

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

“EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019”

Proyecto de investigación previo a la obtención del Título de Psicólogo General de la Universidad Tecnológica Indoamérica. Modalidad Presencial.

Autor

Génesis Valeria Cóndor Ina

Tutor

Ps. Cl. Doris Jacqueline Pérez Vega MSc.

Quito

2020

APROBACION DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACION

Yo Doris Jacqueline Pérez Vega con cedula de identidad 1709917189, en mi calidad de tutor 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:

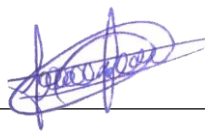
Que el Trabajo de Titulación **“EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019”** desarrollado por **GÉNESIS VALERIA CÓNDROR INA**, estudiante de la Carrera para optar por el Título de Psicóloga General 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.

Quito, 14 de mayo del 2020

Declaración de autoría

El abajo firmante, en calidad de estudiante de la Carrera de Psicología, declara que los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de su persona como autor de este Trabajo de Titulación.

Quito, 14 de mayo del 2020

A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke, positioned above a solid horizontal line.

Génesis Córdor

172508009-5

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

Yo, Génesis Valeria Córdor Ina, declaro ser autor del proyecto de tesis, titulado “**EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019**”, como requisito para optar al grado de “Psicólogo General”. Autorizo al sistema de biblioteca de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del repositorio digital institucional (RDI-UTI). Los usuarios de 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 convenio. 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.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los días del mes de del 201., firmo conforme:

Autor: Génesis Valeria Córdor Ina

Firma 

Número de Cedula: 172508009-5

Dirección: Los Gansos Lote #37 y El Córdor

Correo electrónico: genesiscondor3d@gmail.com


Teléfono: 4509352

APROBACIÓN TRIBUNAL


El trabajo de Investigación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: “EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019”, previo a la obtención del Título de Psicóloga General , reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública. Para constancia firman:


.....

PRESIDENTE


.....

VOCAL


.....

VOCAL

Quito, 09 de julio del 2019

DEDICATORIA

Este trabajo de titulación se lo dedico a mi familia, por su amor y el apoyo incondicional que me han brindado para concluir un objetivo más en vida.

Génesis

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por llenarme de bendiciones desde el inicio de mi carrera.

A mi familia por el trabajo y sacrificio en todos estos años para que obtenga uno de mis metas más anheladas.

A todas las personas que me han brindado su apoyo y sus palabras de motivación para la culminación de esta meta.

Génesis

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PÁGINAS PRELIMINARES	Pág.
APROBACION DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACION	ii
Declaración de autoría.....	iii
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTOS	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xii
RESUMEN EJECUTIVO.....	xiii
ABSTRACT	xiv
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	
EL PROBLEMA	2
Planteamiento del Problema.....	2
Contextualización	3
Macro	3
Meso.....	4
Micro.....	6

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO.....	9
ANTECEDENTES GENERALES	9
PHUBBING	11
Definición	11
Las nuevas tecnologías.....	12
Ventajas y desventajas del uso del celular	13
Adicción al Internet.....	14
Redes sociales	15
Riesgos en los adolescentes	16
RELACIONES INTERPERSONALES.....	17
Características de las relaciones interpersonales.....	18
Importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales.....	19
Tipos de relaciones interpersonales	20
Cambios en las relaciones interpersonales	20
Impacto social del Phubbing	21
JUSTIFICACIÓN	23
OBJETIVOS	24

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA	25
Diseño del trabajo	25
Área de estudio	25
Enfoque.....	25
Población y muestra.....	25
Instrumentos de investigación.....	27
Procedimientos para obtención y análisis de datos	30
Actividades	31

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS	33
CAPÍTULO V	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	51
CONCLUSIONES	51
RECOMENDACIONES.....	51
DISCUSIÓN	52
CAPÍTULO VI	
LA PROPUESTA	55
TEMA.....	55
JUSTIFICACIÓN	55
OBJETIVOS	56
ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA.....	57
ARGUMENTACIÓN TEÓRICA	58
DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA	60
BIBLIOGRAFÍA.....	64
ANEXOS	71

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Ranking de los países latinoamericanos que utilizan más tiempo el celular	5
Tabla N° 2: Frecuencias edad-sexo.....	26
Tabla N° 3: Escala de calificación MPPUSA	27
Tabla N° 4: Escala de calificación MPPUSA	28
Tabla N° 5: Ficha técnica MPPUSA.....	28
Tabla N° 6: Escala de calificación CEDIA	29
Tabla N° 7: Ficha técnica CEDIA	30
Tabla N° 8: Frecuencias Sexo.....	33
Tabla N° 9: Estadísticos descriptivos 1	34
Tabla N° 10: Correlación 1	35
Tabla N° 11: Estadísticos descriptivos 2	36
Tabla N° 12: Correlación 2	37
Tabla N° 13: Phubbing y sus consecuencias.....	60
Tabla N° 14: Adicción al Internet y los riesgos en la adolescencia.....	61
Tabla N° 15: Relaciones Interpersonales	62
Tabla N° 16: Comunicación asertiva	63

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1: Estadísticas mundiales	3
Gráfico N° 2: Delincuentes más grandes del mundo de phubbin	4
Gráfico N° 3: Usos del celular en Latinoamérica	5
Gráfico N° 4: Datos digitales Ecuador 2019.....	7
Gráfico N° 5: Audiencia en redes sociales en Ecuador	7
Gráfico N° 6: Frecuencias de sexo.....	26
Gráfico N° 7: Total Relaciones Interpersonales en mujeres	39
Gráfico N° 8: Total Relaciones Interpersonales en hombres.....	40
Gráfico N° 9: Total Relaciones Interpersonales en básica superior	41
Gráfico N° 10: Total Relaciones Interpersonales en bachillerato.....	42
Gráfico N° 11: Total Phubbing en mujeres.....	43
Gráfico N° 12: Total Phubbing en hombres	44
Gráfico N° 13: Total Phubbing en básica superior	45
Gráfico N° 14: Total Phubbing en bachillerato	46
Gráfico N° 15: Asertividad	47
Gráfico N° 16: Nivel de relaciones interpersonales.....	48
Gráfico N° 17: Total de niveles de relaciones interpersonales	49
Gráfico N° 18: Total de niveles de phubbing	50

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

CARRERA DE PSICOLOGÍA

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES
INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019

AUTOR: Génesis Valeria Córdor Ina

TUTOR: Ps. Cl. Doris Jacqueline Pérez Vega MSc.

RESUMEN:

El celular es una herramienta que ha beneficiado al ser humano, pero se ha convertido en un objeto indispensable, que ocupa gran parte de la atención en las personas, dejando de lado la interacción directa con quienes forman parte de su círculo social. La presente investigación analiza la incidencia del phubbing en las relaciones interpersonales en los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019. Con un enfoque metodológico cuantitativo de tipo exploratorio descriptivo y correlacional, empleando el Cuestionario MPPUSA (Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents) y el CEDIA (Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia), cuyos datos expusieron la relación entre el phubbing y las relaciones interpersonales, recomendando la realización de talleres para implementar estrategias que contrarresten el uso excesivo del móvil.

PALABRAS CLAVE: adolescentes, celular, phubbing, relaciones interpersonales

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

CARRERA DE PSICOLOGÍA

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES
INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019

AUTOR: Génesis Valeria Córdor Ina

TUTOR: Ps. Cl. Doris Jacqueline Pérez Vega MSc.

ABSTRACT

The cell phone is a tool that has benefited human beings, but it has become an indispensable object, which occupies a large part of people's attention, leaving aside direct interaction with those who are part of their social circle. The present investigation analyzes the incidence of phubbing in the interpersonal relationships of the students of the Educational Unit "Los Alpes" in the city of Quito in 2019. With a quantitative methodological approach of a descriptive and correlational exploratory nature, using the MPPUSA Questionnaire (Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents) and the CEDIA (Questionnaire for the evaluation of interpersonal difficulties in adolescence), whose data exposed the relationship between phubbing and interpersonal relationships, resulting in the recommendation of workshops to implement strategies that counteract the excessive use of mobile devices.

KEY WORDS: teens, cell phone, phubbing, interpersonal relationships

INTRODUCCIÓN

En la actualidad los jóvenes prefieren prestar más atención a sus celulares, deteriorando sus relaciones cercanas, puesto que, a pesar de que la nueva tecnología es de gran ayuda para la sociedad moderna, porque esta permite el acceso a información, la comunicación, la innovación, la educación, entre otros, pero a la vez interrumpe el contacto directo con la familia, amigos, maestros.

Hoy en día el ser humano ha estado expuesto al mundo tecnológico, donde este los ha ido conquistando poco a poco con sus dispositivos tecnológicos, debido a que estos son utilizados de manera constante en todos los lugares, en la casa, en la escuela, en los parques, en fin, estos ocupan un espacio de primacía en la vida de las personas, de tal manera que este ha cambiado varios aspectos cotidianos del ser humano, como son las costumbres, la forma de relacionarse con los demás, la distribución del tiempo, entre otras.

La presente investigación está compuesta por 5 capítulos.

En el **capítulo I** expone el problema, contextualización y antecedentes; **capítulo II** abarca el marco teórico, la justificación y los objetivos; el **capítulo III** describe la Metodología, el diseño del trabajo, área de estudio, enfoque, población, muestra, instrumentos y procedimientos; el **capítulo IV** aborda el análisis de resultados, y la comprobación de hipótesis El **capítulo V** expone las conclusiones, recomendaciones y discusión; finalmente el **capítulo VI** describe la propuesta de intervención y su estructura técnica.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

En la actualidad se ha podido evidenciar que el avance tecnológico ha sido de gran ayuda para el desarrollo científico y en la comunicación, pero ha ocasionado que el ser humano se vuelva sedentario, obtiene todo fácilmente, de manera rápida e instantánea. Un claro ejemplo es el teléfono celular, el cual entre sus tantas funciones proporciona la facilidad de acceder a internet, y otras de diversas aplicaciones, tener acceso a las redes sociales, permitiendo la comunicación con amigos, familiares e incluso con desconocidos, afectando el contacto personal, impidiendo la comunicación directa entre las personas.

Como consecuencia de los avances tecnológicos, la comunicación en las relaciones interpersonales ha sido afectada, ocasionando lo que actualmente se conoce como phubbing. Escavy (2014) define phubbing como: “restar atención a quien nos acompaña al prestársela más al móvil u otros aparatos electrónicos que a su persona.” (p. 5).

De esta manera se deterioran los vínculos establecidos en las relaciones interpersonales, las personas se han vuelto dependientes de la herramienta tecnológica llamado Smartphone, prefieren mantener una conversación virtual, por la facilidad que brinda al no tener la necesidad de moverse de la comodidad de su hogar o del lugar donde se encuentre.

Contextualización

Macro

El mundo se encuentra en una época digital, donde las personas se mantienen inmersas en la tecnología. Según las estadísticas las personas que hace uso del teléfono celular se estima que son 4.770.000.000, es decir son el 64% de las personas existentes en el mundo.



Gráfico N° 1: Estadísticas mundiales

Fuente: rodrigo hm.com

Elaborado por: Investigadora

Pero estos aparatos electrónicos se han vuelto necesarios, a tal punto que son considerados como uno mismos, no pueden salir a ningún sitio sin su teléfono celular, por esta razón las personas han dejado de lado a sus familiares, amigos, profesores y compañeros de trabajo, prestando más atención a su celular, rompiendo el contacto físico entre dos personas. Las personas prefieren crear nuevos lazos con personas en redes sociales, que interactuar con las personas que tienen cerca. Según estadísticas, se ha podido evidenciar que el 87% de adolescentes prefieren contactarse por mensaje de texto, que hacerlo cara a cara.

El phubbing es un problema social impactante, dentro de las estadísticas que realizadas por el movimiento “Stop Phubbing”, creado por Alex Haigh, se determinó que las ciudades que más practican esta acción son: Nueva York, Los Ángeles, Londres, París y Hong Kong.

Estadísticas a nivel mundial:

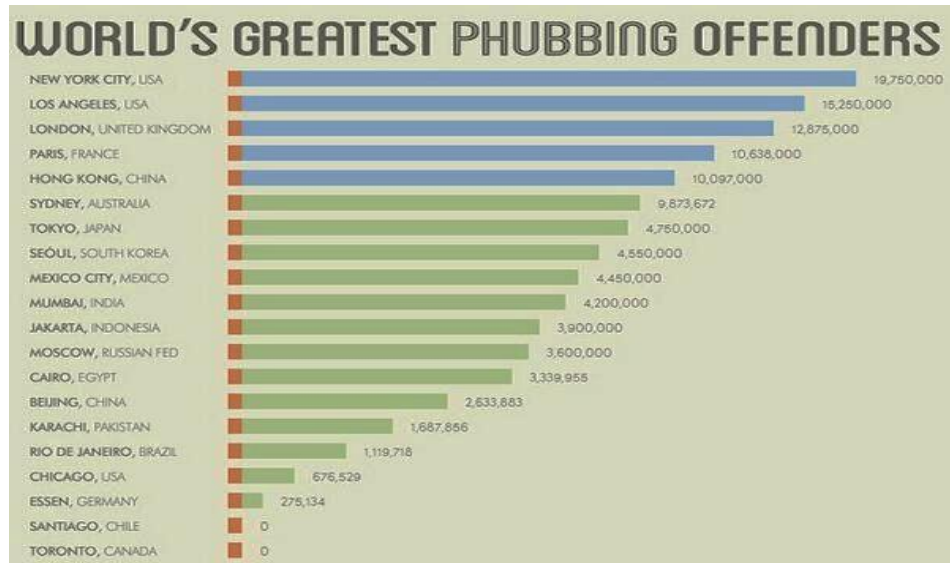


Gráfico N° 2: Delincuentes más grandes del mundo de phubbin
Fuente: Wordpress.com
Elaborado por: Investigadora

El phubbing se hace presente en varios lugares, según señala “Stop Phubbing” existen 36 casos por cada reunión en los restaurantes, que equivale a 570 días atendiendo al teléfono celular al estar en compañía de otros.

Meso

En América latina se encuentran los mayores usuarios de redes sociales en el mundo, dedicando mucho tiempo en el teléfono celular, donde la media de tiempo de pantalla diario es de 212 minutos.

Ranking de los países latinoamericanos que utilizan más tiempo el celular

Ranking	País	Tiempo (2019)
1	Brasil	225
2	Colombia	216
3	Argentina	207
4	México	190

Tabla N° 1: Ranking de los países latinoamericanos que utilizan más tiempo el celular

Fuente: GlobalWebIndex, 2019

Elaborado por: Investigadora

El Phubbing se ha hecho presente en varios países del mundo, así lo determinó Kaspersky Lab, quienes realizaron una investigación tomando como referencia a México, Colombia y Brasil, donde a través de una encuesta, señalo que:

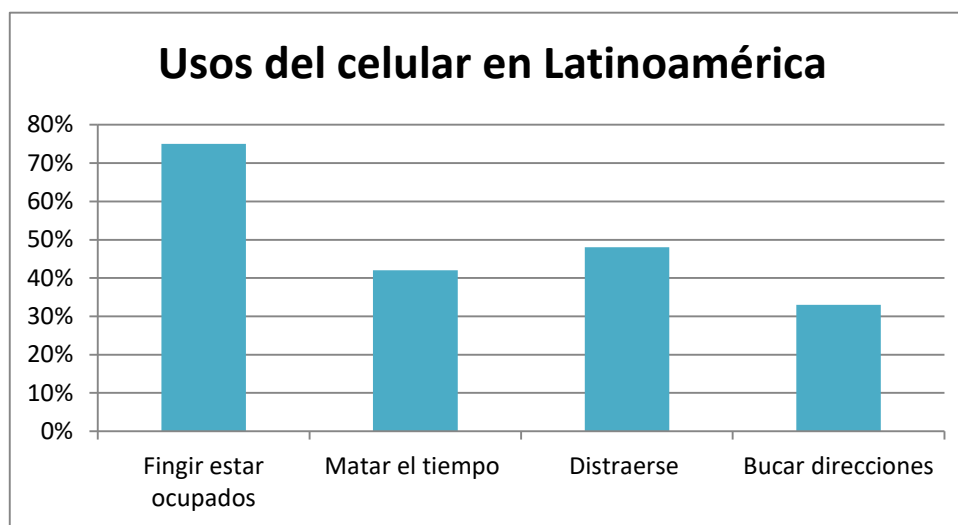


Gráfico N° 3: Usos del celular en Latinoamérica

Fuente: GlobalWebIndex, 2019

Elaborado por: Investigadora

Como se muestra en las estadísticas el 75% de personas latinoamericanas expresaron que utilizaban su teléfono celular para fingir estar ocupados, con el fin de evitar establecer conversaciones con otras personas.

