

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES
EN ADOLESCENTES DE LA I.E. DE YARINACocha - CNY, 2023**

**Tesis para optar el título profesional de
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**ACUÑA MURAYARI, RAQUEL
BARBOZA ZAMBRANO, GLORIA JULISSA**

PUCALLPA – PERU

2024



UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI FACULTAD
DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISION DE GRADOS Y TITULOS



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS MODALIDAD PRESENCIAL

En Pucallpa, a los **dos (02)** días del mes de **julio** de **2024**, siendo las **09.00** horas y de acuerdo a lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional de Ucayali, se reunió el Jurado Calificador, conformado por los siguientes docentes:

PRESIDENTE : Dra. Eldalaine Torres Vargas
MIEMBRO : Dra. Isabel Ramírez Chumbe
MIEMBRO : Mg. Aida Natividad Paredes Pérez

Para proceder a la evaluación de la sustentación pública de la tesis titulada:

"HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. DE YARINACocha - CNY, 2023"

Presentado por las Bachilleres en Enfermería:

RAQUEL ACUÑA MURAYARI
GLORIA JULISSA BARBOZA ZAMBRANO

Teniendo en calidad de Asesor a: **Dra. Judith Milagros Mayma Alvarado (0000-0002-6632-0707) (DNI 00115306)**

Finalizada la sustentación de la misma, se procedió a realizar la evaluación respectiva, llegando a la siguiente conclusión: La tesis ha sido: **APROBADA**.....

Quedando las graduadas expeditas para que se le otorgue el Título Profesional de **LICENCIADA EN ENFERMERIA**

Siendo las **10:30** horas del mismo día se dio por concluido el acto académico.

Pucallpa, dos (02) de julio de 2024

Dra. Eldalaine Torres Vargas
PRESIDENTE

Dra. Isabel Ramírez Chumbe
MIEMBRO

Mg. Aida Natividad Paredes Pérez
MIEMBRO



UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ACTA DE APROBACIÓN DE INFORME FINAL DE TESIS PRE GRADO

En Pucallpa, a los 26 días del mes de junio del 2024, en cumplimiento a lo indicado a la plataforma PILAR, los miembros del Jurado Evaluador conformado por:

Dra. ELDALAINÉ TORRES VARGAS	Presidente
Dra. ISABEL RAMÍREZ CHUMBE	Primer miembro
Dra. AIDA NATIVIDAD PAREDES PÉREZ	Segundo miembro

En respuesta a lo solicitado por la plataforma PILAR, se emite el dictamen firmando el acta de aprobación de la tesis titulada "**HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. DE YARINACocha - CNY, 2023**", presentado por las Bachilleres en Enfermería **Raquel Acuña Murayari** y **Gloria Julissa Barboza Zambrano**, recomendándose la sustentación de la misma para continuar con los trámites correspondientes.

Los miembros del jurado evaluador damos fe de lo actuado con las firmas correspondientes

Dra. ELDALAINÉ TORRES VARGAS
Presidente

Dra. ISABEL RAMÍREZ CHUMBE
Primer miembro

Dra. AIDA NATIVIDAD PAREDES PEREZ
Segundo miembro



UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

CONSTANCIA

ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

N° V/0241-2024.

La Dirección de Producción Intelectual de la Universidad Nacional de Ucayali, hace constar por la presente, que el trabajo académico de investigación, titulado:

"HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. DE YARINACOCHA - CNY, 2024"

Autor(es) : ACUÑA MURAYARI, RAQUEL
BARBOZA ZAMBRANO, GLORIA JULISSA

Facultad : CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela : ENFERMERÍA

Asesor(a) : Dra. MAYMA ALVARADO JUDITH MILAGROS

Presenta un porcentaje de similitud de 9%, verificado en el Sistema Antiplagio COMPILATIO.

De acuerdo a los criterios de porcentaje establecidos en el artículo 9 de la DIRECTIVA DE USO DEL SISTEMA ANTIPLAGIO, el cual indica que todo trabajo de investigación no debe superar el 10%. En tal sentido, se declara, que el presente trabajo de investigación: **SI Contiene un porcentaje aceptable de similitud**, procediéndose a emitir la presente Constancia de Originalidad de Trabajo de Investigación (COTI) a solicitud del asesor.

En señal de conformidad se firma y sella el presente documento.

Fecha: 23/05/2024



Mg. JOSÉ MANUEL CÁRDENAS BERNAOLA
Director de Producción Intelectual



UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Repositorio de la Universidad Nacional de Ucayali

Yo, Raquel Acuña Murayari

Autor de la tesis titulada: "Habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CUY, 2023."

Sustentada el año.....

Asesor(a): Dra. Judith Milagros Mayma Alvarado

Facultad: Ciencias de la Salud

Escuela Profesional: de Enfermería

Autorizo la publicación:

PARCIAL

TOTAL

De mi trabajo de investigación en el Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Ucayali (www.repositorio.unu.edu.pe), bajo los siguientes términos:

Primero: Otorgo a la Universidad Nacional de Ucayali licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público en general mi tesis (incluido el resumen) a través del Repositorio Institucional de la UNU, en formato digital sin modificar su contenido, en el Perú y en el extranjero; por el tiempo y las veces que considere necesario y libre de remuneraciones.

Segundo: Declaro que la tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, por tanto me encuentro facultado a conceder la presente autorización, garantizando que la tesis no infringe derechos de autor de terceras personas, caso contrario, me hago único(a) responsable de investigaciones y observaciones futuras, de acuerdo a lo establecido en el estatuto de la Universidad Nacional de Ucayali, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria y el Ministerio de Educación.

