tres tipos (ADITEC-I), (ADITEC-M) y (ADITEC-V), cabe recalcar que este cuestionario se distribuye en una escala ordinal que va desde 1 a 99. El resultado o puntuación del test se obtiene de manera directa, determinando la existencia de adicción de la siguiente manera con puntuaciones percentiles (Pc) de  $< 85$  no presenta,  $\geq 85$  indicios de adicción y  $\geq 95$  existe adicción; cada tipo consta con validez y confiabilidad individual. Este test mide tres tipos de adicción, en cada tipo se evalúa los niveles, grados y dimensiones, pero para la presente investigación se tomaran en cuenta los datos obtenidos de los tipos:

- Test de Adicción al Internet (ADITEC- I)

El test adicción al internet consta de 23 ítems que permite evaluar el nivel de dependencia al internet, así como también el patrón de uso y las características de la dependencia son similares en cualquiera de las comunidades virtuales. ADITEC I mide cuatro dimensiones: abuso, abstinencia, perturbación, ausencia de control y escape. Además, presenta una puntuación total que nos indica la sospecha de un problema de adicción. Puntuaciones altas en esta dimensión (Pc  $>85$ ) sugeriría la existencia de ciertos indicios de una dependencia al internet y redes sociales, por otro lado la puntuación percentil superior a 95 sugeriría la existencia de una adicción.

### **Confiabilidad**

Para la elaboración del cuestionario inicial se tomaron en cuenta 32 ítems que recogían los criterios de los trastornos por dependencia del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV-TR) adaptados al uso del internet.

Después de un análisis de fiabilidad, se construyó la versión actual de 23 ítems. El coeficiente alfa de Cronbach es de: 0,93 oscilando entre 0,79 y 0,83.

### **Validez**

Se empleó el método de rotación de Promax, al hipotetizar que los distintos factores no serán independientes entre sí. La medida de adecuación muestral fue de Káiser – Meyer – Olkin (KMO= 0,96).

- Test de Adicción al Móvil (ADITEC- M)

El test adicción al móvil es un cuestionario de 22 ítems que evalúa la dependencia al teléfono móvil o celular; este cuestionario se elaboró cuando era infrecuente la conexión del internet en los celulares. El móvil tiene numerosas funciones tecnológicas (reproducción de audios, comunicación, videos, grabación, videojuego).El actual (ADITEC- M) evalúa la dimensión de la adicción y no los detalles del uso, los ítems son los mismos que el TDM (test de dependencia al móvil) que se agrupaban de tres, por ello la nueva adaptación se agrupo de cuatro niveles: tolerancia y abstinencia, dificultad para controlar el impulso, problemas derivados del gasto económico y abuso. Puntuaciones altas en esta dimensión ( $P_c > 85$ ) sugeriría la existencia de ciertos indicios de una dependencia al celular y las puntuaciones percentiles superiores a 95 sugeriría la existencia de una posible adicción.

### **Confiabilidad**

El test se construyó y se validó cuando todavía se desconocía de las aplicaciones de mensajería instantánea por internet para móviles, en los estudios consiguientes se verifico que el patrón de uso del móvil es muy diferente si se usa con aplicaciones frente al manejo del móvil para llamadas y mensajería local. Posteriormente, se realizó una nueva versión del test sin alterar el contenido del mismo. El alfa de Cronbach del conjunto de 22 ítems fue de 0,93, reflejando una consistencia interna. Los coeficientes de las distintas dimensiones oscilaron entre 0,75 y 0,89.

### **Validez**

Para la validación del test se empleó la técnica del análisis factorial, mediante el método de componentes principales de rotación Promax, empleado para ello un valor de Kappa =4. El contraste de esfericidad de Bartlett ( $\chi^2(231)=29493,41, p <$

0,01) permitió la correlación adecuada para la factorización, las medidas muestrales de Kaiser-Meyer Olkin (KMO= 0,95) también son adecuadas para este análisis.

- Test de Adicción a los videojuegos (ADITEC –V)

La batería está estructurada de la misma forma que los cuestionarios anteriores, es decir, evaluó las principales dimensiones con los criterios para los trastornos por dependencia y la dificultad para controlar los impulsos. El test consta de 24 ítems que analizaron las siguientes dimensiones: juego compulsivo, abstinencia, tolerancia e interferencia con otras actividades, problemas sociales y escape. Puntuaciones altas en esta dimensión ( $P_c > 85$ ) indicarían uso excesivo que se ha incrementado notablemente y las puntuaciones percentiles superiores a 95 presentarían dificultad para controlar el propio juego.

### **Confiabilidad**

Se elaboró un cuestionario compuesto de 55 ítems, que recogían los criterios de trastornos por dependencia de sustancia de acuerdo al DSM-IV-TR, así como la dificultad para controlar el impulso, seleccionando los elementos más repetitivos. Tras una nueva validación se dispuso de un instrumento de 32 ítems y por último concluyó con versión final del ADITEC-V de 24 ítems agrupado en cuatro dimensiones como es el juego compulsivo, abstinencia, tolerancia e interferencia con otras actividades, problemas asociados y escape. El alfa de Cronbach es de 0,95, oscilando 0,81 y 0,88 en las dimensiones.

### **Validez**

Para la validación del cuestionario se eligió de nuevo el método Promax con valor de Kappa de 4. El contraste de esfericidad de Bartlett ( $\chi^2(276)=24754,42, p < 0,001$ ) permitió considerar la matriz de correlaciones adecuada para la factorización y la adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO=0,98) que también era adecuada para el análisis.

### **Escala de habilidades sociales (EHS)**

Este test fue elaborado por Gismero (2000) en la Universidad Pontificia Comillas (Madrid) en la facultad de Filosofía y Letras, sección Psicología; fue adaptado por César Ruiz Alva en la Universidad César Vallejo de Trujillo (2006). La población de aplicación es adolescentes y adultos, la evaluación dura de 10 a 15 minutos, se lo realiza de forma individual o colectiva.

El cuestionario está compuesto de 33 ítems (28 redactados en el sentido de déficit en habilidades sociales y 5 en forma positiva). Consta de 4 alternativas de respuesta distribuida en una escala tipo Likert, se indica la directriz de escoger la respuesta que más se asemeje a su realidad. Para el análisis propone una agrupación de 6 factores: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de inconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Este test mide seis factores y en cada factor mide niveles, para la investigación vigente se tomara en cuenta los datos de los niveles.

### **Corrección y puntuación**

Cada respuesta tiene asignado un valor con puntuación directa (PD) y su respectivo baremo, es necesario sumar los puntos para verificar en la escala que se encuentra en la base de la columna. Finalmente, la PD global es el resultado de sumar las puntuaciones obtenidas en los 6 factores y su resultado se anotara debajo de las anteriores.

### **Interpretación**

El análisis de estos resultados se los realizo en base a 3 niveles de habilidades sociales el que establece en percentiles de un nivel bajo (25 o menos), medio (26 al 74) y alto (75 o más es un nivel alto HS).

### **Confiabilidad**

El instrumento muestra alta consistencia interna que se evidencia con el coeficiente de confiabilidad  $\alpha = 0,88$ ; mediante la interpretación de los resultados las habilidades del sujeto se especifican en nivel alto, medio y bajo, ya que supone que el 88% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común discriminación conjunta.

### **Validez**

La validación del instrumento se realizó durante la experimentación y las correlaciones encontradas en la muestra de adultos de 0,74 y 0,70 en los jóvenes.

### **Procedimientos para obtención y análisis de datos**

Para la recopilación de la información se procedió a realizar una visita a la Unidad Educativa Gabriela Mistral en la ciudad de Latacunga, con el fin de acordar la fecha de aplicación de los instrumentos. El día planificado se aplicó las

siguientes baterías: Evaluación y Prevención de la Adicción a Internet, Móvil y Videojuego (ADITEC) y la Escala de Habilidades Sociales. Posteriormente se realizó la calificación de los instrumentos, seguido del análisis estadístico y sistemático para la obtención de los resultados en forma de tablas y gráficos en el informe final. Finalmente se comprobó las hipótesis, se redactaron las conclusiones y recomendaciones.

### **Actividades**

Se procedió a la validación del tema de investigación, posterior a ello se eligió al tutor para la guía de todo el trabajo, después de este proceso se realizó una reunión para indicar las respectivas directrices, así como también acordar el día y la hora de las tutorías. Inmediatamente se realizó la solicitud de autorización para la institución de estudio, en donde se dio la apertura para la aplicación de los instrumentos de evaluación y en un futuro ejecutar la propuesta de investigación. El proceso inició con la entrevista al personal del DECE el mismo que manifestó un diagnóstico de posible problemática en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral en la ciudad de Latacunga, se elaboró un árbol de problemas en el cual se planificó las temáticas a investigar sobre las temáticas de adicción a la tecnología y las habilidades sociales. Consecutivamente se acordó los días de visita a la Institución con la respectiva documentación para tramitar los permisos necesarios. Para la aplicación de los instrumentos se contó con un consentimiento informado de los padres de familia en el cual se acepta que los estudiantes sean evaluados. Se examinó los instrumentos con las autoridades de la institución y las directrices que el estudiante debió cumplir para llenar los cuestionarios. Posterior a la aplicación de los instrumentos, la información se tabuló por medio del chi cuadrado y la respectiva interpretación como lo indica cada instrumento. Por último se redactó el informe final con los resultados obtenidos, el análisis, conclusiones, recomendaciones, teniendo como base la información verídica, se procedió a realizar la propuesta en donde se pretende dar solución al problema planteado.