Las personas en América Latina se han vuelto tan dependientes del teléfono celular, que según los resultados obtenidos en la encuesta, se determinó que al 37% les preocupa no mantenerse tranquilos, si no se entretienen en su dispositivo móvil,

mientras que el 14% se inquieta si su dispositivo se encuentra fuera de servicio, fingiendo estar ocupados en alguna otra actividad.

En Argentina, El Observatorio de Tendencias Sociales de la Universidad Siglo 21, realizó una investigación, en el cual, a través de encuesta nacional, se determinó que el 57,7 % de personas utilizan el teléfono celular incluso cuando están en una conversación cara a cara con sus familiares y amigos. El 13% revisan la pantalla de su teléfono móvil, interrumpiendo conversaciones con las personas que tienen en frente. Finalmente el 35% de la población argentina revisa su celular incluso si no ha sonado o le haya llegado alguna notificación.

De esta manera se demostró que las personas no pueden estar separadas de sus celulares, generando ansiedad por la necesidad de tener en sus manos el aparato tecnológico, revisándolo permanentemente sus redes sociales en busca de alguna notificación o mensaje.

Micro

El comportamiento digital ha tenido un gran alcance en Ecuador. El uso de redes sociales ha incrementado en el 2019, lo cual indica que las personas de edad adulta empiezan a formar parte del mundo social en Internet, por lo tanto afecta a las nuevas generaciones, los padres permiten que sus hijos tengan el acceso a la tecnología desde que son muy pequeños, generando una necesidad que se va desarrollando a lo largo de su vida, además que imitan ciertas conductas de sus padres. Es por esta razón que Marketing Digital realizó un análisis del comportamiento digital de Ecuador en el 2019, en el cual podemos observar que más de la mitad de la población ecuatoriana utilizan su teléfono celular para acceder a las redes sociales.



Gráfico N° 4: Datos digitales Ecuador 2019

Fuente: Publimark

Elaborado por: Investigadora

Audiencia en redes sociales en Ecuador



Gráfico N° 5: Audiencia en redes sociales en Ecuador

Fuente: Publimark

Elaborado por: Investigadora

Este grafico muestra las estadísticas de cómo está distribuido la audiencia en las principales redes sociales en Ecuador por género. Consideran que los dispositivos electrónicos y las redes sociales acerca a las personas a contactarse con otras personas que se encuentran lejos, pero a la vez las distancia de las personas que tienen cerca, haciendo notable la práctica del Phubbing.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES GENERALES

El teléfono móvil se convirtió en una herramienta tecnológica a finales de la década de los 90, donde la mayoría de empresarios lo utilizaban para poder comunicarse con otros empresarios con la finalidad de realizar sus negociaciones con este. Progresivamente en el transcurso del tiempo su uso se generalizó, siendo adquirido, independientemente de la necesidad, llegando a generar barreras la interrelación personal.

El termino Phubbing apareció en Australia por primera vez. Alex Haigh en 2007 descubrió que con el nacimiento del Smartphone, se vio la necesidad de crear un movimiento en contra de la herramienta tecnológica, con el fin de que las personas tomen conciencia de que están dejando de lado su entorno y concentrando su atención en el teléfono celular.

El término se oficializo en el 2008 en Australia, cuando apareció por primera vez en el Mcquarie Dictionary, determinando su significado: phone (teléfono) y snubbling (ignorar), de cuya combinación surge la palabra Phubbing.

“La persona desde su nacimiento es un ser social”, así lo determinó Aristóteles. Las personas tienden a relacionarse con sus semejantes y esto se ha venido mostrando desde que el ser humano vivía en manadas. Las relaciones interpersonales comenzaron desde que el ser humano tuvo la necesidad de comunicarse y para lograrlo estableció relaciones con otros. (Azcaráte P., La Política, 1988; p. 50)

Knapp, Daly, Albada y Millar (2002), consideraron que “los primeros abordajes de la comunicación interpersonal surgió desde principios del siglo pasado.” (p. 842). Tomando en cuenta otros autores como Berger L. y Luckmann T. (1976) plantearon que “la realidad se construye socialmente y que, se deben analizar los procesos por los cuales esta construcción se produce.” (p. 13)

El término phubbing como tal, fue utilizado inicialmente en Norteamérica y Europa, el cual se ha ido estableciendo a través de todo el mundo. Así como lo evidencia Garrido (2015), en su investigación denominada: Phubbing: conectados a la red y desconectados de la realidad, en la cual concluyo que “En disfunción social, las puntuaciones obtenidas suponen un bajo bienestar psicológico para usuarios habituales, en riesgo y problemáticos, distinguiéndose en este último, puntuaciones más elevadas.”

Esta problemática ha pasado a ser una cotidianeidad, generando malas relaciones con amigos, familia, entre otros; ante esto Téllez Carvajal, (2017) publicó un artículo en el que analiza la problemática del phubbing en la comunicación de las familias mexicanas, donde menciona:

“Lo que vemos es que las tecnologías ayudan a comunicarnos más con las personas que están ausentes, mas no con las presentes. Ahí viene la parte negativa de este asunto, pues los dispositivos electrónicos nos conectan con los que están lejos, y al mismo tiempo nos desconectan de los que están cerca. La mayoría de las veces, la gente que es víctima del phubbing no expresa su incomodidad ante el hecho de ser ignorado por su interlocutor, pero sí tiene un sentimiento negativo de abandono cuando alguien les ignora por revisar su celular.” (párr. 5)

De esta manera se evidencia que alrededor del mundo se han estado realizando investigaciones sobre esta temática, para a su vez buscas las posibles soluciones ante esta problemática que ha estado invadiendo la vida del ser humano con el avance tecnológico.

PHUBBING

Definición

El término phubbing está conformado por “phone” (teléfono) y “snobbing” (despreciar), con el fin de describir el comportamiento de ignorar a una persona por prestarle atención a su teléfono celular. Se popularizó en el 2012 por una campaña Stop Phubbing que creó la agencia McCann, dirigida por Alex Haigh, permitiendo así su reconocimiento en diccionarios.

Treviño (2013) define al phubbing como “el acto de menospreciar a quien nos acompaña al prestar más atención al dispositivo móvil u otros aparatos electrónicos, que a su persona” (p.2)

Mientras que Uriega V. (2013) definió al phubbing como “el acto de ignorar a otro sujeto por prestar mayor atención al celular”. (párr. 1)

El phubbing es determinado como un fenómeno porque existe una interferencia en la comunicación frente a frente y se observa la preferencia de la comunicación virtual a través del teléfono celular u algún otro dispositivo electrónico.

Esto se ha podido evidenciar en estudios realizados en Australia, gracias a la campaña de Alex Haigh, donde se demostró que el 87% de adolescentes eligen la comunicación virtual, además que estos dedican dos o tres horas diarias al uso de sus redes sociales, mientras que otros han alcanzado un nivel superior porque revelaron que revisaban su teléfono celular cada 15 minutos, con el fin de encontrar algún mensaje o notificación, descuidando la actividad que está realizando en ese momento.

“Alex Haigh considera que incluso el surgimiento y avance del phubbing como un fenómeno causante de un efecto en la población, puede considerarse como el comienzo de la aislación de los seres humanos” (Universia México, 2013, párr. 1).

Las nuevas tecnologías

El desarrollo de las nuevas tecnologías, dentro de las cuales se encuentra el internet, multimedias, telecomunicaciones, realidad virtual, televisión satelital, smathphones, smarhtv, entre otros, ha producido varios cambios en el ámbito económico, social y cultural porque permiten realizar varias cosas al mismo tiempo. A pesar de que este ha sido una gran ayuda para el ser humano, también se han visto afectadas, sobre todo las personas que nacieron en la nueva era tecnológica, que desde pequeños comienzan el manejo y continuidad de estos.

“Pérez García (1997) propone que en las nuevas tecnologías se contempla una dimensión técnica y otra expresiva, repercutiendo ambas en la creación de nuevos entornos comunicativos, que será lo verdaderamente distintivo de las mismas, y determinará su aplicación al terreno de la enseñanza.” (Cabero 200, p.18)

Echeberúa y Renquensens (2012) mencionan que

“Las nuevas tecnologías han permitido grandes cambios y dar así amplitud al conocimiento a través de una era digital, a raíz de su aparición muestra un mundo dentro de una pantalla, se pueden hacer múltiples acciones en el mismo tiempo.” (p.19)

En la actualidad se observa que los adolescentes son quienes se mantienen en permanente contacto con la tecnología y el Internet, por diversos motivos, pero la principal razón es el acceso a las redes sociales donde se mantienen conectados y les permite la interacción y comunicación con sus amigos y conocer nuevas personas, puesto que les resulta más fácil la interacción virtual a la personal, además que estas les facilitan el envío de fotos y videos.

Borja (2010) establece que “cada individuo en la red esta interconectado a otros individuos que, a su vez, pueden estar relacionados con otros o con los primeros, dependiendo de la red en la que se encuentren” El impacto que han generado estas redes ha sido amplio, porque en la actualidad casi todas las personas se encuentran intercomunicadas con sus familiares, con sus amigos, evidenciando la facilidad de comunicación que brindan las nuevas tecnologías. (p. 8).

Ventajas y desventajas del uso del celular

El teléfono celular es una herramienta tecnológica que ofrece la facilidad de varias acciones a la vez, pero se debe tomar en cuenta que existen ventajas y desventajas:

Ventajas

- Las personas se comunican entre sí, sin importar el tiempo y el lugar donde, esto es posible por la interconexión y las redes móviles, permiten así la comunicación directa, ya sea por un mensaje de texto o de voz, en cualquier momento.
- Acceso a Internet, donde las personas, encuentran fácilmente la información necesaria para realizar su trabajo, tareas escolares, entre otras. Además gracias a la red, las personas pueden comunicarse con sus amigos y familiares.
- Ofrece la posibilidad de ocupar el tiempo libre y de ocio en actividades gratificantes, como: tomar fotografías y grabar videos compartir y descargar música y videos e incluso permite le envió de archivos de datos.

Desventajas

- El celular se constituye en un distractor, las personas constantemente se ven interrumpidos por los mensajes de redes sociales o alguna llamada, haciendo que las actividades que están realizando pasen en ese momento a segundo plano, por este motivo las personas descuidan sus actividades laborales o de estudio, incluso desvían su atención entre ellas mismas.
- La dependencia al teléfono celular ha convertido a las personas dependientes de esta herramienta para satisfacer sus necesidades de comunicación.
- El contacto y la comunicación entre las personas ha disminuido, al tener esta facilidad de comunicación, se ha dejado de lado la comunicación personal, de esta manera las personas han tomado distancia entre sí y se han aislado poco a poco a causa de la tecnología.

Adicción al Internet

Echeburúa y Corral (1994) consideran que “existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas, a nivel familiar, escolar, social o de salud” La acción de pasar más tiempo del necesario en Internet, se considera una adicción, debido a que esta puede generar una dependencia en torno a la intensidad, frecuencia e interferencia en la comunicación con sus seres cercanos. (p. 92).

La Doctora Kimberly Young (2004), creadora del Centro de adicciones en línea, determino en base a una serie de criterios, el Síndrome de la adicción a Internet y con esto estableció que:

“La adicción a Internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Es decir, la persona 'netdependiente' realiza un uso excesivo de Internet lo que le genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales.” (p. 25).

Todas las personas tienen acceso a Internet, es decir, que no existe restricción de edad para ingresar a cualquier página web, se ha podido evidenciar que quienes tienden a ser más propensos a la adicción al Internet, son personas que tienen temor a las relaciones personales cara a cara y lo utilizan para expresarse libremente y ganar confianza en sí mismos, de esta manera se ocultan y se protegen a través del dispositivo.

Suárez, Aguirre, Varela y Cruz (2013) mencionan que las consecuencias de la adicción al Internet se dividen en:

- “Físicas: La falta de un descanso adecuado, se presenta insomnio, problemas con el sistema inmunológico, estrés, problemas a nivel digestivo, sedentarismo, alimentación, dolores de espalda y dificultades en la visión.
- Psicológicas: Se puede presentar depresión, soledad, aislamiento, falta anímico de hacer actividades cotidianas y ya que estas no se relacionan con la red, se pierde el interés, la persona se muestra apática y con irritabilidad, creación de un mundo que no se apegue a la realidad, incapacidad de poder resolver las dificultades y relación interpersonal se muestra dañada, la persona ya deja en olvido las responsabilidades y objetivos personales.

- Sociales: Distanciamiento de la familia y amigos, el rendimiento escolar se ve afectada y existe la posibilidad de ponerse en riesgo por el contacto cibernético que tiene con personas desconocidas.” (p. 25)

Redes sociales

A través de la historia el ser humano se ha centrado en la búsqueda constante de la comunicación rápida e instantánea, la cual se dio con la llegada del Internet. Fue así como Randy Conrads en 1995 creó el sitio web classmates.com, como la primera red social, con el fin de que las personas pudieran contactarse con antiguos amigos de la infancia, ex compañeros de la escuela o de la universidad, entre otros.

El acceso a Internet ha permitido el paso al mundo de las redes sociales, donde las personas tienen la posibilidad de comunicarse con personas con las que por diversas situaciones se ha perdido el contacto, por otro lado permite conocer personas nuevas con quienes se identifica al dar a conocer los intereses o gustos similares, además que permite exponer de cierta manera la vida íntima, debido a que las personas suelen compartir la información personal, fotos, ubicaciones, entre otros.

Celaya (2008) afirma que “las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos.” (p.92).

Boyd y Ellison (2007) mencionan que:

“Una red social se define como un servicio que permite a los individuos (1) construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, (2) articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y (3) ver y recorrer su lista de las conexiones y de las realizadas por otros dentro del sistema.” (p. 211).

Las redes sociales tienen como ventaja al ser una nueva forma de comunicación e interacción entre diversas personas alrededor del mundo, en cualquier momento y a cualquier hora. Otra ayuda que brinda las redes sociales es

el acceso que tienen las personas para ampliar sus fronteras laborales, debido a que existen páginas web o aplicaciones que les permiten encontrar ofertas de empleo en relación los perfiles que presentan.

Pero también se debe tomar en cuenta los riesgos que estas pueden traer consigo. Al dar a conocer la información personal, las personas están expuestas a que cualquier persona pueda acceder a ella, lo cual puede ser usado en contra de la misma persona, poniendo en riesgo así su vida.

Riesgos en los adolescentes

Es verdad que las redes sociales tienen ventajas, pero también existen riesgos. Existe un grupo en específico que está expuesto a través de las redes sociales, estos son los adolescentes, que están expuestos al sexting, el acoso sexual, la pornografía, robos, bullying, violencia psicológica, intimidación, extorciones, entre otros peligros.

Las redes sociales pueden generar adicción a Internet, debido a que los adolescentes están en la búsqueda constante de aprobación a través de comentarios como “me gusta” en sus fotografías o publicaciones, haciendo que pierda la noción de su entorno y tiempo, alejándolos de la interrelación directa con su familia, degenerando la comunicación familiar.

Las redes sociales podrían generar afección a la salud mental de los adolescentes, debido a que pueden experimentar ansiedad y depresión, no solo por el acoso sexual, el bullying o las acciones que pueden afectar su estabilidad, sino también porque sienten presión y miedo de ser desplazados en redes sociales, al no mantenerse activos junto con sus amigos.

El trastorno del sueño, es otro de las afecciones a las que están expuestos, los adolescentes ya que prefieren pasar tiempo en redes sociales o navegando en Internet, permaneciendo hasta altas horas en su celular e incluso se ha podido

evidenciar que varios adolescentes se han despertado en la madrugada para revisar si tiene algún mensaje o notificaciones de sus redes sociales.

Una de las razones para la baja autoestima en adolescentes, son las redes sociales, puesto que al observar las fotos de personas que considera atractivas, según los estándares de la sociedad; se comparan constantemente con ellas queriendo ser iguales a ellas y ser aceptadas por el sexo opuesto.

RELACIONES INTERPERSONALES

Definición

Desde el comienzo de la historia el ser humano ha buscado relacionarse con otros de diversas maneras, pues es un ser social. El proceso evolutivo de la comunicación e interacción de las personas inicio desde los sonidos, gestos y señas, hasta la comunicación a través de aparatos tecnológicos.

De esta manera algunos autores han establecido su concepto de relaciones interpersonales, como lo es Lozoya (2013) quien define que “las relaciones interpersonales se basan en la importancia de la asertividad, la comunicación las habilidades sociales y la inteligencia emocional.” Es por esta razón que hay que tomar en cuenta que las relaciones interpersonales permite que el ser humano se desarrolle personalmente en todos los ámbitos de su vida, porque se encuentra formando lazos de manera constante. (p.1).

Mientras que Bisquerra (2013) define que una relación interpersonal “es una interacción recíproca entre dos o más personas”. El contacto entre dos personas permite la socialización desde el nacimiento hasta la etapa final de cada ser humano, de esta manera va construyendo su propia existencia, haciendo uso de una comunicación asertiva, las habilidades sociales y la inteligencia emocional. (p. 23)

Como ya se ha mencionado antes, para que se produzca las relaciones interpersonales, debe existir la comunicación, es por esto que Alemany (2013) define así los elementos para el contexto en el que se produce la comunicación interpersonal:

“a) Cuánta gente está involucrada b) cercanía física c) qué porcentaje de acceso sensorial tiene el uno al otro d) la posibilidad de retroalimentación inmediata. Tal vez la determinante situacional más importante de la comunicación interpersonal se refiera al número de comunicadores que participan en el intercambio de mensajes.” (p. 95).

Se considera que las relaciones interpersonales son beneficiosas para el ser humano, porque estos estimulan el desarrollo de habilidades sociales, la empatía y brindan estrategias para afrontar las diversas situaciones que generen sentimientos negativos.

Características de las relaciones interpersonales

Según Cruz (2003) “el éxito que se experimenta en la vida depende en gran parte de la manera como nos relacionemos con las demás personas, y la base de estas relaciones interpersonales es la comunicación.” (p.25). Para que las relaciones interpersonales se establezcan, se debe tomar en cuenta las siguientes características:

- **Honestidad y sinceridad:** permite que el ser humano explore la creencia en los demás y en sí mismo.
- **Respeto y afirmación:** permite que la persona preste atención a los demás, tomando en cuenta su opinión y la de las demás personas.
- **Empatía:** ayuda al ser humano a comprender los sentimientos y emociones de los demás, entiendo su comportamiento por cualquier situación.
- **Comprensión y sabiduría:** permite a la persona mantenerse abierto a aprender de otras personas o a su vez de compartir su información, de tal manera que se pueda generar un beneficio mutuo.

Importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales

La comunicación es una necesidad que ha surgido desde el principio de los tiempos, de tal manera que le ha permitido al ser humano la interacción con otras personas y con su entorno, y es por esta razón que se considera un ser social. La comunicación interpersonal abarca palabras, señas, gestos, símbolos, que pueden ser intencionados o no intencionados y permite que a través de ella se pueda transmitir y proyectar los deseos y necesidades del ser humano para lograr desarrollarse en su medio.

La comunicación en las relaciones interpersonales es importante porque a través de ella se intercambia información, el ser humano satisface sus necesidades, fortalece el sentido de pertenencia en la sociedad y contribuye al alcance de metas personales y en conjunto con la sociedad, pero para que esta se produzca de manera efectiva se necesita tener: escucha activa, observación directa, seguridad, empatía, paciencia y control emocional.

Scott, M. (1985) comenta que:

"La comunicación es interpersonal cuando:

- Las conductas comunicativas están orientadas a la satisfacción de necesidades que no se pueden llenar sin beneficio para otros seres humanos, son necesidades personales e interpersonales,
- Las conductas comunicativas contribuyen a mantener una relación interpersonal gratificante.
- Las conductas comunicativas están dirigidas a facilitar el crecimiento de la relación." (p.61)

Miller, G. y Steinberg, M (1975), explican que:

"Las personas basan los resultados de la comunicación en tres niveles de datos; culturales, sociológicos y psicológicos, opinan que durante los momentos iniciales de la interacción, tienden a basar su proceder comunicativo en el conocimiento de la cultura en que se comunican; hablan de deportes, de las ciudades en las que han estado, e incluso de la temperatura." (p. 11)

Existen barreras que obstaculizan la fluidez de la comunicación e incluso gracias a estos se crean conflictos en las relaciones interpersonales, como lo son: la

indiferencia, la escucha selectiva, sentimientos de superioridad ante los demás, la falta de interés, los prejuicios, las burlas y la falta de atención; con los cuales no se permite percibir en su totalidad a la persona.

Tipos de relaciones interpersonales

Las necesidades de relacionarse interpersonalmente se van desarrollando a través de los años y dependiendo en contexto cultural y natural al que ser humano se expone, por lo tanto las relaciones interpersonales inicial a partir de la comunicación que mantiene y como se va formando y desarrollando el compromiso en su entorno social. Es por esto que existen diferentes tipos de relaciones interpersonales como lo son:

- **Relaciones íntimas o afectivas:** son vínculos de profunda confianza, que se pretende que su duración perdure en el tiempo. Se asocian a sensaciones placenteras, de protección y pertenencia.
- **Relaciones superficiales:** son vínculos pasajeros, no se pretende que estos perduren en la vida de la persona, sino que son efímeras y poco importantes.
- **Relaciones personales y sociales:** son vínculos donde la persona se maneja en tres dimensiones: la identidad personal, la identidad social y la identidad humana.
- **Relaciones amorosas:** son vínculos donde la persona encuentra tres componentes esenciales: intimidad, pasión y compromiso.

Cambios en las relaciones interpersonales

Se ha hecho evidente los cambios que ha atravesado la manera de relacionarse e interactuar con otras personas. Si observamos hacia el pasado, las personas se comunicaban a través de una proximidad física. Los niños salían a jugar con sus amigos, la familia y conversaban de diversas situaciones, los jóvenes solían con sus amigos a conversar en alguna cafetería, entre otras acciones, mientras que en la actualidad la sociedad moderna vive sumergida en conversaciones online, a través de redes sociales, dejando de lado la importancia

de observar a la persona a los ojos, mientras se observan claramente sus gestos al transmitir algún mensaje.

En la actualidad muchas personas han encontrado la facilidad de vincularse sentimentalmente y encontrar pareja, en aplicaciones que les permiten identificar personas que tienen intereses en común. Es necesario destacar que esta modalidad la han adoptado personas de varias edades, desde adolescentes hasta personas maduras, debido a que les resulta mucho más cómodo conquistar a alguien a través de una red social, porque no se sienten presionados y son mucho menos tímidos; se desarrollan mucho mejor que cuando se encuentran frente a la persona que les gusta.

El Internet ha brindado muchas herramientas al ser humano, que en la actualidad las personas no necesitan realizar las actividades como comúnmente se conocen, así como acudir a un estilista o a un especialista en imagen, a un gimnasio, comprar un libro de cocina, entre otras, porque tienen acceso a esta información de manera virtual, a través de plataformas como Youtube o blogs. Pero se debe tomar en cuenta que con tanta facilidad, las personas se han vuelto sedentarias, porque acceden de manera sencilla navegando en Internet.

Impacto social del Phubbing

El avance tecnológico ha permitido el acceso a Internet y con esto la llegada de la comunicación instantánea a través de aplicaciones que les brinda la facilidad de comunicarse con sus familiares, amigos e incluso como herramienta para que los trabajadores lo empleen al desarrollar sus funciones en su puesto de trabajo.

Con la llegada del teléfono celular y las aplicaciones que permiten la comunicación tecnológica, ha creado una gran brecha en las relaciones sociales y en su manera de interactuar, porque este dispositivo se ha vuelto indispensable para el ser humano, a tal punto que ha creado una adicción a este, de manera que

está interrumpiendo el contacto físico, las conversaciones mientras mantienen contacto visual, pero sobre todo el respeto a prestar atención a otras personas.

“Los medios de comunicación masiva contribuyen en gran parte a fijar las maneras de pensamiento de la sociedad; a establecer la agenda de los asuntos políticos, sociales y económicos que se discuten; a crear o a destruir la reputación de una organización, persona o grupo de personas; proporcionan información y elementos para que la persona o el público construyan, ponderen y formen sus opiniones” (Carpizo, 1999, p.78).

El phubbing ha tenido un gran impacto socialmente, porque se ha evidenciado que en las reuniones familiares o de amigos, las personas se encuentran constantemente en su teléfono celular, realizando diversas actividades, como: compartir fotos y videos, conversar virtualmente con otras personas, ver videos en youtube, jugando en el celular, entre otras, de tal manera que están presentes en cuerpo, pero su atención se la lleva el dispositivo móvil.

Serrano (2014) explica que:

“Esto puede desembocar en tensiones derivadas de los medios digitales para dividir a la persona, que puede así estar al mismo tiempo en dos lugares: El contexto físico en que se encuentra y el ámbito tecnológico mediado al que accede a través de las pantallas” (p.207)

La interacción que las personas tienen a través del teléfono celular se desenvuelve casi de la misma manera que las conversaciones en el mundo real, porque la persona desarrolla emociones en relación con la otra persona con la que se mantiene en contacto, pero está interfiriendo en el desarrollo normal del individuo.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tiene como finalidad dar a conocer un problema que afecta al mundo entero. El phubbing influye negativamente en las relaciones interpersonales, por esta razón se busca encontrar o crear soluciones a esta problemática que ha ido desarrollándose y ganando terreno en la sociedad.

“La presencia de un teléfono móvil sobre la mesa puede reducir la percepción de cercanía, confianza y calidad de conversación entre dos personas, siendo este efecto más pronunciado cuando se discute sobre temas emocionalmente relevantes” (Przybylski y Weinstein, 2013). Demostrando que a mayor influencia de las tecnologías, mayor consecuencia negativa en su bienestar. Por lo tanto, el phubbing puede afectar directamente a las relaciones interpersonales e influenciar sobre el comportamiento de cada persona.

Al estar situados en una sociedad donde las nuevas tecnologías se han hecho cargo de situaciones y espacios de la vida cotidiana, esta investigación tiene como beneficiarios a padres de familia, educadores y personas en general, debido a que han dejado de lado cosas esenciales por permanecer en contacto con el teléfono celular, de manera que interfiere en la comunicación directa en su círculo social y familiar.

Hoy en día las personas prefieren mantener el contacto a través de las redes sociales y mensajes de texto, interrumpiendo la comunicación directa, perdiendo el contacto real en sus relaciones íntimas. Todas las personas en algún momento han

practicado el phubbing, pero el problema surge cuando ya se ha convertido en un hábito, al ignorar a las personas que están al frente, siendo una falta de respeto, destruyendo cada vez más los vínculos con las personas cercanas, además que el uso de un teléfono celular sin responsabilidad causa problemas tanto físicos como psicológicos.

Razón por la que se ha elegido a los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes”, facilitando el acceso a la información requerida.

OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar la incidencia del phubbing en las relaciones interpersonales en los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019.

Objetivos Específicos

- Establecer el nivel de interferencia en las actividades por el uso frecuente del teléfono celular en los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019, mediante el Cuestionario MPPUSA (Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents).
- Identificar el nivel de calidad en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019, a través del CEDIA (Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia)
- Establecer una propuesta de intervención al problema del phubbing en los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

Diseño del trabajo

La investigación es de corte transversal, de tipo correlacional, exploratoria.

Área de estudio

Psicología educativa.

Enfoque

La investigación es de tipo cuantitativa.

Población y muestra

Unidad Educativa Los Alpes del año lectivo 2019. La muestra está compuesta por 112 estudiantes de ambos sexos cuyas edades oscilan entre 12 y 18 años.

Para esta investigación se utilizó el muestreo probabilístico. De esta manera podemos determinar que la muestra está conformada por 92 estudiantes.

Edad	Hombres	Mujeres	Total
12-15	23	24	47
16-18	40	25	65
Total	63	49	112

Tabla N° 2: Frecuencias edad-sexo

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

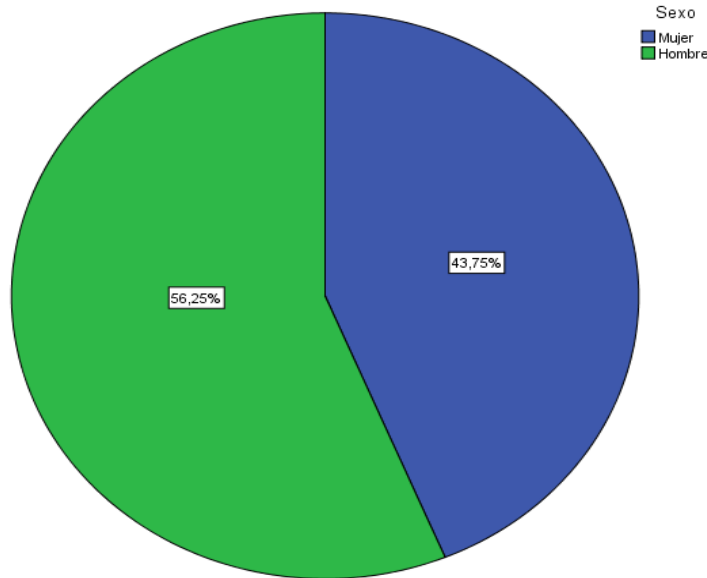


Gráfico N° 6: Frecuencias de sexo

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

Instrumentos de investigación

Variable Phubbing

La primera variable se evaluó a través del Cuestionario Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents (MPPUSA), creado por Bianchi y Phillips (2005) con la finalidad conocer el uso problemático de los teléfonos celulares. Consta de 27 preguntas, destinadas a determinar en diversos rangos la dependencia del uso del teléfono celular. Fue adaptado al español por Lopez, Honrubia y Frexia (2012) y es utilizado ampliamente a nivel mundial. Este se divide en tres dimensiones, cada uno formado por 9 ítems: el primero es el nivel de comunicación, el segundo es el nivel de atención a otras actividades y el tercero es el nivel de relaciones interpersonales.

El tiempo aproximado para la aplicación es de 10 a 15 minutos por persona. Los ítems serán aplicados y calificados en una escala tipo Likert, la cual se representa de la siguiente manera:

Escala	1	2	3	4
Correspondiente	Para nada verdadero	Ni verdadero, ni falso	Algo verdadero	Totalmente verdadero

Tabla N° 3: Escala de calificación MPPUSA

Fuente: Tesis de grado.

Elaborado por: Investigadora

Además es necesario mencionar que para la calificación de este cuestionario se consideró tres rangos el bajo entre 9-18 puntos, el moderador entre 19-24 y el elevado entre 25-36 puntos, y finalmente el puntaje total se ubica:

Rango	Puntaje Total
Deficiente	27-50
Moderado	19-24
Elevado	25-36

Tabla N° 4: Escala de calificación MPPUSA

Fuente: Tesis de grado

Elaborado por: Investigadora

Este instrumento fue validado por los expertos: MSc. Nelson Fabra Martínez, MSc. Efraín Ochoa Londoño y la Dra. Miriam Ciro Gómez en España en el año 2012, y afirmaron que cumple con los indicadores de pertinencia, relevancia y claridad del coeficiente V de Aiken, donde su puntuación es de 1.0.

Para comprobar su fiabilidad se aplicó una prueba piloto al 10% de población seleccionada, con el fin de demostrar la consistencia interna del cuestionario, pero para esto era necesario determinar el Alpha de Cronbach, dando como resultado 0,737 de fiabilidad.

Ficha técnica

Nombre	Mobil phone problem use Scale for Adolescents.
Autores	Bianchi y Phillips (2005) Honrubia y Freixa (2012)
Año de elaboración	2012
Administración	Estudiantes del nivel primario y secundario
Área que investigan los reactivos	Problemas del uso de móvil en adolescentes
Rango de aplicación	Niños de 11 a 18 años
Validez	Por prueba piloto
Confiabilidad	.949 (alta confiabilidad)
Calificación	Totalmente falso. Ni falso ni verdadero, algo verdadero, totalmente verdadero

Tabla N° 5: Ficha técnica MPPUSA

Fuente: Tesis de grado.