### Capítulo III

#### Análisis e Interpretación de Resultados

##### Evaluación y prevención de la adicción a Internet, móvil y videojuego (ADITEC)

**Tabla N°2.**

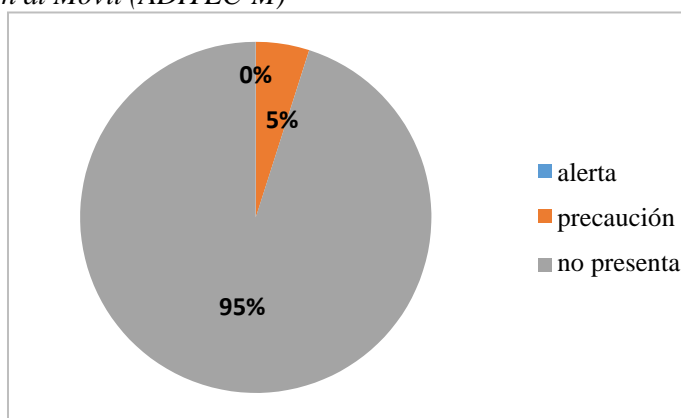
*Tipo 1. Test de Adicción al Móvil (ADITEC-M).*

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Alerta	0	0%
Precaución	3	5%
No presenta	58	95%
Total	61	100%

**Nota:** Elaborado por la investigadora

**Grafico N°2.**

*Test de Adicción al Móvil (ADITEC-M)*



**Nota:** Elaborado por la investigadora

#### Análisis e Interpretación

Mediante los datos obtenidos, se evidenció que más de las tres cuartas partes no presentan adicción al móvil, esto significa que gozan de un nivel equitativo del uso del celular. A la vez, se observó que menos de una cuarta parte presenta un nivel de precaución, lo que se interpretó que utilizan el móvil más de lo que realmente necesitan. Puntuó cero en nivel alerta, es decir, la población estudiada no presenta adicción al móvil.

**Tabla N°3.**

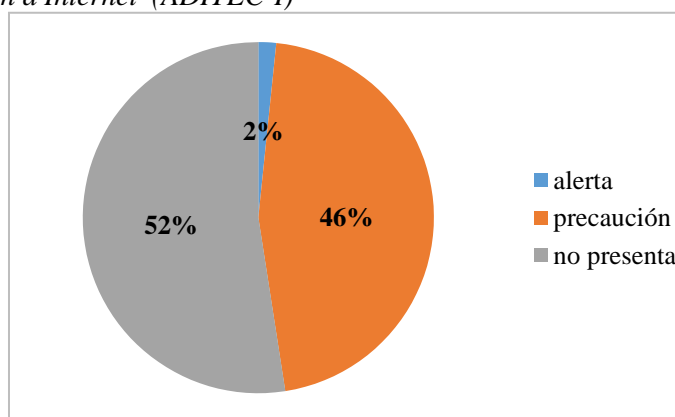
*Tipo 2: Test de Adicción a Internet (ADITEC-I).*

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Alerta	1	2%
precaución	28	46%
no presenta	32	52%
Total	61	100%

**Nota:** Elaborado por la investigadora

**Grafico N°3.**

*Test de Adicción a Internet (ADITEC-I)*



**Nota:** Elaborado por la Investigadora

### **Análisis e interpretación**

De la población evaluada se obtuvo datos en el cual se evidenció que menos de una cuarta parte presentaron nivel de alerta, esto indica que un porcentaje mínimo refiere adicción al internet y redes sociales. Por consiguiente, menos de las dos cuartas partes de la población mostraron un nivel de precaución, esto quiere decir que presentan ciertos indicios de una dependencia a internet y redes sociales. Finalmente existió un tercer grupo, que correspondió a más de las dos cuartas partes que reflejaron no presentar adicción alguna. Dicho en otras palabras, la población estudiada presenta un nivel muy bajo de adicción al internet.



**Tabla N°4.**

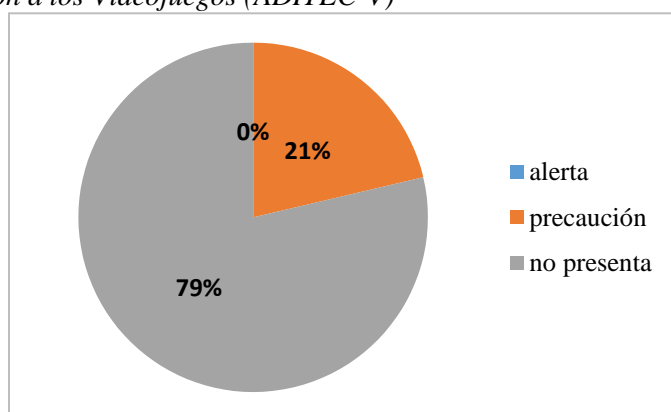
*Tipo 3: Test de Adicción a los Videojuego (ADITEC- V)*

<b>Alternativa</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Alerta	0	0%
Precaución	13	21%
No presenta	48	79%
Total	61	100%

**Nota:** Elaborado por la investigadora

**Grafico N°4.**

*Test de Adicción a los Videojuegos (ADITEC-V)*



**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Análisis e interpretación**

De acuerdo con los datos obtenidos se reflejó que menos de una cuarta parte puntuó precaución, lo que quiere decir que existen ciertos indicios de una dependencia a los videojuegos. El segundo porcentaje describe a las tres cuartas partes de la población refiriendo no presentar adicción, esto quiere decir que los estudiantes objeto de estudio no dedican un tiempo desmedido a los videojuegos. En el tercer porcentaje de alerta a una adicción obtuvo como resultado cero. Finalmente se mostró que la población no presenta adicción a los videojuegos.

## Habilidades Sociales

**Tabla N°5.**

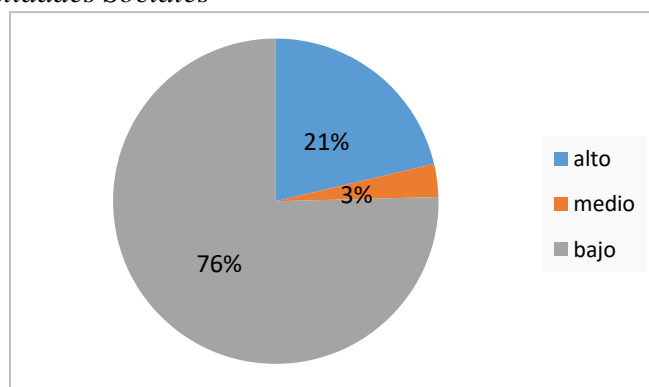
*Escala de Habilidades Sociales (EHS)*

<b>Alternativa</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Alto	13	21%
Medio	2	3%
Bajo	46	75%
Total	61	100%

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Grafico N°5.**

*Escala de Habilidades Sociales*



**Nota:** Elaborado por la investigadora.

### **Análisis e Interpretación**

Mediante los datos obtenidos se identificó que menos de una cuarta parte de la población puntuó un nivel alto en el uso de habilidades sociales, lo que significa que los adolescentes aprovechan aquellas destrezas consolidadas para mejorar la comunicación al momento de relacionarse. Menos de una cuarta parte se refiere al nivel medio, lo que quiere decir que tienen deficiencia al momento de interactuar con sus pares. Finalmente existió un porcentaje elevado de más de las tres cuartas partes de la población que corresponde al nivel bajo de habilidades sociales, lo que represento que la mayoría de los evaluados tiene baja capacidad para relacionarse con las personas del entorno.

## Cálculo del Chi Cuadrado

### Verificación de la hipótesis

La adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

### Modelo lógico

**H<sub>1</sub>**= La adicción a la tecnología influye en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga. **H<sub>0</sub>**= La adicción a la tecnología no influye en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga. **Definición del nivel de significación**

Se puede determinar la zona de aceptación o rechazo de la hipótesis nula, así como también de la hipótesis alterna. El trabajo se realizó con el 5 % o 0,05.

Elección de la prueba estadística del Chi Cuadrado.

Formula que se utilizó para la verificación de hipótesis:

$$X^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

### Simbología:

O = Datos observados (Frecuencia Observada).

E = Datos esperados (Frecuencia Esperada).

El resultado de la fusión que se realizó con los instrumentos psicológicos, se refleja en los cuadros de frecuencia observada, que es el producto de la suma de los resultados cruzados, los resultados obtenidos dan paso a los valores laterales y el cuadro de frecuencia esperada se obtiene mediante la multiplicación de los valores laterales divididos para el producto de los mismo valores.