Elaborado por: Yenny Sánchez

Variable Relaciones Interpersonales

Para medir la variable relaciones interpersonales se utilizó el Cuestionario de Evaluación de Dificultades en las Relaciones Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA), que fue creado por Cándido J. Inglés, María Soledad Torregrosa, F. Xavier Méndez y María D. Hidalgo (2005) en España, que permite evaluar las dificultades que presentan los adolescentes entre 12 y 18 años de ambos sexos en un amplio rango de relaciones y situaciones sociales, siendo ampliamente a nivel mundial. Está compuesto por 36 ítems, el cual es aplicable en adolescentes. Contiene cinco dimensiones: asertividad, relaciones heterosexuales, hablar en público, relaciones familiares y amigos.

El tiempo aproximado de aplicación de este cuestionario es de 15 minutos. Este será aplicado y calificado en una escala tipo Likert de 5 puntos, presentados de la siguiente manera:

Escala	0	1	2	3	4
Correspondiente	Ninguna dificultad	Poca dificultad	Mediana dificultad	Bastante dificultad	Máxima dificultad

Tabla N° 6: Escala de calificación CEDIA

Fuente: Manual CEDIA

Elaborado por: Investigadora

Para comprobar su fiabilidad se aplicó un test-retest calculada a través del coeficiente producto-momento de Pearson para un intervalo de dos semanas, dando como resultados 0,78. Mientras que el coeficiente del Alpha de Cronbach fue de 0,90.

Ficha técnica

Nombre	CEDIA. Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia.
Autores	Cándido J. Inglés Saura, María Soledad Torregrosa Díez. Área de Psicología Evolutiva y de la Educación. Dpto. de Psicología de la Salud. Universidad Miguel Hernández de Elche. F. Xavier Méndez. Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad de Murcia. María D. Hidalgo. Dpto. de Psicología Básica y Metodología. Universidad de Murcia.
Administración	Individual o colectiva.
Duración	Variable, aproximadamente 15 minutos.
Aplicación:	Adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años.
Finalidad	Evaluar las dificultades interpersonales que presentan los adolescentes en un amplio rango de relaciones y situaciones sociales.
Tipificación	Centiles para escolares varones y mujeres de 12 a 18 años.
Material	Manual del CEDIA, cuestionario, hoja de perfil y lápiz.

Tabla N° 7: Ficha técnica CEDIA

Fuente: Manual CEDIA

Elaborado por: Investigadora

Procedimientos para obtención y análisis de datos

- Selección de variables de acuerdo al interés propio
- Aprobación de las variables y construcción del tema de investigación
- Selección de instrumentos para cada variable
- Aprobación del tema de investigación mediante las autoridades correspondientes
- Realización de los objetivos de investigación
- Investigación de antecedentes a través de artículos científicos, tesis de grados y medios electrónicos
- Redacción del planteamiento del problema
- Realización de la justificación de la investigación
- Elaboración del marco teórico a través de artículos científicos, tesis de grados y medios electrónicos

- Elaboración del marco metodológico
- Aplicación de instrumentos para la evaluación de variables
- Tabulación de los resultados de los instrumentos aplicados
- Análisis de resultados por medio de cuadros y frecuencia y porcentajes estadísticos
- Elaboración de conclusiones y recomendaciones en base a los resultados obtenidos
- Redacción de la discusión en comparación con otras investigaciones
- Elaboración de la propuesta dirigida a los sujetos de la investigación
- Bibliografía en base a los lineamientos de las normas APA

Actividades

- Presentación del plan de tesis, en el mes de junio del 2019, donde se determinó la viabilidad de la investigación.
- Aprobación del tema de investigación, el 13 de noviembre del 2019, declarado por por la Comisión Académica de la Universidad Indoamérica.
- Búsqueda de referencias bibliográficas para que sustente la temática de la investigación.
- Selección de los instrumentos que evalúen cada una de las variables de investigación.
- Selección de la población, para lo cual se realizó una solicitud a la Unidad Educativa “Los Alpes”.
- Aprobación de la solicitud en la Unidad Educativa “Los Alpes” y autorización de fechas para la aplicación de instrumentos.
- Aplicación de los instrumentos, el 03 de febrero del 2019, a los estudiantes de básica superior y bachillerato.
- Elaboración de objetivos, justificación, problema de investigación y la introducción.
- Obtención de información para elaborar el marco teórico, a través de fuentes científicas e investigaciones anteriormente realizadas.
- Puntuación de los instrumentos aplicados a la población seleccionada.

- Tabulación de datos a través del programa IBM SPSS Statistics, para la obtención de gráficos y tablas correspondientes.
- Análisis de los gráficos y tablas de correlación, a través del coeficiente correlacional de Pearson.
- Elaboración de las conclusiones, recomendaciones y discusión, respondiendo a los objetivos de investigación.
- Elaboración de la propuesta de aporte social, que contrarreste la problemática encontrada en la institución.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diagnóstico de la situación actual

Para la obtención de datos fueron requeridos el Cuestionario MPPUSA (Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents) y el CEDIA (Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia), aplicados en 112 adolescentes de la Unidad Educativa “Los Alpes”, lo cuales fueron analizados a través del programa estadístico IBM SPSS.

Frecuencias

		Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Mujer	49	43,8	43,8	43,8
	Hombre	63	56,3	56,3	100,0
	Total	112	100,0	100,0	

Tabla N° 8: Frecuencias Sexo

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: En la tabla se puede observar que la población de esta investigación fue de 112 adolescentes, donde 49 son mujeres y 63 son hombres.

Medidas de Tendencia Central

Estadísticos descriptivos			
	Media	Desviación estándar	N
Sexo	1,56	,498	112
Edad	4,63	1,936	112
Total RI	7,65	5,812	112
Total PH	49,82	12,237	112

Tabla N° 9: Estadísticos descriptivos 1

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: En la tabla se puede observar que la variable sexo presenta una media de 1,56 y una desviación estándar de ,498. La variable edad presenta una media de 4,63 y una desviación estándar de 1,936. La variable total de relaciones interpersonales presenta una media de 7,65 y una desviación estándar de 5,812. La variable total phubbing presenta una media de 49,82 y una desviación estándar de 12,237.

		Correlaciones			
		Sexo	Edad	Total RI	Total PH
Sexo	Correlación de Pearson	1	,225 [*]	,305 ^{**}	,108
	Sig. (bilateral)		,017	,001	,256
	N	112	112	112	112
Edad	Correlación de Pearson	,225 [*]	1	,230 [*]	-,012
	Sig. (bilateral)	,017		,015	,904
	N	112	112	112	112
Total RI	Correlación de Pearson	,305 ^{**}	,230 [*]	1	,213 [*]
	Sig. (bilateral)	,001	,015		,024
	N	112	112	112	112
Total PH	Correlación de Pearson	,108	-,012	,213 [*]	1
	Sig. (bilateral)	,256	,904	,024	
	N	112	112	112	112

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

Tabla N° 10: Correlación 1

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: En la tabla se puede evidenciar que la correlación entre las variables sexo y total relaciones interpersonales es ,305**, entre sexo y total phubbing es ,108**, entre edad y total relaciones interpersonales es ,230** y entre edad y total phubbing ,012**, por lo tanto existe un nivel alto de significancia bilateral inferior de 0,01.

Estadísticos descriptivos			
	Media	Desviación estándar	N
Sexo	1,56	,498	112
Nivel	1,63	,486	112
Total RI	7,65	5,812	112
Total PH	49,82	12,237	112

Tabla N° 11: Estadísticos descriptivos 2

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: En la tabla se observa que la variable sexo presenta una media de 1,56 y una desviación estándar de ,498. La variable nivel presenta una media de 1,63 y una desviación estándar de ,486 La variable total de relaciones interpersonales presenta una media de 7,65 y una desviación estándar de 5,812. La variable total phubbing presenta una media de 49,82 y una desviación estándar de 12,237.

		Correlaciones			
		Sexo	Nivel	Total RI	Total PH
Sexo	Correlación de Pearson	1	,209*	,305**	,108
	Sig. (bilateral)		,027	,001	,256
	N	112	112	112	112
Nivel	Correlación de Pearson	,209*	1	,167	,036
	Sig. (bilateral)	,027		,079	,710
	N	112	112	112	112
Total RI	Correlación de Pearson	,305**	,167	1	,213*
	Sig. (bilateral)	,001	,079		,024
	N	112	112	112	112
Total PH	Correlación de Pearson	,108	,036	,213*	1
	Sig. (bilateral)	,256	,710	,024	
	N	112	112	112	112

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

Tabla N° 12: Correlación 2

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: En la tabla se puede evidenciar que la correlación entre las variables sexo y total relaciones interpersonales es ,305**, entre sexo y total phubbing es ,108**, entre nivel y total relaciones interpersonales es ,209** y entre nivel y total phubbing ,036**, por lo tanto existe un nivel alto de significancia bilateral inferior de 0,01.

Comprobación de hipótesis

H0 = Existe relación entre el Phubbing y las Relaciones Interpersonales en los adolescentes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019.

H1 = El Phubbing no tiene relación directa con Relaciones Interpersonales en los adolescentes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019.

Los resultados obtenidos y analizados por la correlación de Pearson permitieron demostrar que se cumple H0 y se rechaza H1, que se evidencio en un nivel de correlación bilateral inferior a 0,01, permitiendo que exista un nivel muy significativo.

Por lo tanto se determina que a mayor práctica de Phubbing, se genera un desgaste en la interacción en las relaciones interpersonales.

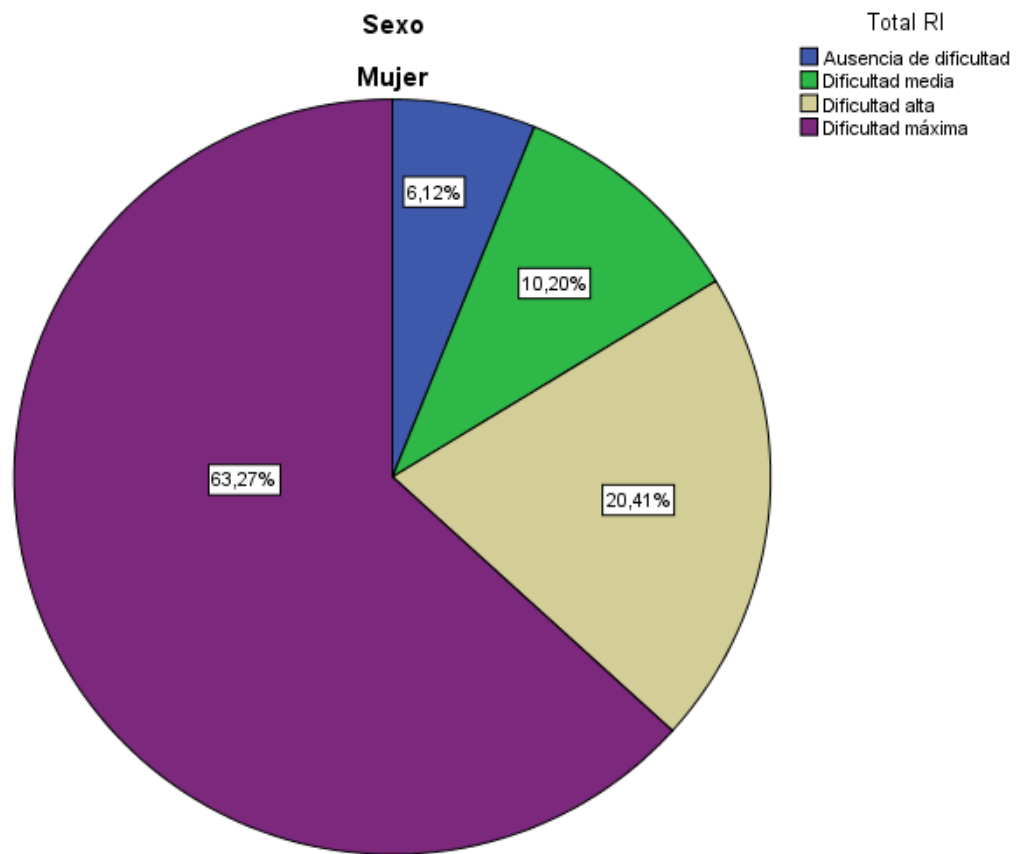


Gráfico N° 7: Total Relaciones Interpersonales en mujeres

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 63, 27% de mujeres presenta dificultad máxima al interactuar con sus relaciones sociales, mientras que un 6,12% no presenta dificultad en sus relaciones interpersonales.

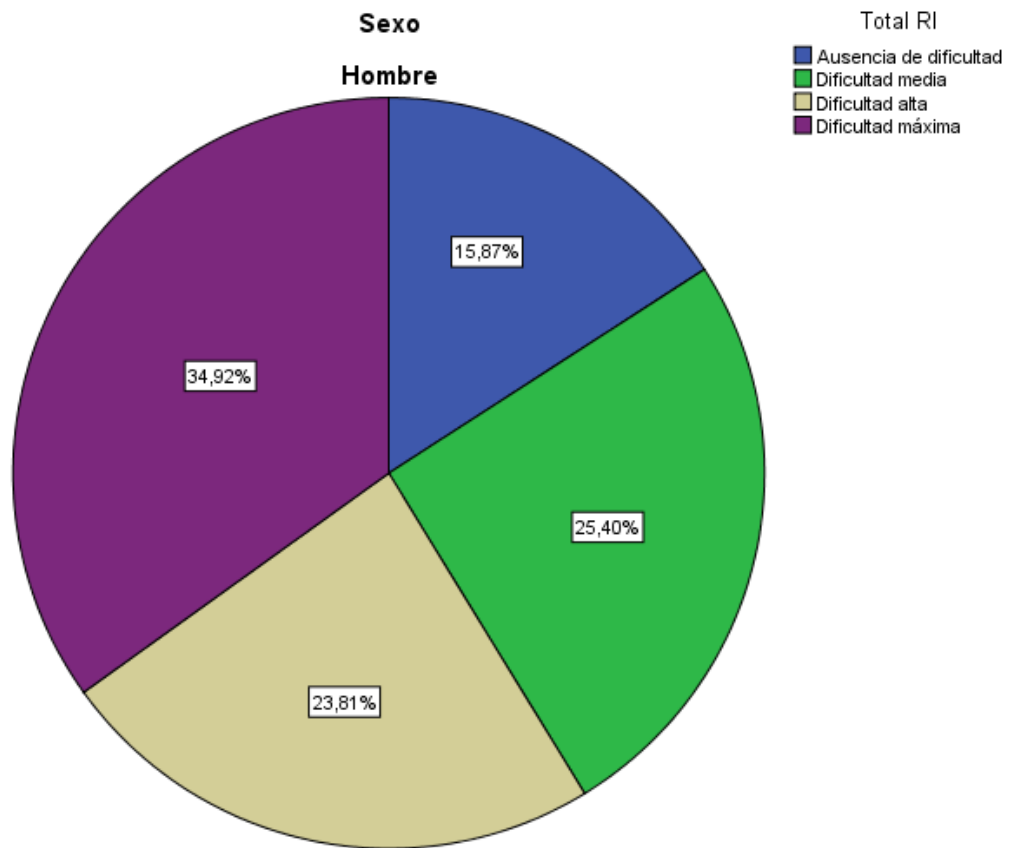


Gráfico N° 8: Total Relaciones Interpersonales en hombres
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 34,92% de hombres presenta dificultad máxima al interactuar con sus relaciones sociales, un 25,40% presenta dificultad media, un 23,81% presenta dificultad alta, mientras que un 15,87% no presenta dificultad en sus relaciones interpersonales.

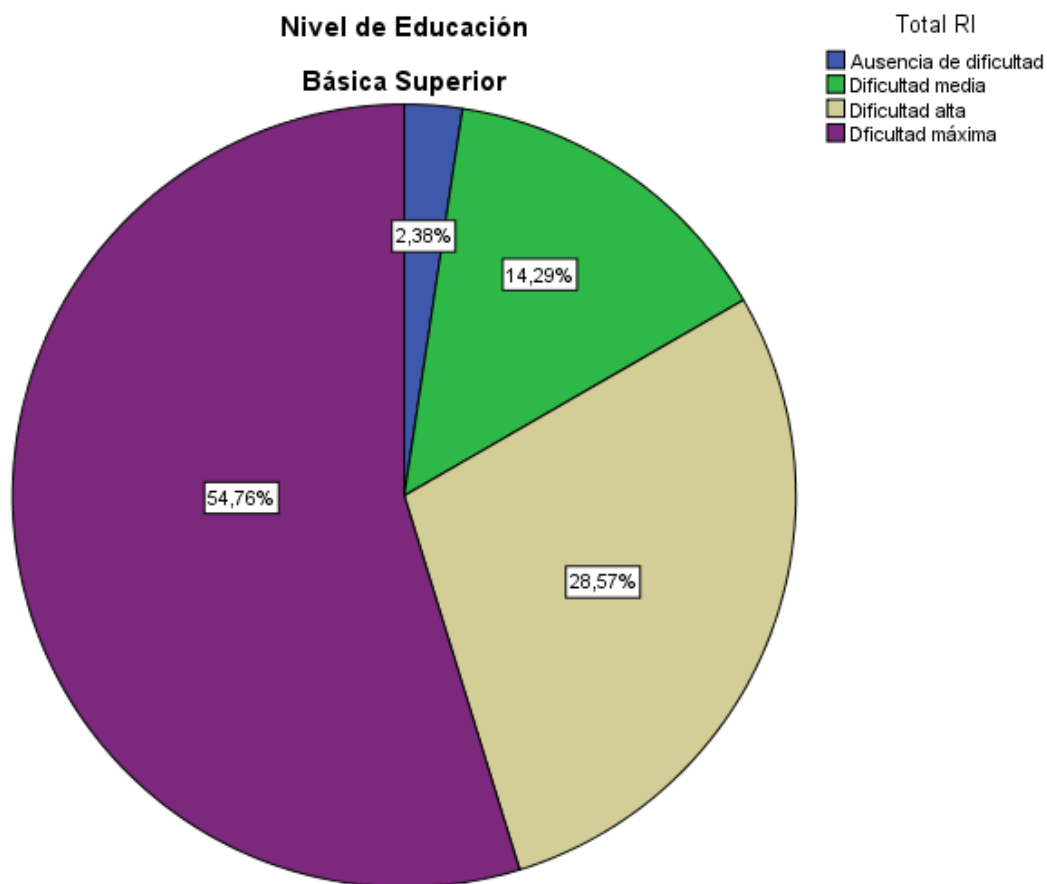


Gráfico N° 9: Total Relaciones Interpersonales en básica superior

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 54,76% de estudiantes de básica superior presenta dificultad máxima al interactuar con sus relaciones sociales, un 14,29% presenta dificultad media, un 29,57% dificultad alta, mientras que un 2,38% no presenta dificultad en sus relaciones interpersonales.

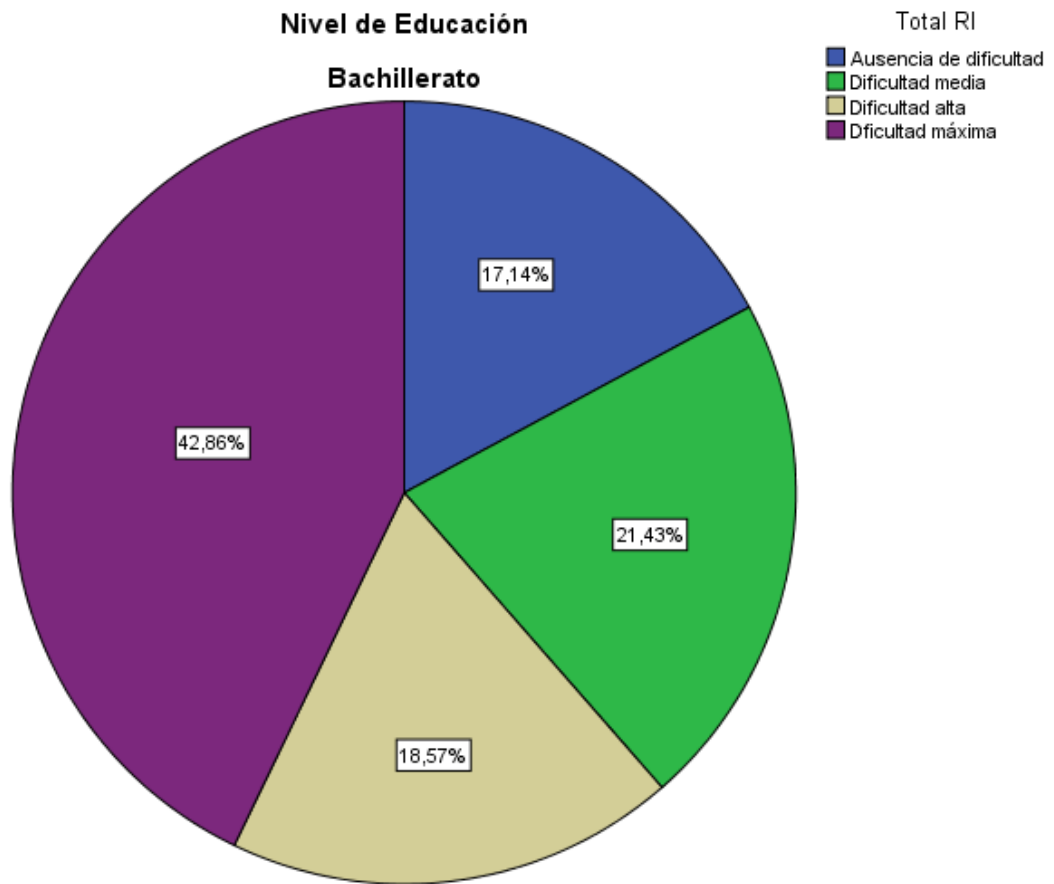


Gráfico N° 10: Total Relaciones Interpersonales en bachillerato

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 42,86% de estudiantes de bachillerato presenta dificultad máxima al interactuar con sus relaciones sociales, un 21,23% presenta dificultad media, un 18,57% presenta dificultad alta, mientras que un 17,14% no presenta dificultad en sus relaciones interpersonales.

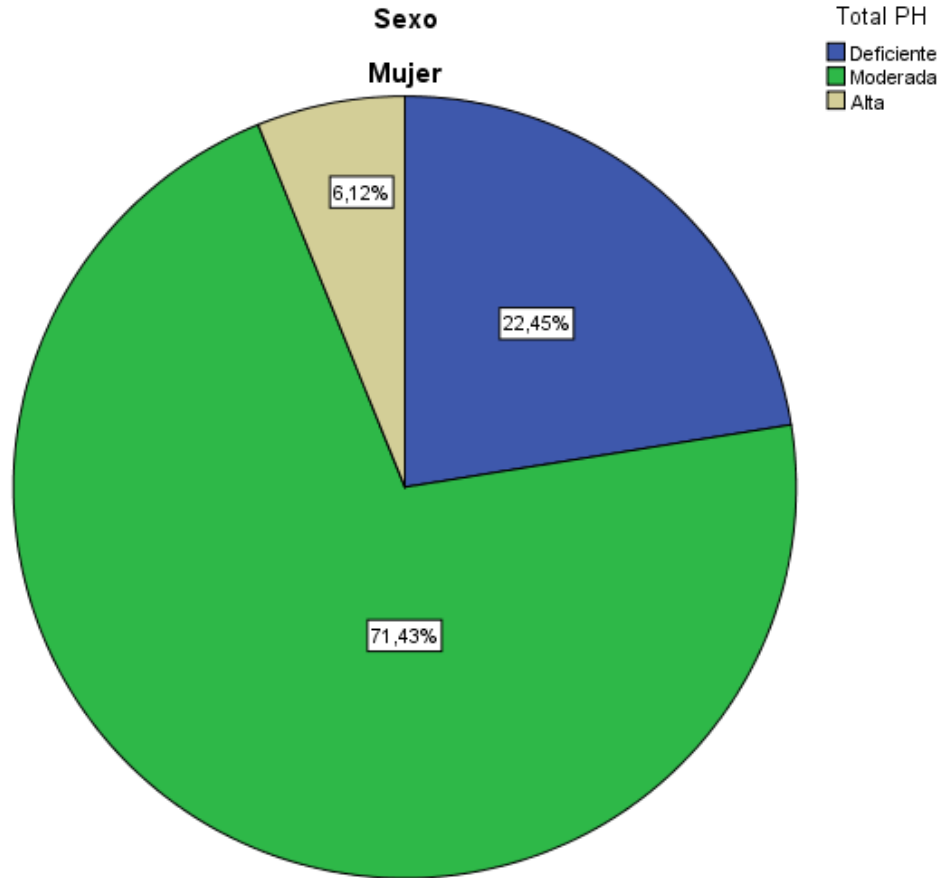


Gráfico N° 11: Total Phubbing en mujeres
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 71,43% de mujeres presenta un nivel moderado al prestar mas atención a su celular, mientras que un 22,45% indica un nivel deficiente y el 6,12% manifiesta un nivel elevado de phubbing.

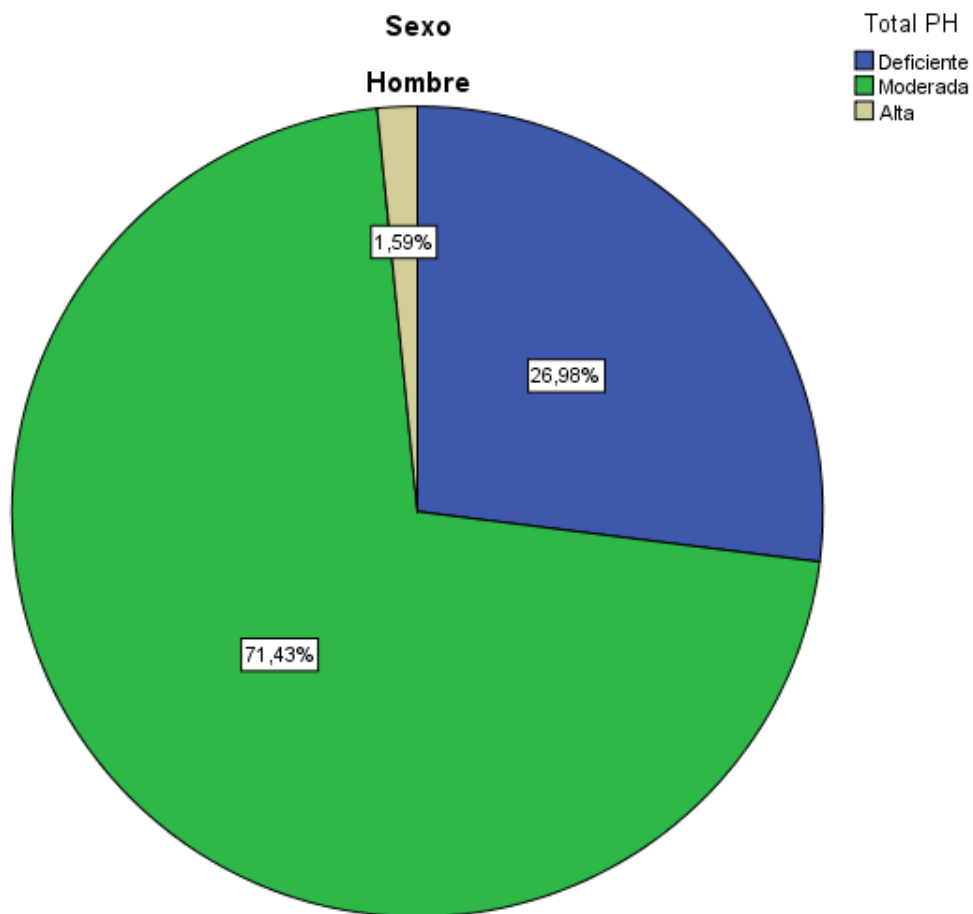


Gráfico N° 12: Total Phubbing en hombres

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 71,43% de hombres presenta un nivel moderado al prestar mas atención a su celular, mientras que un 26,48% indica un nivel deficiente y el 1,59% manifiesta un nivel elevado de phubbing.

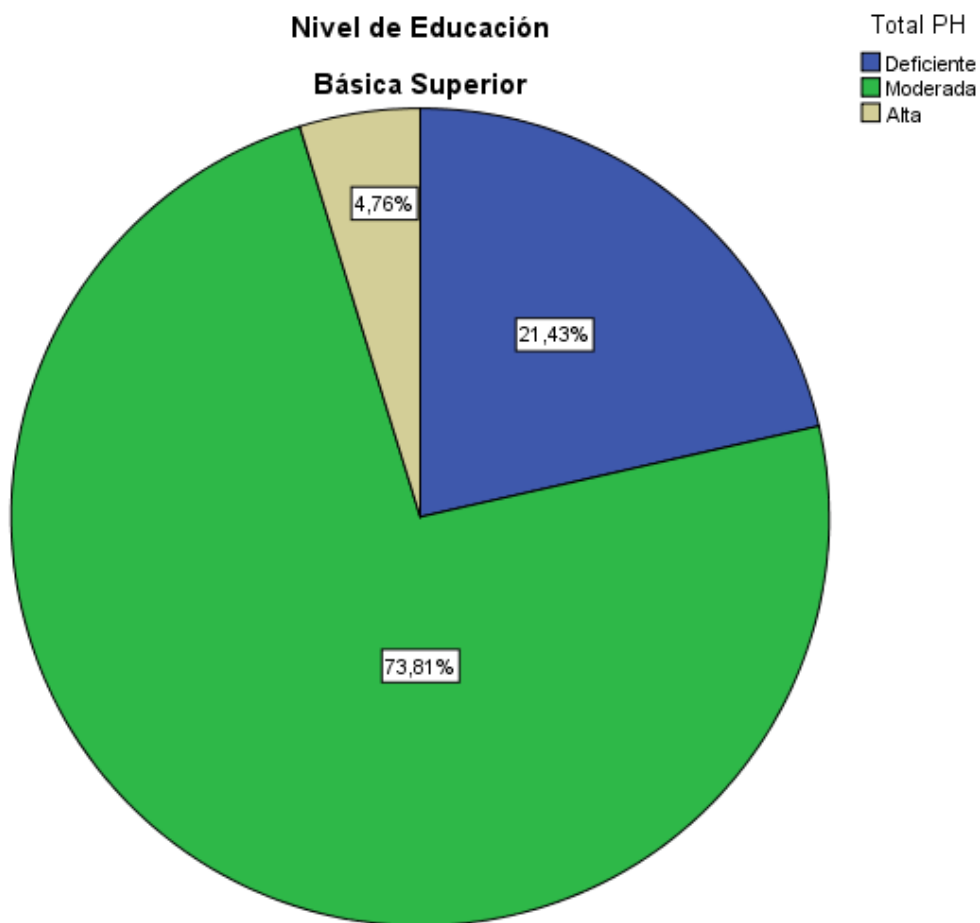


Gráfico N° 13: Total Phubbing en básica superior
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 73,81% de estudiantes de básica superior presenta un nivel moderado al prestar mas atención a su celular, mientras que un 21,43% indica un nivel deficiente y el 4,76% manifiesta un nivel elevado de phubbing.

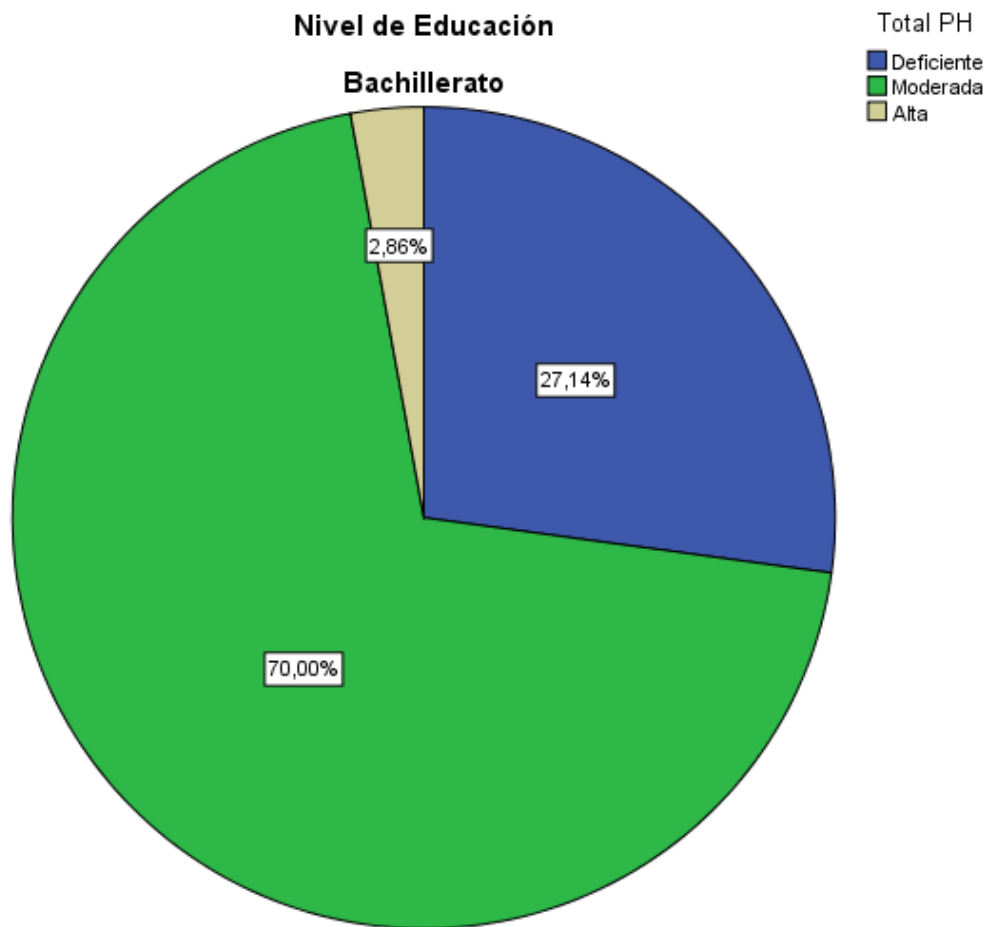


Gráfico N° 14: Total Phubbing en bachillerato
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 70,00% de estudiantes de básica superior presenta un nivel moderado al prestar mas atención a su celular, mientras que un 27,14% indica un nivel deficiente y el 2,86% manifiesta un nivel elevado de phubbing.