### Tabla N° 6.

*Frecuencia Observada (ADITEC Móvil/EHS)*

ADITEC-M/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	0	0	0	0
Precaución	1	0	2	3
No presenta	12	2	44	58
Total	13	2	46	61

**Nota:** Elaborado por la investigadora

**Tabla N°7.***Frecuencia Esperada (ADITEC-Móvil/EHS)*

ADITEC-M/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	0	0	0	0
Precaución	0,64	0,09836066	2,26	3,0
No presenta	12,4	1,902	43,74	58,0
Total	13,000	2,000	46,000	61,000

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N°8.***Tabla de Contingencia (ADITEC-Móvil/ EHS)*

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
Alerta/A	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/A	1	0,64	0,361	0,130	0,000
Nopres/A	12	12,4	-0,361	0,130	0,011
Alerta/M	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/M	0	0,09836066	-0,098	0,010	0,098
Nopres/M	2	1,902	0,098	0,010	0,005
Alerta/B	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/B	2	2,26	-0,262	0,069	0,000
Nopres/B	44	43,74	0,262	0,069	0,000
					0,114

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Grados de libertad**

Fórmula aplicada:

$gl = (c - 1)(r - 1)$ , interpretación:

gl: grados de libertad

c= número d filas

r= número de columnas

$gl = (3-1)(3-1)$

$gl = (2)(2)$

$gl = 4$

A nivel de importancia de 0,05 y 4 grados de libertad (gl) el valor de Chi-cuadrado tabular es  $\chi^2_t = 9,49$

**Decisión (ADITEC-Móvil / EHS)**

Si el valor calculado es mayor que el valor tabular se rechaza la hipótesis

nula y se acepta la hipótesis alterna.  $X_c^2 > X_t^2$  El resultado obtenido por la tabla estadística es menor dado que señala el: 0,114 es menor que 9,49, se acepta la hipótesis nula en el tipo de adicción al celular.

## Chi cuadrado 2

**Tabla N°9.**

*Frecuencia Observada (ADITEC-Internet/EHS)*

ADITEC-I/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	1	0	0	1
Precaución	7	0	21	28
No presenta	5	2	25	32
Total	13	2	46	61

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N°10.**

*Frecuencia Esperada (ADITEC-Internet/ EHS)*

ADITEC-I/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	0,21311475	0,03278689	0,75409836	1
Precaución	5,97	0,91803279	21,11	28,0
No presenta	6,8	1,049	24,13	32,0
Total	13,000	2,000	46,000	61,000

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N°11.**

Tabla de	Contingencia		(ADITEC-Internet/ EHS)		
	FO	FE	FO-FE	(FO-FE)2	(FO-FE)2/FE
ADITEC-I/EHS					
Alerta/A	1	0	1,000	1,000	0,000
Prec/A	7	0,64	6,361	40,458	0,000
Nopres/A	5	12,4	-7,361	54,179	4,383
Alerta/M	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/M	0	0,09836066	-0,098	0,010	0,098
Nopres/M	2	1,902	0,098	0,010	0,005
Alerta/B	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/B	21	2,26	18,738	351,102	0,000
Nopres/B	25	43,74	-18,738	351,102	0,000
					4,487

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

## Decisión (ADITEC-Internet/ EHS)

La respuesta obtenido por la tabla estadística es menor que la puntuación

obtenida, es decir el: 4,487 es menor que 9,49, se acepta la hipótesis nula en el tipo de adicción al internet.

### Chi cuadro 3

**Tabla N°12.**

*Frecuencia Observada (ADITEC- Videojuego/ EHS)*

ADITEC-V/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	0	0	0	0
Precaución	2	0	11	13
No presenta	11	2	35	48
Total	13	2	46	61

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N°13.**

*Frecuencia Esperada (ADITEC-Videojuego/EHS)*

ADITEC-V/EHS	Alto	Medio	Bajo	Total
Alerta	0	0	0	0
Precaución	2,77	0,42622951	9,80	13,0
No presenta	10,2	1,574	36,20	48,0
Total	13,000	2,000	46,000	61,000

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N° 14.**

*Tabla de Contingencia (ADITEC-V/EHS)*

ADITEC-V/EHS	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
Alerta/A	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/A	2	0,64	1,361	1,851	0,000
Nopres/A	11	12,4	-1,361	1,851	0,150
Alerta/M	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/M	0	0,09836066	-0,098	0,010	0,098
Nopres/M	2	1,902	0,098	0,010	0,005
Alerta/B	0	0	0,000	0,000	0,000
Prec/B	11	2,26	8,738	76,347	0,000
Nopres/B	35	43,74	-8,738	76,347	0,000
					0,253

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

### **Decisión (ADITEC-Videojuego/EHS)**

Los resultado obtenido por la tabla estadística es menor que la calificación alcanzada, en efecto el: 0,253 es menor que 9,49, se acepta la hipótesis nula en el tipo de adicción a los videojuegos.

**H<sub>0</sub>**= La adicción a la tecnología no influye en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

## Capítulo IV

### Conclusiones y Recomendaciones

#### Conclusiones

1. Después de haber analizado el cálculo matemático del Chi Cuadrado por medio de la tabla estadística y del cruce de variables, se demuestra que el Chi tabular es de 9,49 y los Chi experimentales son de 0,114 (ADITEC-M/EHS); 4,487 (ADITEC-I/EHS) y 0,253 (ADITEC-V/EHS), es decir, que el valor es menor a lo esperado, por lo tanto se evidencio que las variables son independientes. Por lo tanto se concluye que la adicción a la tecnología no influye en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato en la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.
2. Se identificó los tipos de adicción a la tecnología según los cuestionarios, (ADITEC-M) la población no presenta adicción al móvil, lo que se interpreta que conservan el uso adecuado del celular. De la misma forma con el cuestionario (ADITEC-I) se demostró en un porcentaje mínimo de la población la precaución de adicción al internet, esto quiere decir que en el uso del internet existe alerta de llegar a ser una adicción, aunque actualmente no lo es, finalmente con el cuestionario (ADITEC-V) se evidencio que los estudiantes no presentan adicción a los videojuegos, por lo que se afirmó que el uso es normal y no existe alteración alguna.
3. Se determinó que los niveles de habilidades sociales que poseen los estudiantes del bachillerato, el mismo que señalo un nivel bajo demostrado el mayor rango de porcentaje en los evaluados, en el nivel medio y alto tuvieron un porcentaje irrelevante, por lo que se evidencio que los estudiante mostraron escaso manejo de habilidades sociales al momento de interactuar con la sociedad.
4. En base a los resultados obtenidos se evidencio que las variables no presentan relación, sin embargo se identificó que el uso del internet mostro precaución de una posible adicción, por lo que fue importante



diseñar como propuesta talleres de psicoeducación sobre el manejo de la tecnología, con el propósito de concientizar el uso adecuado y prevenir la aparición de un trastorno adictivo dentro y fuera de la institución, considerando que en la actualidad por la emergencia sanitaria el uso del internet es una herramienta necesaria, por lo que el riesgo aumenta.

### **Recomendaciones**

1. En la actualidad el uso de la tecnología posiblemente este remplazando las habilidades sociales, por lo que se recomienda incentivar la interacción social entre los estudiantes, a través de conversatorios, charlas, encuentros entre pares, simulacros de resolución de problemas, entre otros.
2. Se recomienda que el uso del internet y otros dispositivos tengan un acompañamiento y guía por los padres de familia, ya que el uso inadecuado y excesivo del internet podría conllevar a una posible adicción o incluso involucrarse en situaciones de riesgo, por lo que la vigilancia de los tutores sería una estrategia adecuada.
3. En base a los resultados obtenidos se recomienda incentivar el entrenamiento de habilidades sociales, con el propósito de concientizar la importancia del manejo asertivo de las relaciones interpersonales, es decir, ayudar a optimizar la comunicación entre pares y con el entorno social.

### **Discusión**

A continuación se expuso la revisión de investigaciones con datos de carácter teórico y empírico, que tuvo relación con las variables del tema planteado.

La tecnología se ha convertido en una herramienta de trabajo y entretenimiento por el fácil acceso, por este motivo se ha incrementado la falencia de habilidades sociales, se menciona a la primera investigación elaborada por Mendoza, Baena y Baena (2015) en la cual afirmó que existe afectación negativa del uso del teléfono móvil, por lo tanto la presente investigación no coincide con los resultados, cabe señalar que en el estudio de Mendoza se manejó como población a estudiantes universitarios y la aplicación de test fue de forma aleatoria, en cambio en la investigación actual la población fueron adolescentes de secundaria y los

cuestionarios se aplicó por cursos. Finalmente la temática adicción a la tecnología no es un fenómeno latente en la población objeto de estudio, por el hecho de que en los resultados se mantuvo en un rango normal de acceso a la tecnología.

Otra investigación realizada por Barro et ál (2017) en su estudio determino la leve relación entre adicción al internet y el desarrollo de las relaciones interpersonales, por lo tanto la presente investigación concuerda con los resultados, en vista de que aquí tampoco se identificó una adicción con el uso del internet y la tecnología, es decir, no influye en las habilidades sociales.

Finalmente se apreció los resultados de Flores et al. (2015) quien determinó que las mujeres muestran mayor nivel de adicción al teléfono móvil al utilizarlo como elemento de comunicación interpersonal. Por lo que se evidencio que la investigación vigente no coincide con los resultados, esto puede deberse a que ocuparon poblaciones distintas. En la indagación de Flores se abarco a estudiantes universitarios de una institución pública y otra privada, se utilizaron encuestas para la recaudación de la información, por el contrario en la presente investigación la población fueron estudiantes adolescentes de educación secundaria y para la recaudación de datos utilizaron test

## **Capítulo V**

### **Propuesta**

#### **Tema de propuesta:**

Talleres psicoeducativos sobre el manejo del internet en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

#### **Justificación**

Por medio de las evidencias estadísticas recopiladas, se observó que no existe relación entre adicción a la tecnología y las habilidades sociales, por lo cual se aceptó la hipótesis nula.