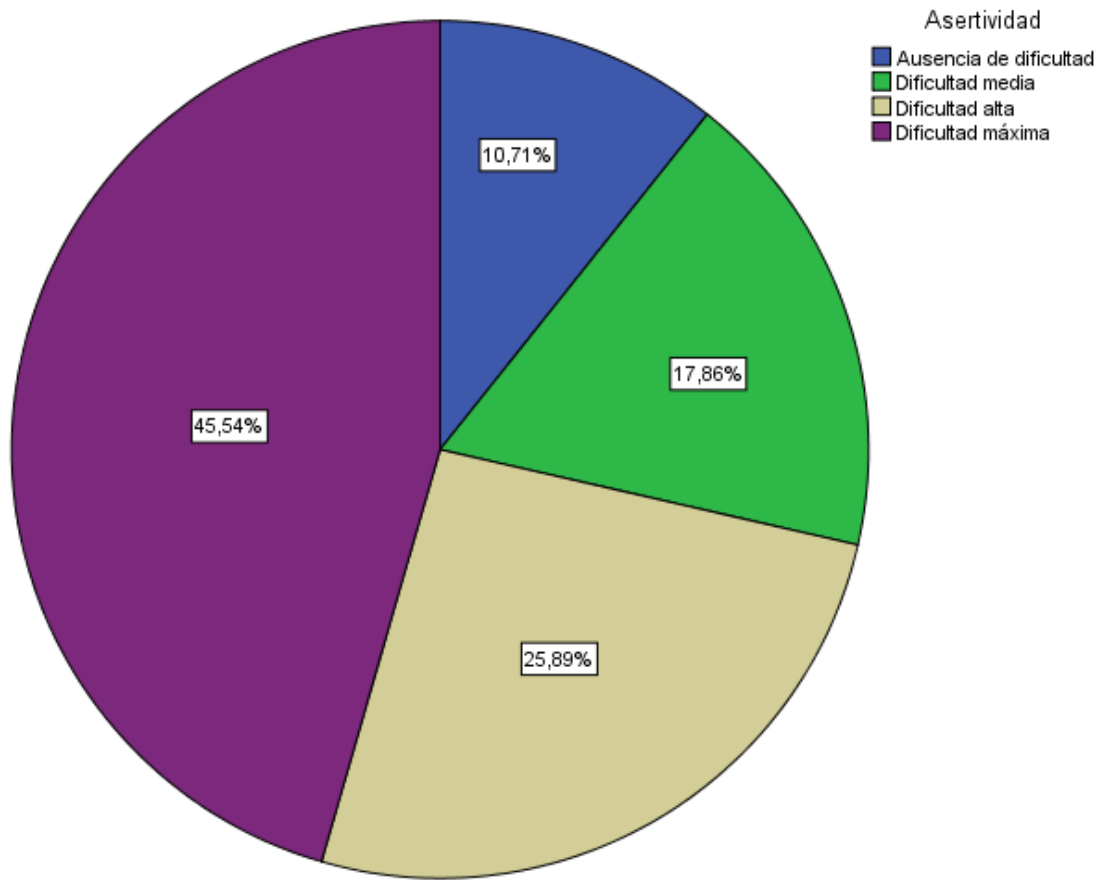


Gráfico N° 15: Asertividad
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigadora

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 45,54% de los adolescentes presentan dificultad máxima en la asertividad, un 17,86% presenta dificultad media, un 25,89% presenta dificultad alta, mientras que un 10,71% no presenta dificultad en esta área.

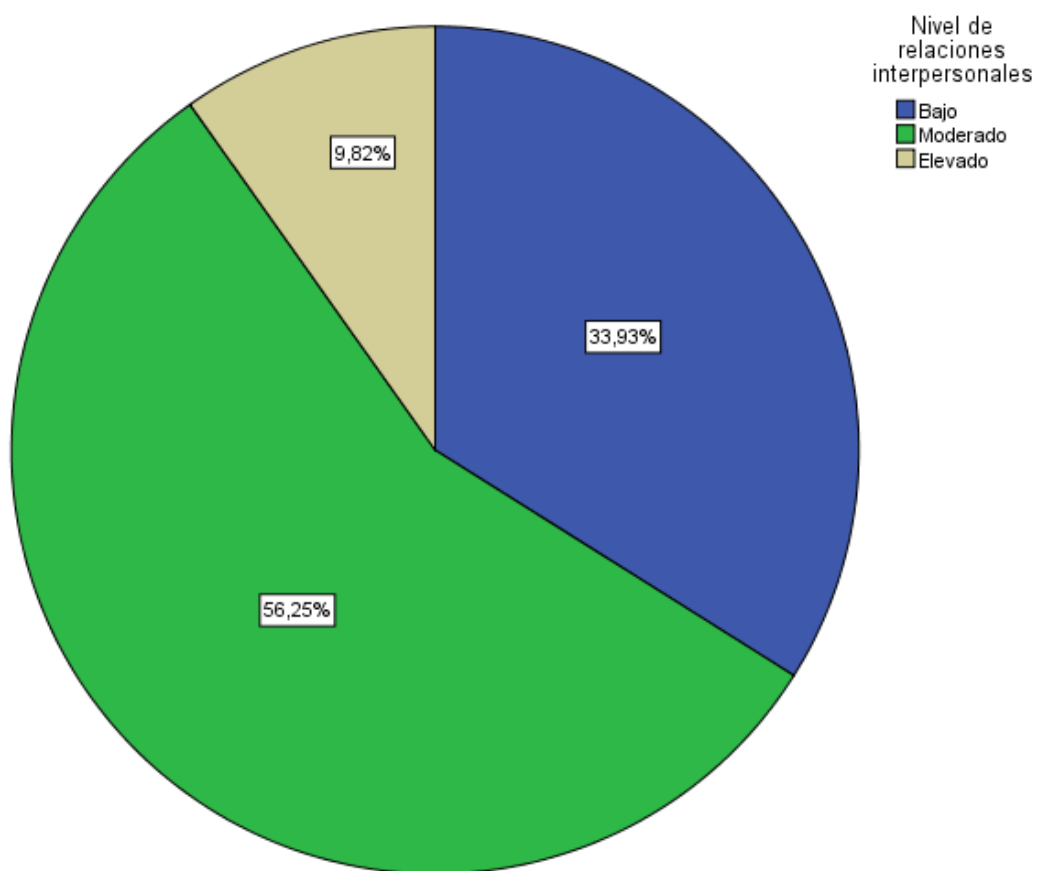


Gráfico N° 16: Nivel de relaciones interpersonales

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigación

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que el 56,25% de los adolescentes presenta dificultad en un nivel moderado, en sus relaciones interpersonales por prestar más atención a su celular, mientras que un 33,93% indica un nivel bajo y el 9,82% manifiesta un nivel elevado de phubbing.

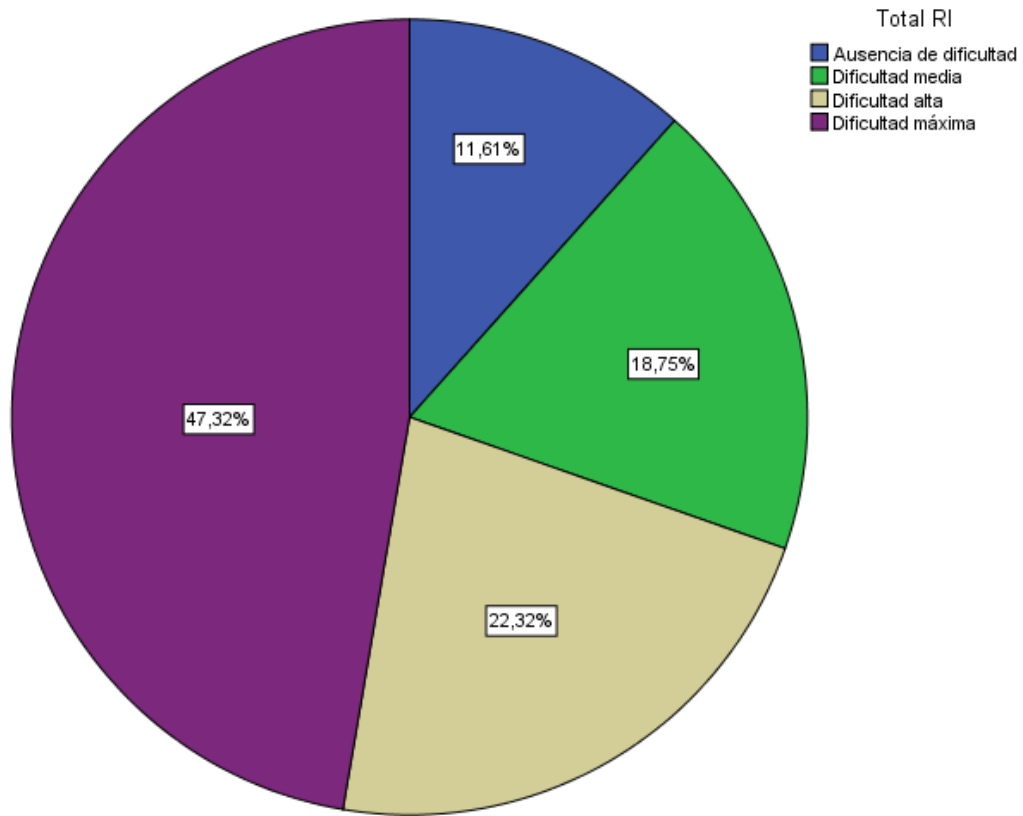


Gráfico N° 17: Total de niveles de relaciones interpersonales
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigación

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que del total de la población el 47,32%, presenta dificultad máxima en sus relaciones interpersonales, un 22,32% presenta dificultad alta, un 18,75% presenta dificultad media, mientras que un 11,61% no presenta dificultad.

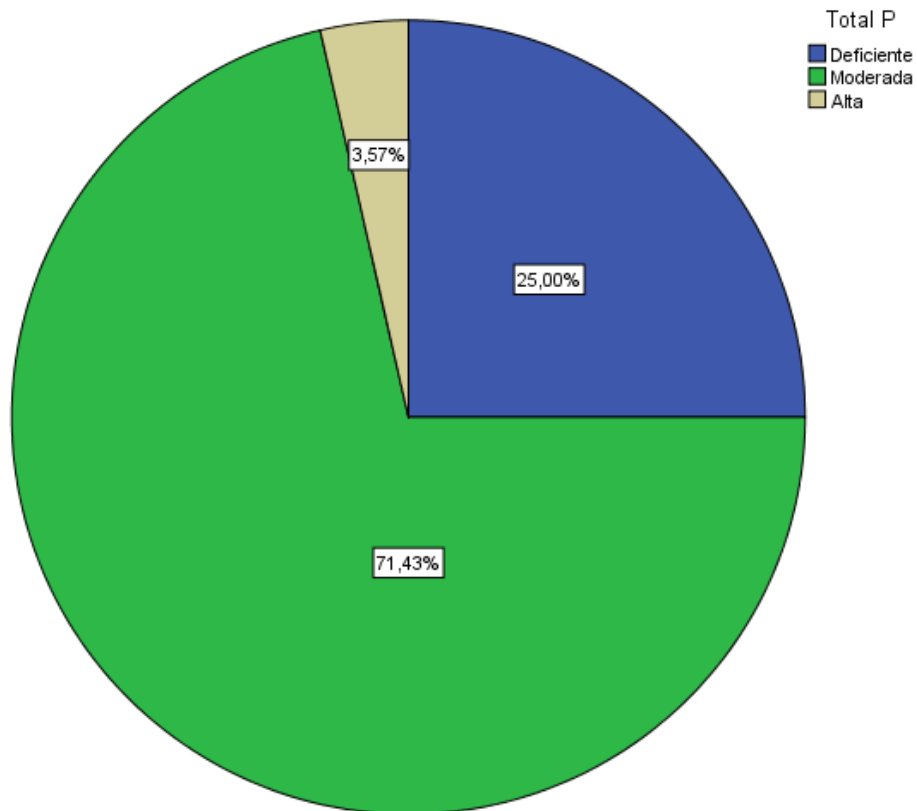


Gráfico N° 18: Total de niveles de phubbing
Fuente: Investigación.
Elaborado por: Investigación

Análisis e Interpretación: La gráfica muestra que del total de la población el 71, 43% presenta un nivel moderado en el uso del celular, un 25,00% lo usa en un nivel deficiente, mientras que un 3,57% presenta un nivel elevado.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- La incidencia del phubbing en las relaciones interpersonales es significativa en el ,213, ya que los usan constantemente su celular, generando un mal hábito y dependencia al Internet, que interfiere en la cercanía y la calidad de sus interrelaciones sociales.
- El phubbing ha generado un impacto en los estudiantes, ya que presentan una moderada dependencia al celular en el 71, 43%, ocasionando la interrupción en la comunicación, en la atención que prestan a otras actividades y en el contacto directo con su círculo social.
- Se evidencia una dificultad máxima en un 47,32 % en las relaciones interpersonales en los adolescentes que temen ser expuestos a situaciones donde sean avergonzados o rechazados, impidiendo que se relacionen con asertividad, entablen conversaciones con el sexo opuesto o hablen en público.
- En la unidad educativa no se ha realizado una intervención o talleres que ayuden a contrarrestar en los problemas generados por el phubbing

RECOMENDACIONES

- La Unidad Educativa deberá implementar estrategias que contrarresten el uso excesivo del celular en los momentos establecidos, socializados a través de campañas que instruyan a los adolescentes sobre el phubbing y el impacto que genera en sus relaciones interpersonales al convertirlo en un hábito y cuáles serían las consecuencias que pueden traer.
- Los maestros realicen talleres formativos que potencialicen en el adolescente el contacto con su círculo social, donde se fortalezca la asertividad, el hablar en

público, la comunicación entre familia y amigos y la interacción con el sexo opuesto.

- A los Padres de familia controlen el uso del celular estableciendo normas en el hogar, para ser agentes de cambio, mejorando la comunicación y favoreciendo un ambiente familiar de calidad.
- Se recomienda implementar talleres que brinden a los estudiantes las herramientas necesarias para erradicar el phubbing y las consecuencias negativas que producen en sus relaciones interpersonales.

DISCUSIÓN

De acuerdo los resultados de esta investigación, donde la muestra fueron 112 estudiantes, entre mujeres y hombres de 12 a 18 años, del nivel básico superior y bachillerato, en el cual se pudo observar que en el nivel del relaciones interpersonales el 56,26% se encontraban afectadas en un nivel moderado por uso del móvil, mientras que el 33,93% no presento molestias por el uso del móvil y el 9,32% presentaba un nivel alto de uso del celular ante sus relaciones interpersonales; lo cual nos muestra que aunque el mayor porcentaje no se encuentra en un nivel alto, pero con el pasar del tiempo, si no se toma consciencia de esta problemática, pueda afectar en su totalidad a la comunicación y las relaciones sociales.

Como concuerda Hidalgo E. (2018) en su investigación “Análisis del phubbing y su incidencia en la comunicación interpersonal entre estudiantes de la Universidad Técnica y Católica de los primeros niveles en las diferentes carreras de la ciudad de Ibarra” observo que el 44% presenta una dependencia tecnológica, un 32% tal vez la tengan, mientras que el 24% no la presentan, por lo tanto determino que las causas y consecuencias del phubbing son un hecho evidente y repudiado en su mayoría, al atribuirle de forma principal el deterioro de las habilidades sociales, bajo rendimiento escolar, aislamiento, el crecimiento del sedentarismo, baja autoestima y sobre todo la violencia que se produce en las redes, al existir la posibilidad de escudarse, en un medio donde la confrontación no tiene lugar; por el

contrario ofrece ,la oportunidad de mostrarse de manera idílica, alejándose cada vez más de la realidad con el único propósito de alcanzar la aprobación y un respecto mal concebido por parte de la sociedad.

Así como lo confirma, Chávez y Toala (2017) en su investigación “Incidencia del phubbing dentro de la comunicación interpersonal en los adolescentes de 1ro y 2do de bachillerato de la Unidad Educativa “Ficoa de Montalvo” en la ciudad de Guayaquil”, donde se observó un 61% de los adolescentes inciden en una relación entre el uso frecuente del dispositivo móviles donde se comprende los problemas de perdida de vinculo familiares y amistoso y con un 28% dicen que están poco de acuerdo con la pérdida de valores en la comunicación.

Sánchez (2017) en su investigación “El Phubbing y las Relaciones interpersonales en los estudiantes de secundaria de la institución educativa “San Alberto magno” de Moniquirá, Boyacá, Colombia – 2017” se pudo evidenciar se puede apreciar que en el nivel bajo de pubbing, el 5,6% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado de relaciones interpersonales y 9,7% en un nivel alto; en el nivel moderado de phubbing, el 4,2% de los estudiantes se encuentran en un nivel mínimo de relaciones interpersonales y el 2,8% se encuentra en nivel alto. Asimismo en el nivel elevado phubbing el 68,1% tienen un nivel bajo en las relaciones interpersonales y el 9,7% un nivel moderado, por lo tanto afirma Existe una alta dependencia hacia los dispositivos y herramientas TIC en los jóvenes los estudiantes, esto está están generando un gran impacto en las relaciones sociales, debido a que la dependencia a dispositivos genera problemas sociales relacionados con: la comunicación, el contacto físico entre los estudiantes, las conversaciones frente a frente; y a la vez se transgreden elementos esenciales para la comunicación como: el respeto hacia la otra persona cuando está hablando y la calidad del mensaje que se recibe.

Para finalizar es conveniente destacar que los adolescentes de la Unidad Educativa “Los Alpes” practican el Phubbing y que influye en un nivel moderado en sus relaciones interpersonales y esta investigación puede quedar como un punto de referencia para investigaciones futuras.

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

TEMA

Talleres para fomentar las relaciones interpersonales y erradicar el phubbing, dirigido a los adolescentes de la Unidad Educativa “Los Alpes” de la ciudad de Quito en el año 2019

JUSTIFICACIÓN

La presente propuesta tiene como finalidad brindar las herramientas necesarias a los estudiantes, padres de familia y maestros, para que se fortalezca la comunicación de los adolescentes en sus relaciones interpersonales, reduciendo el phubbing.

Es necesario brindar información y orientación a los adolescentes de la problemática que surge cuando una persona es parte del avance tecnológico más de lo usual, trayendo como consecuencia el deterioro de sus relaciones cercanas.

El celular a pesar de que tiene varias funciones que son beneficiosas, también presenta una dificultad para los adolescentes, los mantiene expuestos al mundo virtual, donde tienen acceso a interactuar con cualquier persona, sin importar el lugar donde se encuentre, lo cual puede traer consecuencias negativas que afecten la salud mental y la integridad del adolescente, por ello es necesario potencializar la relación familiar y con sus docentes, para que en el futuro la comunicación sea asertiva y de calidad, con el fin de proteger a los estudiantes.

OBJETIVOS

GENERAL

Elaborar un taller de psico-educación sobre el phubbing y las consecuencias en las relaciones interpersonales, dirigida a estudiantes, padres de familia y docentes de la Unidad Educativa “Los Alpes”.

ESPECÍFICOS

- Orientar a estudiantes, padres de familia y docentes sobre el phubbing y las consecuencias negativas que produce.
- Informar a los estudiantes, padres de familia y docentes sobre la importancia de una comunicación de calidad en el ambiente familiar y escolar.
- Brindar las estrategias necesarias para el desarrollo de una comunicación asertiva en el ambiente familiar y escolar.

ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA

La presente propuesta presenta estructura en talleres que ayuden a la disminución del phubbing presente en los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Alpes”, debido a que se ha evidenciado que está degenerando la comunicación directa en sus relaciones interpersonales. Por esta razón la propuesta tiene como finalidad dar a conocer que es el phubbing y las consecuencias negativas que produce. Se pretende tomar consciencia de la problemática y erradicar la conducta inadecuada de los adolescentes.

La propuesta está enfocada a ser ejecutada en las instalaciones de la Unidad Educativa “Los Alpes”, junto con el apoyo del DECE (Departamento de consejería estudiantil) e Inspección. Para la aplicación de talleres será necesaria la división de grupos para permitir un mejor desenvolvimiento de parte de los participantes y exista una dinámica más fluida. Cada taller tendrá una duración de 1 hora 30 minutos a 2 horas.

Estará fundamentada en un enfoque cognitivo-conductual, debido a que se pretende cambiar el mal uso del teléfono celular y estimular a una comunicación asertiva de los adolescentes en sus relaciones interpersonales.

ARGUMENTACIÓN TEÓRICA

La conducta humana es aquella que se compone por la forma de pensar, las acciones que tiene y la forma de sentir de cada persona, permitiendo que se desarrolle personal y socialmente. Al pasar de los años y con los avances tecnológicos la conducta de las personas ha ido cambiando, de tal manera que se ha sumergido en el mundo tecnológico, mientras que se distancia de su mundo social directo. Por esta razón para esta propuesta se ha determinado la terapia cognitivo-conductual, con el fin de modificar la conducta de los adolescentes en referencia a la problemática del phubbing y que mejore la interacción directa en sus relaciones interpersonales.

La terapia cognitivo-conductual tiene como objetivo la modificación de la conducta desadaptativa, los pensamientos distorsionados y actitudes negativas. Así lo define Hernández N. (2013):

“La terapia Cognitivo Conductual (o el término genérico que se utiliza para denominar a las intervenciones que comparten los principios del procesamiento de información como uno de los orígenes de la psicopatología y que utilizan intervenciones tanto cognitivas, como conductuales y emocionales para el control de los síntomas)” (p. 1).

“La terapia cognitivo conductual se basa en el supuesto subyacente de que las emociones y las conductas (lo que sentimos y lo que hacemos) constituyen en su mayor parte un producto de las cogniciones (de lo que pensamos) y de que, en consecuencia, las intervenciones cognitivo-conductuales pueden generar cambios en la forma de pensar, sentir y actuar.” (Kendall, 1991, p.235).

El objetivo de esta propuesta es disminuir y erradicar la acción de prestar más atención al celular que a las personas que se encuentran enfrente, que se ha

encontrado presente en los adolescentes de la Unidad Educativa “Los Apes”, de tal manera que mejore la comunicación asertiva en sus relaciones interpersonales.

DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA

TALLER N°1					
TEMA: Phubbing y sus consecuencias			OBJETIVO: Dar a conocer la problemática del Phubbing a los adolescentes de la institución.		
TIEMPO: 1h 30 min.					
FASE	ACTIVIDAD	TÉCNICA	OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
Rapport	Integración de los adolescentes.	Dinámica “La risa prohibida.	Crear un ambiente propicio para que los adolescentes se desinhiban.	-Espacio abierto	20 min.
Introducción	Explicación de los contenidos y las actividades a tratar en el taller.	Exposición.	Dar a conocer participantes sobre los temas a tratar.	-Infocus -Computadora -Diapositivas	10 min.
Procedimiento	-Definición de Phubbing -Características del Phubbing. -Consecuencias del Phubbing. -Ejemplo de Phubbing.	-Exposición. -Exposición. -Exposición. -Video “Phubbing – Cortometraje”	-Dar a conocer la problemática -Dar a conocer cómo se desarrolla. -Dar a conocer los efectos de la problemática -Conocer la realidad de Phubbing	-Infocus -Computadora -Diapositivas -Parlantes	45 minutos
Cierre	En grupos realizar un gráfico sobre lo aprendido en el taller y explicarlo.	Feedback a través de pictogramas.	Reforzar las temáticas aprendidas en el taller.	-Marcadores -Papelotes	15 min.

Tabla N° 13: Phubbing y sus consecuencias

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

TALLER N° 2					
TEMA: Adicción al Internet y los riesgos en la adolescencia.			OBJETIVO: Concientizar a los adolescentes sobre la adicción a internet y los riesgos que corren al exponerse a las redes sociales.		
TIEMPO: 1h 30 min.					
FASE	ACTIVIDAD	TÉCNICA	OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
Rapport	Integración de los adolescentes.	Dinámica Reventar globos	Crear un ambiente propicio para que los adolescentes se desinhiban	-Espacio abierto	20 min.
Introducción	Explicación de los contenidos y las actividades a tratar en el taller.	Exposición.	Dar a conocer participantes sobre los temas a tratar.	-Infocus -Computadora -Diapositivas	10 min.
Procedimiento	-¿Qué es la adicción al Internet? -Ventajas y desventajas del uso del celular. -Riesgos de las redes sociales en adolescentes. -Ejemplo de riesgos de los adolescentes.	-Exposición. -Exposición. -Video explicativo. -Cortometraje “El Peligro de Las Redes Sociales”	-Dar a conocer la problemática -Dar a conocer las ventajas y desventajas -Dar a conocer los riesgos en redes sociales -Concientizar sobre los riesgos en redes sociales.	-Infocus -Computadora -Diapositivas -Parlantes	45 minutos
Cierre	En grupos deben realizar un mapa mental sobre aprendizaje del taller.	Feedback	Reforzar las temáticas aprendidas en el taller.	-Marcadores -Papelotes	15 min.

Tabla N° 14: Adicción al Internet y los riesgos en la adolescencia

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigador

TALLER N° 3					
TEMA: Relaciones Interpersonales			OBJETIVO: Concientizar sobre la importancia de las relaciones interpersonales.		
TIEMPO: 1h 30 min.					
FASE	ACTIVIDAD	TÉCNICA	OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
Rapport	Integración de los adolescentes.	Dinámica “El lagarto y la lagartija”	Crear un ambiente propicio para que los adolescentes se desinhiban	-Espacio abierto	20 min.
Introducción	Explicación de los contenidos y las actividades a tratar en el taller.	Exposición.	Dar a conocer participantes sobre los temas a tratar.	-Infocus -Computadora -Diapositivas	10 min.
Procedimiento	-Definición de relaciones interpersonales y su importancia. -Tipos de relaciones interpersonales -Cambios de las relaciones interpersonales -Phubbing y su efecto en las relaciones interpersonales	-Exposición. -Exposición. -Exposición. -Video "Phubbing Un fenómeno del mundo posmoderno”	-Dar a conocer la importancia de las RI. -Dar a conocer los tipos de RI -Dar a conocer los cambios que han sufrido RI. -Concientizar sobre La degeneración de las RI.	-Infocus -Computadora -Diapositivas -Parlantes	45 minutos
Cierre	Cada participante asumirá roles.	Role Playing.	Reforzar las temáticas aprendidas en el taller.	-Escenario.	15 min.

Tabla N° 15: Relaciones Interpersonales

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

TALLER N° 4					
TEMA: Comunicación asertiva			OBJETIVO: Brindar las estrategias necesarias para mejorar la comunicación asertiva en los adolescentes.		
TIEMPO: 1h 30 min.					
FASE	ACTIVIDAD	TÉCNICA	OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
Rapport	Integración de los adolescentes.	Dinámica “Prohibido decir SI o NO”	Crear un ambiente propicio para que los adolescentes se desinhiban.	-Espacio abierto	20 min.
Introducción	Explicación de los contenidos y las actividades a tratar en el taller.	Exposición.	Dar a conocer participantes sobre los temas a tratar.	-Infocus -Computadora -Diapositivas	10 min.
Procedimiento	-Definición de comunicación asertiva. -Importancia de la comunicación asertiva. -Estrategias para la comunicación asertiva. -Cómo actuar con una comunicación asertiva.	-Exposición. -Exposición. -Exposición. -Role Playing	-Dar a conocer sobre lo que es la CA. -Dar a conocer la importancia de la CA. -Brindar las estrategias para una CA. -Asumir roles que les permitan aprender la CA.	-Infocus -Computadora -Diapositivas -Parlantes -Escenario	45 minutos
Cierre	Cada participante completara frases sobre lo aprendido en este taller.	Fededback	Reforzar las temáticas aprendidas en el taller.	-Esferos. -Hojas de papel bond.	15 min.

Tabla N° 16: Comunicación asertiva

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigadora

BIBLIOGRAFÍA

- Alcázar, A. I. R. (2002, mayo 1). Ansiedad generalizada, ansiedad por separación y fobia escolar: el predominio de la terapia cognitivo-conductual. *Dialnet*, *Volúmen 10*(No 3). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es>
- Alemaný, C. (2013). La comunicación humana: una ventana abierta. Editorial Desclée de Brouwer. (1.^a ed.). Bilbao
- Azcárate, P. (1988). “*La Política*”. Editorial Biblioteca de Instrucción y Recreo, Rubio 25. Editorial Universal, vol.3. España, Madrid.
- Berger, P. & Luckmann, T. (1968). *La construcción social de la realidad* (1.^a ed., Vol. 1). Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21,(1), 7-43. Recuperado de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Borja, F. (2010). Las redes sociales: lo que hacen sus hijos en internet. Editorial Club Universitario. (1.^a ed.). España.
- Boyd, D. & Ellison, N., (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

- Briceño, D. (2019, mayo 21). Datos importantes sobre el comportamiento Digital en Ecuador 2019. Recuperado de <https://publimark.ec/2019/04/11/datos-importantes-sobre-el-comportamiento-digital-en-ecuador-2019/>
- Cabero, J. (2000). *Nuevas tecnologías aplicadas a la educación* (1.^a ed.). McGRAW-HILUINTERAMERICANADEESPAÑA,S.A.U. Sevilla, España
- Campos, Pocasangre y Martinez (2014). “El impacto del phubbing como brecha en las comunicaciones y relaciones interpersonales de la generación”. (Tesis de grado). Universidad Dr. José Matías Delgado. Recuperado de: <https://docplayer.es/81512780-Universidad-dr-jose-matias-delgado-facultad-de-ciencias-y-artes-francisco-gavidia-escuela-de-ciencias-de-la-comunicacion.html>
- Capilla, E., & Cubo, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Pixel-Bit, Revista de Medios y Educación*, (50), 173-185. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.2017.i50.12>
- Carpizo, J. Los medios de comunicación masiva y el Estado de derecho, la democracia, la política y la ética, en Boletín Mexicano de Derecho Compartido. Nueva serie, Año XXXII, No. 96, Septiembre-Diciembre de 1999. Antología Teoría y Métodos de Comunicación Educativa I.
- Celaya, J. (2008). *La Empresa en la WEB 2.0*. Editorial Gestión 2000. (1.^a ed.). España: Grupo Planeta

Chávez E. & Toala M. (2017). Incidencia del phubbing dentro de la comunicación interpersonal en los adolescentes de 1ro y 2do de bachillerato de la unidad educativa “Ficoa de Montalvo” en la ciudad de Guayaquil. Universidad de Guayaquil. (Tesis de grado). Recuperado de: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/23075/1/INCIDENCIA%20DEL%20PHUBBING%20DENTRO%20DE%20LA%20COMUNICACION%20INTERPERSONAL.pdf>

Cruz, A. (2003). La comunicación y las relaciones interpersonales. Editorial Mac Graw Hill. (1.ª ed.). Colombia

Duarte, F. (2019). Los países en los que la gente pasa más tiempo en las redes sociales (y los líderes en América Latina). Recuperado de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-49634612>

Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91. Recuperado de: <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>

Escavy, V. (2014), Newsletter Redes sociales y Tics. Revista electrónica de Conapa
Recuperado en:
<http://www.concapa.org/wpcontent/uploads/2014/02/Newsletter-Informatica5-CONCAPA.pdf>

Garrido, E. (2015). Phubbing: conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación con el bienestar psicológico. Tesis de maestría.