Tomando en cuenta que el porcentaje con dificultad se presentó en las dos variables, con un riesgo de posible adicción al internet mostrado en el cuestionario ADITEC-I con 46% y un nivel bajo del uso de habilidades sociales mostrado en el test EHS con 76%.

Con estos datos, para la presente propuesta se tomó como referencia los resultados del ADITEC-I, porque existió un posible riesgo con el uso del internet, es decir, que puede desencadenar en una adicción. Por lo cual se consideró de gran importancia el diseño de estrategias de prevención ya que entre las dos problemáticas el uso del internet podría ser más nocivo para la población, no tanto por el resultado sino por manejar prevención a una posible adicción. Hay que mencionar, que en la actualidad por motivo de la pandemia el manejo de internet se ha convertido en una herramienta indispensable, además de atractiva y divertida, esto puede reforzar a que se convierta en una adicción.

Es original porque en la provincia de Cotopaxi no se han realizado intervenciones de este tipo, dado que los instrumentos utilizados son actuales y adquiridos exclusivamente para esta investigación con una inversión personal. Cabe mencionar que la investigación fue dirigida exclusivamente a adolescentes y la propuesta de talleres psicoeducativos con actividades y técnicas cognitivo – conductuales, ayudaran a educar y modificar conductas inadecuadas, previniendo así una posible adicción al internet.

Resultado factible al contar con el permiso de la institución, así como también con el espacio y tiempo necesario; la recopilación de datos se realizó mediante la técnica cualitativa y cuantitativa concerniente al tema vigente, del cual se obtuvo amplio conocimiento mediante el desglose de las variables, lo que permitió la realización de un trabajo eficiente. Lo beneficiarios fueron docentes, estudiantes y padres de familia del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

### **Objetivo General**

Proponer talleres para el manejo adecuado del internet en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga.

### **Objetivos Específicos**

1. Planificar actividades psicoeducativas para el buen manejo del internet.
2. Capacitar a la población educativa a través de técnicas específicas el manejo adecuado del internet en los estudiantes objeto de estudio.

### **Estructura Técnica de la Propuesta**

Esta propuesta se basa en la elaboración de talleres enfocados en la corriente constructivista y en la fundamentación psicológica cognitivo conductual, centrados en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral de Latacunga, para indicar el uso seguro del internet y las redes sociales; esto se desarrollara mediante sesiones con el fin de que todos los participantes obtengan el mayor conocimiento sobre el manejo de la tecnología, los posibles riesgos y consecuencias del uso inadecuado del internet, así como también la afectación que tiene sobre la salud física y mental.

Se planificaron tres talleres con actividades dinámicas, de intervención y cierre, que permitan generar rapport y empatía entre los estudiante, dichas actividades serán construidas mediante la problemática planteada de manera grupal e individual dependiendo de las actividades, los talleres están planificados por semanas, con la duración de una hora. Por medio de las autoridades se escogerá un día a la semana y la hora pertinente para impartir cada taller.

## **Argumentación Teórica**

La implantación paulatina de las tics se ha convertido en un elemento imprescindible que ayuda a la sociedad a estar cada vez más comunicados, conectados o entretenido, de hecho, la mayoría de las actividades que se realiza es mediante el uso de las tics, es así como día tras día se incorporan más usuarios. La elaboración de nuevos programas y aplicaciones que cada vez son más avanzadas, por lo cual surgen cambios drásticos en el proceso evolutivo de las personas.

Según Martínez et ál. (2017) los aspectos basados en el comportamiento y su forma de actuar ante ellos, son adquiridos por las personas mediante la observación y el aprendizaje lo que permite que una actividad se convierta en un hábito y se instale en el diario vivir del ser humano, he ahí la importancia de trabajar con la corriente cognitivo conductual.

Según García et ál. (2018) la intervención cognitivo conductual es muy efectiva incluso para el tratamiento de conductas compulsivas, como el juego patológico y la impulsividad, reflejando que cuando existe síntomas de abstinencia, los resultados exponen que la terapia reduce estos síntomas, lo que demuestra una mejora significativa a través de esta técnica.

Según Torres (2015) en la investigación sobre un paciente con trastorno dual, Internet Gaming Disorder (IGD) y trastorno obsesivo-compulsivo (TOC), en el que aplicaron la técnica cognitivo conductual mediante el programa PIPATIC, los resultados demuestran que la terapia reduce de síntomas clínicos, los hábitos desadaptativos y problemas de conducta.

Por otra lado, la psicoeducación es significativa según Mieres (2015) menciona que la psicoeducación es una intervención psicológica que ayuda a modificar las conductas de las personas, mediante trabajo práctico, manejo de síntomas, identificación de desencadenantes, regularidad de hábitos, entre otras; con el propósito de construir un estilo de vida sano y mejorar la calidad de vida.

En un trabajo realizado por Godoy et ál. (2020) menciona que el abordaje psicoeducativo es una herramienta de cambio que involucra los procesos cognitivos y sociales, pero también busca abordar situaciones del diario vivir, es decir, se proporciona en tratamientos y pronósticos. También es una aproximación

terapéutica en la cual los familiares de una paciente tienen acceso a la información sobre el origen del padecimiento.

**Tabla N° 15.**  
*Planificación*

<b>Fase</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Planificación</b>	Elaborar sesiones de trabajo sistematizado para el manejo del internet	Estructurar talleres psicoeducativos	Humano Tecnológico Bibliográfico Inmobiliaria	Investigadora	Tres días.
<b>Logística</b>	Preparar el material didáctico y lugar adecuado.	Revisar el espacio o aula. Verificar los materiales a utilizar en cada sesión.	Humano Tecnológico Bibliográfico Inmobiliaria	Investigadora	Dos días.
<b>Socialización</b>	Planificar estrategias psicológicas mediante la psicoeducación.	Realizar dinámicas para crear empatía expositor-estudiante.  Bienvenida a los estudiantes oyentes.  Comunicar el propósito de los talleres.	Espacio físico Material de oficina	Investigadora	Tres días.
<b>Ejecución</b>	Organizar las estrategias mencionadas para el uso adecuado del internet.	Verificar los talleres sobre el manejo adecuado del internet y espacios a utilizar durante cada sesión.	Computadora Proyector Material de oficina	Investigadora	Tres días

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

**Tabla N° 16.***Plan operativo*

<b>Fase</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Actividades</b>	<b>Recurso</b>	<b>Responsabilidad</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Taller 1</b> Debate sobre las tics.	Describir los conceptos, usos y beneficios de las tics.	¿Qué son las tics? ¿Ventajas de las tics? ¿Clasificación de las tics?	Humano Tecnológico Bibliográfico Viñetas ilustradas Papel y lápiz	Investigadora	Una hora
<b>Taller 2</b> Uso seguro del internet y las redes sociales en los adolescentes.	Identificar los riesgos y beneficios del internet, y el uso adecuado de redes sociales.	Ventajas y desventaja del uso del internet y redes sociales.	Humano Tecnológico Bibliográfico Viñetas ilustradas	Investigadora	Una hora
<b>Taller 3</b> Campaña de sensibilización para el buen uso de las tics.	Concientizar el uso adecuado de las tics y prevención de posibles adicciones.	Técnicas para evitar el desarrollo prematuro de posible adicción a la tecnología.	Humano Tecnológico Bibliográfico Pizarra Marcador Viñetas ilustradas	Investigadora	Una hora

**Nota:** Elaborado por la investigadora.



**Tabla N° 17.***Taller I / Debate sobre las tics.*

<b>Planificación Taller I</b>					
<b>Tema:</b> Debate sobre las tics.					
<b>Objetivo:</b> Describir los conceptos, usos y beneficios de las tics.					
<b>Fase</b>	<b>Aspecto a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados esperados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase I</b> Rapport	Bienvenida a los estudiantes y docente asignado. Establecer rapport mediante una dinámica. Indicaciones sobre los talleres y el tiempo que durara cada sesión.	Dinámica grupal “Ganando confianza”	Generar un clima de confianza y cohesión grupal.	10 minutos	Investigadora
<b>Fase II</b> Introducción	Conocer la bibliografía de las tics.	Conversatorio	Identificar la falencia sobre los conceptos de las tics.	15 minutos	Investigadora
<b>Fase III</b> Procedimiento	Socialización con los estudiantes sobre la significancia de las tics.	Mesa redonda	Socializar la información y conocer al grupo.	30 minutos	Investigadora
<b>Fase VI</b> Cierre	Aclaraciones sobre las inquietudes del taller y generación de nuevos compromisos.	Retroalimentación	Los participantes comprenden los conceptos y principales ideas de la temática.	10 minutos	Investigadora

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

## Taller 1

**Tema del taller:** Debate de las tics

**Objetivo:** Describir los conceptos, usos y beneficios de las tics.

### Fase I – Rapport

La actividad empieza con la presentación de la expositora, la bienvenida de los estudiantes y profesor asignado, para dar a conocer el objetivo del taller y proceso que se realizara durante toda la sesión. Posteriormente, se da paso a realizar una actividad que permitirá que los participantes se conozcan, generen empatía y cohesión. Con el fin de establecer un clima de confianza y apertura entre los participantes.

- Tema: “Ganando confianza”
- Objetivo: Crear un ambiente de confianza y participación
- Tiempo de duración: 10 minutos
- Materiales: espacio libre y recurso humano

Procedimiento:

La presentadora indicara las consignas para la realización de la actividad.

Los participantes deberán realizar un círculo y se asignara a una persona para que empiece la dinámica.

La persona asignada debe situarse en el centro del grupo y tendrá un nombre será “el cartero/ a”.

La persona del centro comienza con una frase el “cartero/ a” trae cartas para todos/as aquellas personas con cualquier característica que pueda cumplir con todos los participantes, quien cumple con lo nombrado debe levantarse y cambiarse de sitio, la persona que no logre cambiarse de sitio será el próximo cartero/a.

### Fase II – Introducción

En esta fase se realizara un conversatorio sobre las tics y la bibliografía de diferentes autores, que aportaron con su teoría en el descubrimiento de la tecnología.

Tiempo: 10 minutos

### **Fase III – Proceso**

Se realizara una recopilación de datos teóricas acerca de la temática a tratar, se elegirá la información adecuada para luego plasmarla en diapositivas que se expondrá sobre el uso de la tecnología. En esta fase se interactuara con los participantes a través de preguntas que estimulen a la participación de los alumnos. Finalmente se realizara una lluvia de ideas principales con las opiniones que aportaron todos los participantes.

- Tema: ¿importancia de las nuevas tecnologías?
- Objetivo: Analizar el uso y beneficio de las nuevas tecnologías.
- Tiempo de duración: 30 minutos
- Materiales: tecnología (computadora, proyector, videos), pizarra liquida y viñetas ilustradas.

#### **Procedimiento**

La facilitadora expondrá un concepto general sobre las tics.

Inmediatamente se realizara preguntas concretas que estimulen el dialogo, por ejemplo, ¿Qué sabemos sobre las tics?, ¿Cómo se utiliza las tics?, ¿las tics ayuda a nivelar el estado de ánimo?, ¿Qué pasaría si las tics no existiera?, ¿Cómo nos beneficiamos con las tics?

En cada ronda de preguntas se registrará la participación de los alumnos y el registro será vidente ya que se escribirá en la pizarra a la vista de todo el grupo.

### **Fase IV – Cierre**

En esta última parte, la expositora solicitará la colaboración de uno o varios participantes que realicen un breve resumen de lo que se trató el taller, estableciendo los puntos más significativos. Los estudiantes tienen apertura para preguntar o expresar alguna duda con respecto a la exposición.

- Tema: Retroalimentación
- Objetivo: Aclarar dudas y concluir.
- Tiempo de duración: 15 minutos
- Tarea: Concientizar sobre el uso de las tics y escribir cuanto tiempo le dedica a la tecnología durante el día, los siete días de la semana.

**Tabla N° 18.***Taller II / Uso seguro del internet y las redes sociales en los adolescentes.*

<b>Planificación Taller II</b>					
<b>Tema:</b> Uso seguro del internet y las redes sociales en los adolescentes.					
<b>Objetivo:</b> Identificar los riesgos y beneficios del internet, y el uso adecuado de redes sociales.					
<b>Fase</b>	<b>Aspecto a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados esperados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase I</b> Rapport	Bienvenida. Resumen de la sesión anterior.	Dinámica grupal “Protegiendo nuestra identidad” (Auto retrato de la identidad digital )	Conocer el ánimo del grupo. Recopilar la mayor información del tema anterior.	10 minutos	investigadora
<b>Fase II</b> Introducción	Identificar los riesgos de un mal uso del internet	Expositiva- demostración mediante casos reales de “estafa y engaño” a través del internet.	Conocer los riesgos del uso inadecuado del internet y del cual pueden ser víctimas.	15 minutos	investigadora
<b>Fase III</b> Procedimiento	Ventajas y desventajas del uso internet y clasificación de redes sociales.	Mayéutica (preguntas emperícas)	Socializar la información con el grupo.	30 minutos	investigadora
<b>Fase VI</b> Cierre	Conclusiones y aclaraciones.	Retroalimentación plenaria.	Los participantes comprenden los conceptos y principales ideas propuestas en la sesión.	10 minutos	investigadora

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

## Taller II

**Tema del taller:** Uso seguro del internet y las redes sociales en los adolescentes.

**Objetivo:** Identificar los riesgos y beneficios del internet, y el uso adecuado de redes sociales.

### Fase I – Rapport

La sesión empieza con la bienvenida de los estudiantes. La expositora realiza preguntas sobre el tema de la reunión anterior, se busca recopilar la mayor información posible, con el propósito de recuperar elementos fundamentales. Además, se revisara de forma rápida las actividades que se envió para la casa. Posterior a esto se da inicio con la dinámica.

- Tema: “Protegiendo nuestra identidad”
- Objetivo: Conocer la predisposición del grupo
- Tiempo: 15 minutos.
- Materiales: recurso humano, papel y lápiz.

Procedimiento:

La expositora da las indicaciones de la actividad.

Cada estudiante debe describir un autorretrato de su identidad digital.

La facilitadora dirá unas preguntas y deben contestar en una tabla, la misma que refleja en un extremo la identidad que muestran en la calle y en el otro extremo la identidad de las redes sociales.

¿Hablas con gente desconocida? ¿A personas que no conoces les darías tus datos o número de teléfono? ¿A personas que acabas de conocer los consideras como amigos?

Cada persona responderá acorde a la descripción que hicieron sobre su identidad digital y su actuar en la vida real.

### Fase II- Introducción

En esta parte se explicara cómo identificar los riesgos del mal uso del internet, mediante la exposición de casos reales, también los participantes demostraran lo fácil que es involucrarse en el mundo de la tecnología.

- Tema: “Estafa y engaño”
- Objetivo: Analizar los problemas del uso inadecuado del internet
- Tiempo: 10 minutos
- Recursos: materiales de oficina

Procedimiento:

La presentadora pedirá que accedan a los ordenadores y naveguen en páginas web. Cuando encuentren promociones de test gratis, productos para adelgazar, descargar tonos, entre otros, deben alzar la mano como señal de que cumplieron con la consigna. Después, hacer click en continuar, se puede observar que se solicita ingresar el número de teléfono, mail o tarjeta de crédito, de esta manera se puede evidenciar lo fácil que es ser víctimas de una estafa o engaño.

### **Fase III- Procedimiento**

En esta parte se presentara datos bibliográficos mediante diapositivas e ilustraciones que se expondrá sobre las ventajas y desventajas del internet y las redes sociales. Se realizará preguntas de razonamiento para interactuar entre todos los participantes y finalmente elaborara un collage de frases con las ideas principales.

- Tema: Navegando en internet
- Objetivo: conocer las ventajas y desventajas del internet
- Tiempo de duración: 30 minutos
- Materiales: tecnología (computadora, proyector, videos), materiales de oficina y recurso humano

### **Fase IV- Cierre**

Al finalizar el conversatorio la facilitadora pedirá de forma breve un resumen de la sesión para aclarar dudas e inquietudes que surgieron durante la exposición. De la misma manera se asignara actividades para el transcurso de la semana, que constan en contabilizar las horas que permanece conectado en las redes sociales por día.

- Tema: Retroalimentación plenaria.
- Objetivo: Aclarar dudas, actividades para la semana y concluir.
- Tiempo: 10 minutos.

**Tabla N° 19.***Taller III / Campaña de sensibilización sobre el uso de las tics.*

<b>Planificación Taller III</b>					
<b>Tema:</b> Campaña de sensibilización sobre el uso de las tics.					
<b>Objetivo:</b> Concientizar el uso adecuado de las tics y prevención de posibles adicciones.					
<b>Fase</b>	<b>Aspecto a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados esperados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase I</b> Rapport	Bienvenida. Retroalimentación de la sesión anterior.	Dinámica “el casting ” (Pasarela de perfiles digitales)	Sociabilizar al grupo Recopilar la mayor información del tema anterior.	10 minutos	investigadora
<b>Fase II</b> Introducción	Los estudiantes plateen alternativas para un mejor uso de internet y redes sociales. Realizar material con sus ideas.	Dinámica formal “Qué harías tu “	Los estudiantes plateen un mejor uso del internet y redes sociales a través de informativos, collage, frases, entre otro.	25 minutos	investigadora
<b>Fase III</b> Procedimiento	Socializar y analizar la información propuesta x los estudiantes.	Conversatorio	Los participantes socializan su material elaborado en toda la comunidad educativa.	15 minutos	investigadora
<b>Fase VI</b> Cierre	Conclusiones y despedida.	Dinámica “Lista de cosas que me gustaría cambiar “	Los participantes realizan un breve resumen sobre los temas expuestos y las principales ideas generadas dentro de cada sesión.	10 minutos	investigadora

**Nota:** Elaborado por la investigadora.

## Taller III

**Tema del taller:** Campaña de sensibilización para el buen uso de las tics.

**Objetivo:** Buscar ayuda en situaciones incómodas o comprometedoras.

### Fase I – Rapport

La sesión empieza con la bienvenida de los estudiantes. La expositora indaga en el grupo con preguntas de la sesión anterior con el propósito de recopilar información para obtener el mayor nivel de detalles. Siendo esta la última sesión se recomienda centrar la atención en el taller. Posterior a esto se da inicio a la dinámica.