Universidad de Extremadura, España. Recuperado en:
http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/3455/TFMUEX_2015_Capilla_Garrido.pdf?sequence=1

Hernández, L., (2013) Revisión de la situación actual de la Terapia Cognitivo Conductual. 17:5. Recuperado de: Psicología.com
<http://hdl.handle.net/10401/6169>

Hernandez, R. (2016). Estadísticas y Datos del Uso del Celular - Marketing Digital. Recuperado de: <https://rodrigojm.com/estadisticas-y-datos-del-uso-del-celular/>

Hidalgo E. (2018). “Análisis del phubbing y su incidencia en la comunicación interpersonal entre estudiantes de la Universidad Técnica y Católica de los primeros niveles en las diferentes carreras de la ciudad de Ibarra”. Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ibarra (Tesis de Grado). Recuperado <https://dspace.pucesi.edu.ec/bitstream/11010/158/1/Tesis%20Ericka%20PDF.pdf>

Knapp, M. L., & Daly, J. A. (2002). *Handbook of Interpersonal Communication* (3rd ed.). : SAGE Publications, Inc., Texas, Estados Unidos.

Lozoya J. (2013). Relaciones interpersonales. Suite.101.net. Salud mental, 1. Recuperado de: <http://suite101.net/article/asertividad-en-relaciones-interpersonalesdefinicion-y-concepto-a25078#.VIGhuL9cAew>

LV16.com. (2016). "Stop phubbing", la campaña mundial contra el síndrome de vivir pegado al celular. Recuperado de: <https://www.lv16.com.ar/sg/nota/80118/stop-phubbing-la-campana-mundial-contra-el-sindrome-de-vivir-pegado-al-celular>

Miller y Steinberg, G. R. y M. (1975). *Between people: A new analysis of interpersonal communication* (1st ed.). Editorial Science Research Associates. Chicago, Estados Unidos.

Obregón, M. (2015). Phubbign y las relaciones interpersonales en adolescentes. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Campus Quetzaltenango. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Obregon-Maria.pdf>

Ramos, P. F. D. (2012). Tipos y estilos de relaciones interpersonales. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/pedrldr/tipos-y-estilos-de-relaciones-interpersonales>

Sánchez Y. (2017). El Phubbing y las relaciones interpersonales en los estudiantes de secundaria de la institución educativa "San Alberto magno" de Moniquirá, Boyacá, Colombia – 2017" (Tesis de grado) Universidad privada Norbert Wiener Escuela de Posgrado. Recuperado de: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/1765>

Schulkin J. (2018). El 75% de los latinoamericanos usa su celular para evitar interactuar con personas. Recuperado de:

<https://www.infobae.com/america/tecno/2018/10/03/el-75-de-los-latinoamericanos-usa-su-celular-para-evitar-interactuar-con-personas/>

Scott, M. (1985). La comunicación Interpersonal. La comunicación interpersonal como necesidad. Editorial Madrid: NARCEA, S.A. de ediciones Madrid. (1.^a ed.). España.

Serrano, J. (2014). Hacia una “comunicación slow”: el hábito de la desconexión digital periódica como elemento de alfabetización mediática. Recuperado de: www.raco.cat/index.php/Tripodos/article/download/300900/390344

Suarez, F., López, M., Hidalgo, C., Ruiz, S. (2013) Conductas alarmantes en adolescentes y niño. Ediciones Euromexic. S.A de C.V. México.

Téllez, E. (2017, diciembre 30). Reflexiones en torno a la “ciudadanía digital” REVISTA DOXA DIGITAL. Recuperado de: <https://journals.sfu.ca>

Treviño, Joel (2013), “El ‘phubbing’, otra amenaza para las relaciones interpersonales y laborales”, en Abogados, México: Abogado digital. Disponible en: Recuperado de: <http://www.lexinformatica.com/blog/el-phubbing-otra-amenaza-para-las-relaciones-interpersonales-y-laborales/>

Universia México (2013). «Stop Phubbing»: campaña contra la adicción al celular. Recuperado de: <https://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2013/08/22/1044315/stop-phubbing-campana-contra-adiccion-celular.html>

Uriega, V. (2013). "Phubbing" y el fin de las relaciones. Versión digital. ObtenidodeNosotros diario. Recuperado de: <http://www.nosotrosdiario.mx>.

Wordpress.com (2016). Estadísticas. Recuperado de <https://phubbing.wordpress.com/estadisticas/>

Yax J. (2018). Phubbing y habilidades sociales (Estudio realizado con los alumnos de Tercero Básico, del Colegio Pedro de Bethancourt de la cabecera departamental de Totonicapán) Universidad Rafael Landívar Campus de Quetzaltenango. (Tesis de grado). Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Yax-Jacoba.pdf>

Young, K. S. (2004). Internet Addiction. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>

ANEXOS

Anexo N° 1

CUESTIONARIO MPPUSA (*Mobil phone problema use Scale for Adolescents*)

	Para nada verdadero	Algo verdadero	Ni verdadero ni falso	Muy verdadero
1. Nunca tengo tiempo suficiente para el celular				
2. Cuando me siento mal, utilizo en celular para sentirme mejor				
3. Empleo mi tiempo con el celular, cuando debería estar haciendo otras cosas y esto me causa				
4. Todos mis amigos tienen celular				
5. He intentado ocultar a los demás el tiempo que dedico en el celular				
6. El uso del celular me ha quitado horas de sueño				
7. He gastado más de lo que debía o podía pagar				
8. Cuando estoy en un sitio sin señal, me preocupo con la idea				
9. A veces, cuando estoy al teléfono y estoy haciendo algo más, se me olvida lo que estoy haciendo.				
10. El tiempo que paso con el celular se ha incrementado en los				
11. He usado el celular para hablar con otros cuando me sentía solo/a o aislado/a				
12. He intentado pasar menos tiempo con el celular pero soy				
13. Me cuesta apagar el celular				
14. Me noto nervioso/a si paso tiempo sin consultar mis mensajes				
15. Suelo soñar con el celular.				
16. Mis amigos y mi familia se quejan porque uso mucho el				
17. Si no tuviera celular, a mis amigos les costaría ponerse en contacto conmigo.				
18. Mi rendimiento ha disminuido a consecuencia del tiempo que				
19. Tengo molestias que se asocian al mal uso del celular.				
20. Me veo enganchado/a al celular más tiempo de lo que me gustaría				
21. A veces prefiero usar el celular que tratar otros temas más urgentes.				
22. Suelo llegar tarde porque estoy usando el celular cuando no				
23. Me pongo de mal humor si tengo que apagar el celular en clases, comidas o en reuniones.				
24. Me han dicho que paso demasiado tiempo con el celular				
25. Más de una vez, me he visto en un apuro porque mi móvil ha empezado a sonar en clase.				

26. A mis amigos/as no les gusta que tenga el celular apagado				
27. Me siento perdido/a sin el celular.				

Anexo N° 2

CEDIA. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LAS DIFICULTADES INTERPERSONALES EN LA ADOLESCENCIA. FORMA CHICAS

Nombre:..... Clase: Sexo:

Edad: Número de estudiante: Colegio:

Las siguientes preguntas se refieren a la dificultad que puedes tener para relacionarte con otras personas. Debes señalar el número que tú creas corresponde mejor al grado de dificultad que, generalmente, te supone cada relación. Nos referimos tanto a aquellas situaciones en las que no sabes cómo responder o actuar (por ejemplo; te callas y te pones rojo), como a aquellas otras en las que crees que te has excedido con la otra persona (por ejemplo; le insultas y luego te arrepientes).

0 = Ninguna dificultad	1 = Poca dificultad	2 = Mediana dificultad	3 = Bastante dificultad	4 = Máxima dificultad
------------------------	---------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------

¿Tienes dificultad para...

1	decirle a la cajera del supermercado que te ha devuelto tres dólares de menos?	0	1	2	3 4
2	hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a un chico por el que te interesas?	0	1	2	3 4
3	exponer en clase un trabajo que has preparado?	0	1	2	3 4
4	pedir a un camarero que te atienda a ti primero porque tú estabas antes?	0	1	2	3 4
5	expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen?	0	1	2	3 4
6	decirle a un desconocido que intenta colarse en la cola para el cine que guarde su turno?	0	1	2	3 4
7	preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo de lo que ha explicado?	0	1	2	3 4
8	iniciar una conversación con un chico de tu edad al que no conoces en la parada del autobús?	0	1	2	3 4
9	opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres?	0	1	2	3 4
10	quejarte a un camarero cuando te sirve comida o bebida en mal estado?	0	1	2	3 4
11	decirle a un chico que acaban de presentarte lo mucho que te gusta como viste?	0	1	2	3 4
12	dar las gracias a tus amigos/as cuando salen en tu defensa?	0	1	2	3 4
13	pedir a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta?	0	1	2	3 4
14	vender lotería por la calle para el viaje de estudios?	0	1	2	3 4
15	pedir información a un camarero si tienes dudas sobre el menú?	0	1	2	3 4
16	salir voluntario a la pizarra a pesar de que llevas preparada la lección?	0	1	2	3 4
17	preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes en un barrio que no conoces?	0	1	2	3 4
18	preguntar en la ventanilla de tu banco o caja de ahorros qué hay que hacer para abrir una libreta de ahorros?	0	1	2	3 4
19	decirle a un familiar (abuelos, tíos, etc.) que te molestan sus bromas pesadas?	0	1	2	3 4
20	expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase?	0	1	2	3 4
21	invitar a un chico a ir al cine?	0	1	2	3 4
22	dar las gracias a un/a amigo/a que te ayuda en tus tareas escolares?	0	1	2	3 4
23	defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho?	0	1	2	3 4
24	decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo?	0	1	2	3 4
25	defenderte cuando tu hermano/a te acusa de haberle estropeado algo suyo (libro, prenda de vestir, etc.)?	0	1	2	3 4
26	acercarte y presentarte a un chico que te gusta?	0	1	2	3 4
27	disculparte con un/a amigo/a con quien te pasaste discutiendo?	0	1	2	3 4

28	devolver un disco compacto defectuoso a la tienda donde lo compraste?	0	1	2	3	4
29	decir que no a un amigo/a que te pide prestada la bici o la moto?	0	1	2	3	4
30	defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros?	0	1	2	3	4
31	quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que ha organizado tu centro escolar?	0	1	2	3	4
32	iniciar una conversación con un chico que te atrae?	0	1	2	3	4
33	decir que no a un mendigo que te pide dinero?	0	1	2	3	4
34	pedirle a un desconocido que te ayude si te caes de la bicicleta o moto?	0	1	2	3	4
35	pedir a un camarero que te cambie el refresco de cola que te ha servido por el zumo de naranja que habías pedido?	0	1	2	3	4
36	pedirle salir a un chico?	0	1	2	3	4

Anexo N° 3

CEDIA. CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LAS DIFICULTADES INTERPERSONALES EN LA ADOLESCENCIA. FORMA CHICOS

Nombre:..... Clase: Sexo:

Edad: Número de estudiante: Colegio:

Las siguientes preguntas se refieren a la dificultad que puedes tener para relacionarte con otras personas. Debes señalar el número que tú creas corresponde mejor al grado de dificultad que, generalmente, te supone cada relación. Nos referimos tanto a aquellas situaciones en las que no sabes cómo responder o actuar (por ejemplo; te callas y te pones rojo), como a aquellas otras en las que crees que te has excedido con la otra persona (por ejemplo; le insultas y luego te arrepientes).

0 = Ninguna dificultad	1 = Poca dificultad	2 = Mediana dificultad	3 = Bastante dificultad	4 = Máxima dificultad
------------------------	---------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------

¿Tienes dificultad para...

1	decirle a la cajera del supermercado que te ha devuelto tres dólares de menos?	0	1	2	3 4
2	hacer cumplidos (elogios, piropos, etc.) a un chica por el que te interesas?	0	1	2	3 4
3	exponer en clase un trabajo que has preparado?	0	1	2	3 4
4	pedir a un camarero que te atienda a ti primero porque tú estabas antes?	0	1	2	3 4
5	expresar tu opinión en una asamblea de estudiantes cuando no estás de acuerdo con lo que dicen?	0	1	2	3 4
6	decirle a un desconocido que intenta colarse en la cola para el cine que guarde su turno?	0	1	2	3 4
7	preguntarle al profesor en clase cuando no entiendes algo de lo que ha explicado?	0	1	2	3 4
8	iniciar una conversación con un chica de tu edad al que no conoces en la parada del autobús?	0	1	2	3 4
9	opinar en contra si no estás de acuerdo con tus padres?	0	1	2	3 4
10	quejarte a un camarero cuando te sirve comida o bebida en mal estado?	0	1	2	3 4
11	decirle a un chico que acaban de presentarte lo mucho que te gusta cómo viste?	0	1	2	3 4
12	dar las gracias a tus amigos/as cuando salen en tu defensa?	0	1	2	3 4
13	pedir a un desconocido que apague su cigarrillo porque te molesta?	0	1	2	3 4
14	vender lotería por la calle para el viaje de estudios?	0	1	2	3 4
15	pedir información a un camarero si tienes dudas sobre el menú?	0	1	2	3 4
16	salir voluntario a la pizarra a pesar de que llevas preparada la lección?	0	1	2	3 4
17	preguntar a un desconocido una dirección cuando te pierdes en un barrio que no conoces?	0	1	2	3 4
18	preguntar en la ventanilla de tu banco o caja de ahorros qué hay que hacer para abrir una libreta de ahorros?	0	1	2	3 4
19	decirle a un familiar (abuelos, tíos, etc.) que te molestan sus bromas pesadas?	0	1	2	3 4
20	expresar tu punto de vista ante tus compañeros de clase?	0	1	2	3 4
21	invitar a un chica a ir al cine?	0	1	2	3 4
22	dar las gracias a un/a amigo/a que te ayuda en tus tareas escolares?	0	1	2	3 4
23	defenderte cuando tus padres te culpan de algo que no has hecho?	0	1	2	3 4
24	decirle a un vecino que no te deja estudiar con el ruido que está haciendo?	0	1	2	3 4
25	defenderte cuando tu hermano/a te acusa de haberle estropeado algo suyo (libro, prenda de vestir, etc.)?	0	1	2	3 4
26	acercarte y presentarte a un chica que te gusta?	0	1	2	3 4
27	disculparte con un/a amigo/a con quien te pasaste discutiendo?	0	1	2	3 4

28	devolver un disco compacto defectuoso a la tienda donde lo compraste?	0	1	2	3	4
29	decir que no a un amigo/a que te pide prestada la bici o la moto?	0	1	2	3	4
30	defender a un amigo/a tuyo/a cuando está siendo criticado/a por otros?	0	1	2	3	4
31	quejarte a tus padres cuando no te dejan ir a la excursión que ha organizado tu centro escolar?	0	1	2	3	4
32	iniciar una conversación con un chica que te atrae?	0	1	2	3	4
33	decir que no a un mendigo que te pide dinero?	0	1	2	3	4
34	pedirle a un desconocido que te ayude si te caes de la bicicleta o moto?	0	1	2	3	4
35	pedir a un camarero que te cambie el refresco de cola que te ha servido por el zumo de naranja que habías pedido?	0	1	2	3	4
36	pedirle salir a un chica?	0	1	2	3	4

Anexo N° 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

MSP. Ley Orgánica de la Salud. Art. 7

(Nombres completos del representante legal)

En forma voluntaria, doy mi consentimiento para que se lleve a cabo el proceso de EVALUACIÓN MEDIANTE INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS DE INVESTIGACIÓN para la investigación **“EL PHUBBING Y SU INCIDENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ALPES DE LA CIUDAD DE QUITO EN EL AÑO 2019”** dirigida a los estudiantes octavo año de educación general básica a tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Los Alpes, realizado por **GÉNESIS VALERIA CÓNDROR INA** estudiante de noveno semestre de la Universidad Tecnológica Indoamérica. Dejo constancia de haber comprendido la información que he recibido. Presto plena conformidad a su realización.

Datos del Representante

C.I.: _____

Teléfono: _____

Fecha: _____

Datos del estudiante

Nombre: _____

Paralelo: _____

C.I. : _____

Firma de autorización. _____