- Tema: “Casting”
- Objetivo: Interactuar con el grupo.
- Tiempo: 10 minutos.
- Materiales: recurso humano, tecnología (computadora y proyector).

Procedimiento:

La expositora da las indicaciones de la actividad. Los estudiantes deben realizar grupos de 4 o 5 personas. Cada grupo debe constar con un ordenador conectado a internet. Cada grupo escogerá una persona que actuara de jurado del casting. Los participantes deberán proyectar su perfil de una red social. El jurado busca un perfil basado en los valores y respeto hacia sí mismo.

Los participantes deben contestar las siguientes preguntas:

¿Piensas que mostrarte semi desnudo/a puede tener repercusiones? ¿Crees que tu perfil refleja tu personalidad? ¿Qué imagen impartes a través de las redes sociales? ¿Borrarías tu perfil de redes sociales?

### Fase II- Introducción

En esta fase se planteará alternativas para el buen uso del internet y redes sociales, mediante collages, papelografos, lluvia de ideas. Además, colocar informativos en los muros de la institución con el propósito de comunicar a los demás sobre las ideas recopiladas para el uso seguro del internet.

- Tema: “Qué harías tú”
- Objetivo: interactuar con casos supuesto de ciber- acoso.
- Tiempo: 25 minutos
- Recursos: materiales de oficina y tecnología (computadora).

Procedimiento:

La expositora pedirá que se agrupen de 4 a 5 personas.



La persona voluntaria será quien dramatice al ciber-acosador y las demás personas tratarán de ayudar a la persona involucrada.

Las personas que brindan apoyo al individuo involucrado deben encaminarlo hacia la importancia de comunicarse con personas que le pueden ayudar, padres, asociaciones o familiares.

### **Fase III- Procedimiento**

En este punto se realizará un conversatorio sobre la actividad ejecutada, con el propósito de analizar la información expuesta por los estudiantes. Durante toda la exposición se realizara preguntas concernientes a la sesión actual y las anteriores.

Tema: Hablando de tics

Objetivo: Socializar información sobre las tics.

Tiempo de duración: 15 minutos

Materiales: tecnología (computadora, proyector, videos) y viñetas ilustradas.

### **Fase IV- Cierre**

Al finalizar la exposición la facilitadora planteará un espacio para aclarar dudas e inquietudes que se presentaron durante las tres sesiones. Por ser la última sesión, se realizara una dinámica en la cual los adolescentes deben escribir en un papel lo que les gustaría cambiar y después se intercambiaran los papeles para leerlo en voz alta, debe ser anónimo. Finalmente la expositora cierra la última sesión con un grato agradecimiento.

Tema: retroalimentación plenaria y despedida.

Objetivo: Concluir las actividades.

Tiempo: 10 minutos.

## Referencia

- Alberca, S. (2017). *Relación de las adición tecnológicas y la salud mental de los estudiantes del bachillerato del Colegio Técnico Agropecuario Zumbi-Zamora Chinchipe*. Loja-Ecuador: Universidad Nacional de Loja. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19435/1/TESIS%20ADICCIONES%20TECNOLOGICAS%20Y%20SALUD%20MENTAL.pdf>
- Alida, V. J. (2019). El internet de las cosas cambian el ocio. *el universo* , pág. 1.
- Aponte, D., Castillo , P., & González, J. (2017). Prevalencia de adicción a internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica Médica*, 179-186. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v10n3/1699-695X-albacete-10-03-179.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (5th (DMS-V) ed.). Washington DC: Asociación Americana de Psiquiatría.
- Cáceres , K. (2017). *Estrés laboral y habilidades sociales en conductores de la empresa de transportes ETUCHISA del distrito de Villa el Salvador*. Lima, Perú: Universidad César Vallejo. Obtenido de [file:///C:/Users/HP/Desktop/TESIS%20CRHISTIAN%20MERINO/Caceres\\_MK.pdf](file:///C:/Users/HP/Desktop/TESIS%20CRHISTIAN%20MERINO/Caceres_MK.pdf)
- Campaña, A. (2017). *La inteliengncia y su influencia en las habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la Unidad educativa Hermano Miguel de la Ciudad de Latacunga*. Ambato: Universidad tecnologica Indoamerica. Obtenido de <file:///C:/Users/HP/Desktop/tesis%20anita%20campa%C3%B1a%20mero.pdf>
- Campos Alvarado, C. (2017). *Empatía y habilidades sociales*. Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar. Obtenido de <file:///C:/Users/HP/Desktop/TESIS%20CRHISTIAN%20MERINO/Campos-Carmen.pdf>
- Caro Mantilla, M. M. (2017). Adicciones tecnológicas: enfermedad o conducta adaptativa. *Cienfuegos*, 15(2), 251-260. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n2/ms14215.pdf>

- Castanyer , O., & Cañizares, O. (2017). *Voy a ser Asertiva:utiliza tu inteligencia emocional*. Megustaleerbooks. Obtenido de <https://www.casadellibro.com/libro-voy-a-ser-assertiva/9788416883097/5804801>
- Cecilia, G. E. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro. *REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 151-164.
- Chóliz, M., Puche, M. C., & Chóliz, M. (2016). *ADITEC ( Evaluación y Prevención de la Adicción a Internet Móvil y Videjuego)*. Madrid: TEA.
- Cía, A. (2017). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013) un primer paso hacia la inclusion de las adicciones conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuropsiquiatría*, 6(1), 32-37. Obtenido de [file:///C:/Users/HP/Desktop/TESIS%20SJBR/Tesis%20Verito/12681-45454575758659-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/HP/Desktop/TESIS%20SJBR/Tesis%20Verito/12681-45454575758659-1-PB%20(1).pdf)
- Corina Núñez, V. H. (2018). LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES . *Revista de Comunicación de la SEECI, n° 47*, 38-42.
- Domínguez, M. (2015). *Adicción al móvil y su repercusión en la salud de la población juvenil de Navarra*. Pamplona. Obtenido de <academicae.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/11425/MariaIsabelMaciasDominguez.pdf?>
- Ministerio de Educación, (2018). Diseño e implementación de estrategias para la comunicación asertiva. *El Comercio* , pág. 5. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloadh/2015/11/Proyecto-Inclusiva.pdf>
- Encuesta Nacional de Empleo, D. y. S (Diciembre 2017). *Tecnologías de la Información y Comunicación*. Ecuador: Instituto Nacional Electoral de Censo.
- ENEMDU. (2016). *Tecnologías de la Información y Comunicación ( TIC´S) 2016*. Ecuador: Encuesta Nacional de Empleo Desempleo y Subempleo – ENEMDU.
- Flores, E., García , M., Calsina, W., & Yapuchura, A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno. *Comunicación*, 7(2), 1-10. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2219-71682016000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001)

- García, Caballero, A., Torrens, Lluch, M., Ramírez, Gendrau, I., & Garrido, G. (2018). Eficacia de la intervención Motivacional y la Terapia Cognitivo-conductual para el tratamiento del Juego Patológico. *adicciones vol. 30, n° 3*, 1-6.
- Gismero, G. E. (2002). *EHS, Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA.
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., & Muñoz, R. (2020/ volumen 31). Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 169-173.
- Grettel Águila Calero, j. A. (30 de Octubre de 2018). Adolescencia y tecnologías de la información y comunicaciones. *Punto de Vista*, pág. 5.
- Hernández Ruiz, M. (2015). Adolescentes y nuevas adicciones. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 35(126), 309-322. doi:10.4321/S0211-57352015000200006
- Huertas, R. (2017). *Habilidades sociales de los estudiantes de 4 años de la I.E.I N° 001 María Concepción Ramos Campos-Piura, 2016*. Piura: Universidad de Piura. Obtenido de [https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3140/MAE\\_EDUC\\_362.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3140/MAE_EDUC_362.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- INEC. (2017). *Tecnología de la Información y de comunicación ENEMDU- TIC 2017*. Cotopaxi: Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo-ENEMDU y INEC: [https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas\\_Sociales/TIC/2017/Tics%202017\\_270718.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2017/Tics%202017_270718.pdf)
- INEC. (2017). *Tecnologías de la Información y Comunicación*. Ecuador: Instituto Nacional de Estadística y Censo: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/en-cinco-anos-se-quintuplicaron-los-usuarios-de-telefonos-inteligentes/>
- INEC, ( 2017). *Usuarios de teléfonos inteligentes en Ecuador creció más del 700% en 5 años, según INEC*. Obtenido de ECUADORINMEDIATO.COM: [http://www.ecuadorinmediato.com/index.php?module=Noticias&func=news\\_user\\_view&id=2818815612](http://www.ecuadorinmediato.com/index.php?module=Noticias&func=news_user_view&id=2818815612)
- INEI. (2018). *Aumentó población que accedió a internet mediante teléfono celular de enero a marzo de 2018*. Obtenido de INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA E INFORMATICA : <http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/aumento-poblacion-que-accedio-a-internet-mediante-telefono-celular-de-enero-a-marzo-de-2018-10827/>

- Malander, N. (2019). Adicciones tecnológicas en adolescentes: relación con la percepción de las prácticas parentales. *Drugs and Addictive Behavior*, 4(1). doi:10.21501/
- Martha del Rocío Vera García<sup>1</sup>, \*. R. (2017). Habilidades Sociales. *Revista Salud y Ciencias*, 9-12.
- Martínez, P. A., Vega, D. C., Castaño, G. P., Vázquez, D. C., Castaño, G. T., & Cernuda, M. J. (26 de Septiembre de 2017; V13). *Programa psicoeducativo para los adolescentes adictos a las nuevas tecnologías*. Obtenido de Revista Presencia: <http://ciberindex.com/index.php/p/issue/view/153>
- Mendoza, R., Baena, G., & Baena, M. (2015). Análisis de la adicción a los dispositivos móviles y su impacto en el rendimiento académico en los estudiantes de la licenciatura en informática administrativa del centro universitario UAEM Temascaltepec. *Revista Atlante: Cuadernos De Educación y Desarrollo*, 1-20 vol. 56.
- Michelle, B. (27 de Noviembre de 2015,p.1). Gobierno presenta la "Agenda Digital 2020" con 60 medidas de conectividad y desarrollo. *emol.Tecnologia*, pág. 1.
- MTSI, M. d. (2016). *Las Tic Cambian Vidas*. Ecuador: Ministerio de Telecomunicación.
- Ocio, S. (15 de Diciembre de 2015). *Ciencias psicosociales en la salud y en la enfermedad*. Obtenido de Dialnet: <https://www.unioviado.es/psiquiatria/wp-content/uploads/2017/01/Psicoeducaci%C3%B3n.pdf>
- Olmedo Canchola, V. H., Heinze, G., & Andoney Mayén, J. (2017). Uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en las residencias médicas en México. *Acta médica grupo ángeles*, 15(2), 150-153. Obtenido de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-72032017000200150](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-72032017000200150)
- OMS, ( 2017). *Ecuador es el país más empático del mundo*. Obtenido de universia: <https://noticias.universia.com.ec/cultura/noticia/2017/02/10/1149500/ecuador-pais-empatico-mundo.html>
- OMS, (2019). OPS/OMS plantea comunicación asertiva para mejorar la relación intrafamiliar. *la patria*, pág. <http://lapatriaenlinea.com/?nota=356574#gsc.tab=0>.
- Ontoria, M. (2018). *Habilidades Sociales*. Editex.

- Ortega, V. (2015). *Programa de entrenamiento en habilidades sociales para fomentar la mejora de relaciones interpersonales dirigido a un grupo de adolescentes*. Ambato: Universidad Técnica de Ambato.
- Ortiz Granja, D. (19 de abril de 2015). *SOPHIA*. Obtenido de El constructivismo como teoría y método de enseñanza.: <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846096005.pdf>
- Parra , V., Vargas, J., Zamorano , B., Peña, F., Velázquez , Y., Ruíz , L., & Monreal, Ó. (2016). Adicción y factores determinantes en el uso problemático del internet, en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, 60-73. Obtenido de file:///C:/Users/HP/Downloads/741-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2452-1-10-20160630.pdf
- Pont, E. (2020). *La adicción a los videojuegos entre los adolescentes*. La Vanguardia. Obtenido de <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200519/481153978057/adiccion-videojuegos-transtorno-oms-adolescentes.html>
- Pont, E. (2020). *La adicción a los videojuegos entre los adolescentes*. La Vanguardia.
- Rodríguez, M., & Diaz, M. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *ajayu órgano de difusión científica del departamento de psicología UC BSP*, 17(2), 211-235. Obtenido de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612019000200001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612019000200001&script=sci_arttext)
- Roriguez. (12 de noviembre de 2019). Entrevista de diagnóstico de los problemas en el area de psicología. 1. (V. Lagla, Entrevistador) Cotopaxi, Ecuador. Recuperado el 12 de 11 de 2019
- Ruíz , J., Sánchez, J., & Trujillo, J. (2016). Utilizacipon de internet y dependencia a teléfonos moviles en adolescentes. *revista lationamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 14(2), 1357-1369. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n2/v14n2a33.pdf>
- Salud, O. M. (12 de Abril de 2018). *¿Que es la inteligencia emocional?* Obtenido de fundación P.A.S.S: <http://www.fundacionpass.org/que-es-la-inteligencia-emocional/>
- Soler, P. (28 de Febrero de 2017). Prensky, creador del término 'nativo digital': "Nuestros hijos no tienen que ser lo que sus padres quieren". *EL MUNDO*, pág. 1.

- Soto, A., Pérez, V., & De Miguel, N. (2018). Abordaje de adicciones a nuevas tecnologías: una propuesta de prevención en contexto escolar y tratamiento de rehabilitación. *Papeles del Psicólogo*, 39(2), 1-12. Obtenido de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/778/77855949007/77855949007.pdf>
- Tabares, J., & Correa, S. (2015). Tecnología y sociedad: una aproximación a los estudios de la tecnología. *Revista Iberoamericana de ciencia, tecnología y sociedad*, 9(26), 1-15. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/263227805\\_Tecnologia\\_y\\_sociedad\\_una\\_aproximacion\\_a\\_los\\_estudios\\_sociales\\_de\\_la\\_tecnologia\\_Technology\\_and\\_society\\_An\\_approach\\_to\\_social\\_studies\\_of\\_technology](https://www.researchgate.net/publication/263227805_Tecnologia_y_sociedad_una_aproximacion_a_los_estudios_sociales_de_la_tecnologia_Technology_and_society_An_approach_to_social_studies_of_technology)
- Tapia Gutiérrez, C. P., & Delgado, C. (2017). Habilidades sociales relevantes: percepciones de múltiples actores educativos. *Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación vol. 9, núm. 19,* 133-148.
- Torres Cáceres, F. (2017). *Habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes del tercer año de secundaria, instituciones educativas de la Red 12, Chorrillos*. Lima. Obtenido de <https://docplayer.es/82665806-Habilidades-sociales-y-convivencia-escolar-en-estudiantes-del-tercer-ano-de-secundaria-instituciones-educativas-de-la-red-12-chorrillos-2017.html>
- Torres, Rodríguez, A., & Carbonell, X. (2015). Adicción a los videojuegos en línea: *Aloma*, 1-10.
- Triglia, A. (15 de Enero de 2019). *Psicología y Mente*. Obtenido de La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura: <https://psicologiaymente.com/social/bandura-teoria-aprendizaje-cognitivo-social>
- UIT, U. I. (05 de enero de 2018). *BBVA en el mundo*. Obtenido de Uruguay y Argentina lideran el desarrollo de las TIC en América Latina: <https://www.bbva.com/es/uruguay-argentina-lideran-desarrollo-tic-america-latina/>
- Universia. (4 de Enero de 2018). *¿Quiénes son los nativos digitales?* Obtenido de UNIVERSIA : <https://noticias.universia.es/educacion/noticia/2018/01/04/1157285/quienes-nativos-digitales.html>
- Vera García, R. (2015). *Adicción al teléfono móvil o "Nomofobia"*.

- Villa, M., & Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 69-78 vol.7.Núm.2.
- Villán, V. R. (24 de Agosto de 2018). *IEBS*. Obtenido de Qué es el aprendizaje social y su aplicación en el entorno 2.0: <https://www.iebschool.com/blog/aprendizaje-social-digital-business/>
- Vivanco , G. (2015). Educación y tecnologías de la información y la comunicación. *Revista Brasileira de Educación*, 20(61), 297-315. doi:10.1590/S1413-24782015206102




## Anexos

### Anexo 1.

#### Validación del instrumento ADITEC- 1.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
 UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: la adicción a la tecnología y su influencia en las Habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

INSTRUMENTO A VALIDAR: ADITEC (Evaluación y prevención de la adicción a Internet, Móvil y videojuegos)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las Habilidades Sociales de los estudiantes de Previa a Tercer de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Establecer la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que ejerce las Habilidades Sociales
2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes de previa de estudio
3. Diseñar actividades didácticas que contribuyan a mejorar las Habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la tecnología

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SI  NO

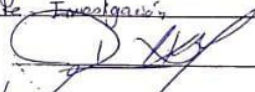
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

DATOS DEL EVALUADOR


NOMBRE: Elvira Ramirez Norranjo

PROFESION: Psicóloga Clínica Educativa

OCCUPACION: Docente Investigadora

FIRMA DEL EVALUADOR: 

FECHA: 21/08/2019

  
21-08-2019

Anexo 2.

Validación del instrumento de Habilidades Sociales -I.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
 UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

INSTRUMENTO A VALIDAR:

E.H.S. (Escala de habilidades Sociales)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades Sociales de los estudiantes de Octavo a Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Fundamentar teóricamente la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que ejerce en las habilidades Sociales
2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes de dicho estudio
3. Diseñar actividades didácticas que contribuyan a mejorar las habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la tecnología

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Elvis Ramírez Naranjo  
 PROFESION: Psicólogo Clínico - Educacional  
 OCUPACION: Docente - Investigador  
 FIRMA DEL EVALUADOR:


21-08-2019

FECHA: 21/08/2019

Anexo 3.

Validación del instrumento ADITEC-2.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO: La adicción a la Tecnología y su influencia en las Habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

INSTRUMENTO A VALIDAR: ADITEC (Evaluación y prevención de la adicción a Internet, Móvil y Videojuegos)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las Habilidades Sociales de los estudiantes de QUINTO A TERCERO de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Fundamentar teóricamente la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que ejerce en las Habilidades Sociales
2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes objeto de estudio
3. Diseñar actividades didácticas que contribuyan a mejorar las Habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la tecnología

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

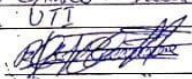
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento  SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR


NOMBRE: Jorge Cisneros

PROFESION: Psicólogo Clínico - Docente

OCCUPACION: Docente UTI

FIRMA DEL EVALUADOR: 


FECHA: 20 Agosto 2019

  
21-08-2019

**Anexo 4.**

**Validación del instrumento Habilidades Sociales- 2.**

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
 UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



UNIVERSIDAD  
TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA

FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La adicción a la Tecnología y su influencia en las habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriela Mistral -Latacunga  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: EHS (Escala de habilidades Sociales)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades Sociales de los estudiantes de Ochova o Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral -Latacunga  
 OBJETIVOS ESPECIFICOS:  
 1. Fundamentar teóricamente la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que ejerce en las habilidades Sociales.  
 2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes de dicho estudio.  
 3. Diseñar actividades didácticas que contribuyan a mejorar las habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la Tecnología.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

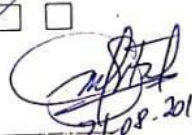
SI  NO

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jorge Cisneros  
 PROFESION: Psicólogo Clínico - Docente  
 OCUPACION: Docente UTE

FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma manuscrita]  
 FECHA: 20 - Agosto - 2019

  
 21.08.2019

Anexo 5.

Validación del instrumento ADITEC-3.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
 UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La adicción a la Tecnología y su influencia en las Habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriel Mistral - Latacunga.  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: \_\_\_\_\_

ADITEC (Evaluación y prevención de la adicción a Internet, Móvil y Videojuegos)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las Habilidades Sociales de los estudiantes de Octavo a Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriel Mistral - Latacunga.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Fundamentar teóricamente la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que genera en las Habilidades Sociales.
2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que afectan los estudiantes objeto de estudio.
3. Diseñar a estudiantes actividades que contribuyan a mejorar las Habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la tecnología.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Mayra German Tomalá  
 PROFESIÓN: Psicóloga Clínica  
 OCUPACIÓN: Psicóloga Institucional UJI


21-08-2019

FIRMA DEL EVALUADOR: Mayra German  
 FECHA: 21/08/2019

Anexo 6.

Validación del instrumento Habilidades Sociales-3.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La adicción a la tecnología y su influencia en las Habilidades Sociales de los estudiantes de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

INSTRUMENTO A VALIDAR: E.H.S. (Escala de Habilidades Sociales)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia de la adicción a la tecnología en las habilidades Sociales de los estudiantes de Cívico o Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral - Latacunga

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Fundamentar teóricamente la relación entre la adicción a la tecnología y la influencia que ejercen en las Habilidades Sociales.
2. Establecer los niveles de adicción a la tecnología que muestran los estudiantes de dicho estudio
3. Diseñar actividades didácticas que ayuden a mejorar las Habilidades Sociales de los estudiantes sin el uso de la Tecnología.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SI  NO

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

DATOS DEL EVALUADOR


NOMBRE: Maura German Tomala

PROFESION: Psicóloga Clínica

OCUPACION: Psicóloga Institucional UTE

FIRMA DEL EVALUADOR: Maura German

FECHA: 21/08/2019

  
21-08-2019

**Anexo 7.**

*Oficio de la decana.*

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**



Oficio N. 007-FCHS-2020  
Ambato, Enero 09 del 2020

Ing.  
Diego Xavier Molina Tulcanaz  
**DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA GABRIELA MISTRAL**  
Presente.-

De mi consideración:

Permítame ser la portadora de un saludo cordial y afectuoso, en representación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica, y a la vez conocedora de su alto espíritu de colaboración, me permito solicitarle se sirva autorizar la aplicación de los instrumentos para recolección de información del proyecto de investigación **"LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA GABRIELA MISTRAL DE LATACUNGA "**, autorizado para su ejecución para la señorita Lagla Negrete Verónica Paola los datos recabados se manejarán con total confidencialidad. El informe de resultados y su interpretación se entregará a usted con la intención de que la información sea beneficiosa para su institución.

Por la atención que se sirva dar a la presente anticipo mis agradecimientos.


Atentamente,

  
Dra. Norma Escobar  
DECANA FCHS



## Anexo 8.

### Consentimiento informado.



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
CARRERA DE PSICOLOGIA**

**TEMA: "LA ADICCIÓN A LA TECNOLOGÍA Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA "GABRIELA MISTRAL" LATACUNGA".**

**FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO PARA INVESTIGACIÓN**

**Propósito**  
La presente investigación pretende determinar la relación entre la adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Gabriela Mistral" de la ciudad de Latacunga, durante el periodo lectivo 2019-2020, en un estudio de investigación que consiste en la aplicación del test ADITEC (Adicción a la tecnología) y el cuestionario de habilidades sociales (EHS). Por esta razón solicitamos su consentimiento para incluir en la investigación.


**Riesgos y molestias**  
Las preguntas del instrumento son simples y no afectan su vida personal o familiar.

**Costos y pagos**  
No hay ningún costo para usted por participar en esta investigación, ni usted recibirá ningún pago por su participación en esta investigación.


**Confidencialidad**  
La información obtenida en esta investigación puede ser revisada por la investigadora del estudio, o por las autoridades de la Universidad Indoamérica departamento de psicología y por el DECE de la institución. La información de este trabajo puede utilizarse para fines de investigación y podrá publicarse, sin embargo, su nombre no se utilizará en ninguna publicación.

**Consentimiento**  
Yo he leído la información proporcionada anteriormente. Declaro que he comprendido el propósito de esta investigación y los procedimientos que se realizarán. Entiendo que soy libre de participar o no en la investigación. Si me niego no perderé los beneficios a los que tengo derecho. También entiendo que yo no recibiré ningún pago por participar en esta investigación. Entiendo que los datos que proporcione se mantendrán confidenciales. Pero sé que los resultados de la investigación pueden publicarse si mi identidad no se hace pública. Por lo tanto, yo doy mi consentimiento para que mi hijo participe en esta investigación.

Valeria Melo  
Nombre del Representante

  
Firma

Verónica Lagla  
Investigadora

  
Firma

Lugar Fecha (dd/mm/aa)



**Anexo 9.**

*Cuestionario ADITEC.*

# ADITEC

**Evaluación y Prevención  
de la Adicción a Internet,  
Móvil y Videojuegos**

**MANUAL**

Mariano Chóliz Montañés

Clara Marco Puche

Carmen Chóliz Montañés



Madrid, 2016

## Anexo 10.

### Escala de Habilidades Sociales

# E H S

Nombre y apellidos	Edad	Sexo
Centro	Fecha	

ANTE SUS RESPUESTAS RODANDO LA LETRA QUE MEJOR SE AJUSTE A SU MODO DE SER O ACTUAR.  
 COMPRUEBE QUE RODA LA LETRA DE LA MISMA LINEA DE LA FRASE QUE HA LEÍDO

A No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.  
 B Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.  
 C Me describe aproximadamente, aunque no siempre así o me sienta así.  
 D Muy de acuerdo y me sentiría así en la mayoría de las cosas.

1	Δ veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido.	Δ B C D	1
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc.	Δ B C D	2
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	3
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me callo.	Δ B C D	4
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, pazo un mal rato para decirle «No».	Δ B C D	5
6	Δ veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	Δ B C D	6
7	Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me la hagan de nuevo.	Δ B C D	7
8	Δ veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A B C D	8
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir.	A B C D	9
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	Δ B C D	10
11	Δ veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	Δ B C D	11
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	12
13	Cuando algún amigo me expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D	13
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta cortarla.	A B C D	14
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé como negarme.	Δ B C D	15
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal la vuelta, regreso a pedir el cambio correcto.	A B C D	16
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	Δ B C D	17
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	18
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	Δ B C D	19
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D	20
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	Δ B C D	21
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresarlos.	A B C D	22
23	Nunca se como "cortar" a <u>un</u> amigo que habla mucho.	A B C D	23
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	Δ B C D	24
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D	25
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D	26
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	Δ B C D	27
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mí físico.	A B C D	28
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clase, en reuniones, etc.).	Δ B C D	29
30	Cuando alguien se me "cuela" en una fila, hago como si no me diera cuenta.	Δ B C D	30
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	Δ B C D	31
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme, o "quitarle de en medio" para evitar problemas con otras personas.	A B C D	32
33	Hay veces que no sé negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	Δ B C D	33

COMPRUEBE QUE HA DADO UNA CONTESTACION



Autora: Elena Gismero González.  
 Copyright © 2000 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial.  
 Edita: TEA Ediciones, S.A. (Madrid) -

A CADA UNA DE LAS FRASES