En señal de conformidad firmo la presente autorización.

Fecha: 02/07/2024

Email: bbita.tubve@gmail.com Firma: 

Teléfono: 977999175 DNI: 77280304



UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Repositorio de la Universidad Nacional de Ucayali

Yo, Gloria Julissa Barboza ZambranoAutor de la tesis titulada: "Habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yanacocha - CNY, 2023"

Sustentada el año.....

Asesor(a): Dra. Judith Milagros Mayma AlvaradoFacultad: Ciencias de la SaludEscuela Profesional: de Enfermería

Autorizo la publicación:

PARCIAL

TOTAL

De mi trabajo de investigación en el Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Ucayali (www.repositorio.unu.edu.pe), bajo los siguientes términos:

Primero: Otorgo a la Universidad Nacional de Ucayali licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público en general mi tesis (incluido el resumen) a través del Repositorio Institucional de la UNU, en formato digital sin modificar su contenido, en el Perú y en el extranjero; por el tiempo y las veces que considere necesario y libre de remuneraciones.

Segundo: Declaro que la tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, por tanto me encuentro facultado a conceder la presente autorización, garantizando que la tesis no infringe derechos de autor de terceras personas, caso contrario, me hago único(a) responsable de investigaciones y observaciones futuras, de acuerdo a lo establecido en el estatuto de la Universidad Nacional de Ucayali, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria y el Ministerio de Educación.

En señal de conformidad firmo la presente autorización.

Fecha: 02/07/2024Email: Nanita95piscas@gmail.com Firma: [Firma]Teléfono: 939431046 DNI: 75484634

DEDICATORIA

Dedico con todo el amor y cariño a mis hermanos Abraham y Pamela por ser una luz en la oscuridad, que siempre me brindaron su amor y las palabras exactas para salir adelante; a mis padres que me han dado la existencia y me enseñaron desde muy pequeña a luchar por los sueños, metas, anhelos y poder construir a la persona que soy ahora.

RAQUEL.

A Dios por ser quien me guía y guarda en todo tiempo. A mis padres, por alentarme a seguir adelante y terminar mi carrera, por confiar y brindarme su apoyo incondicional tanto moral y económico, a ellos que son mi mayor motivación para seguir adelante y superarme cada día.

GLORIA

AGRADECIMIENTO

A los docentes y personal administrativo de la Universidad Nacional de Ucayali, Facultad de Ciencias de la Salud, y en especial de la Escuela Profesional de Enfermería quienes contribuyeron en nuestra formación académica durante todos estos años de vida universitaria.

A la Dra. Judith Milagros Mayma Alvarado por su asesoramiento y brindarnos sus conocimientos para poder desarrollar nuestra investigación.

A los jurados evaluadores, por las recomendaciones que nos dieron para fortalecer, mejorar la investigación, y sobre todo por el tiempo y dedicación en la revisión de este proyecto.

A la Profesora Elsie Magaly Ruiz Pinedo, directora de la I.E. Yarinacocha-CNY, a la Profesora Marita del Pilar Mesia, encargada del departamento de Tutoría, por permitirnos el ingreso al plantel estudiantil y poder realizar las encuestas.

A los alumnos quienes fueron elementos importantes para el desarrollo de este estudio, gracias por su participación y permitirnos ejecutar el estudio desarrollado.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	xi
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
INTRODUCCIÓN	xiv
CAPÍTULO I	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
1.1. Descripción del problema.....	16
1.2. Formulación del problema.....	19
1.3. Problemas específicos:	19
1.4. Justificación:.....	20
1.5. Objetivos	21
CAPÍTULO II	23
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1.2. Antecedentes nacionales:	25
2.1.3. Antecedentes locales:	30
2.2. Planteamiento teórico.....	31
2.2.2. Planteamiento teórico: variable habilidades emocionales	31
2.2.3. Definición.....	31
2.2.4. Planteamiento teórico de la variable uso de redes sociales	36
2.3. Definición de términos básicos.....	41
2.4. Hipótesis, variables y operacionalización de variables.....	44
CAPÍTULO III	48
METODOLOGÍA.....	48

3.1.	Método de investigación.....	48
3.2.	Población y muestra.....	49
3.4.	Procedimiento para la recolección de datos:.....	50
CAPÍTULO IV		52
RESULTADOS Y DISCUSIÓN		52
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA.....		65
ANEXOS		69

ÍNDICE DE TABLAS

		Pag.
Tabla 1	Operacionalización de la variable	46
Tabla 2	Características sociodemográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CNY, 2024.....	52
Tabla 3	Nivel de habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.....	53
Tabla 4	Nivel de uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.....	54
Tabla 5	Relación entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.....	56
Tabla 6	Relación entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024..	57
Tabla 7	Relación entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.....	58
Tabla 8	Relación entre habilidades emocionales y el uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.....	59

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarina-cocha-CNY, 2024. La investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, de nivel relacional, transversal, prospectivo y de diseño no experimental; la población y muestra estuvo conformada por 182 adolescentes que estudian en la I.E. de Yarina-cocha – CNY durante el año 2024; la técnica utilizada fue la encuesta; y los instrumentos fueron dos cuestionarios con cinco alternativas de respuesta. Resultados, el 63.7% (116) presentaron habilidades emocionales por mejorar, el 29.7% (54) presentaron habilidades emocionales adecuado, y el 6.6% (12) presentaron habilidades emocionales muy desarrollado. Respecto al uso de celular, el 72.5% (132) presentaron nivel de uso de redes sociales alto, el 24.2% (44) presentaron nivel de uso de redes sociales medio, y 3.3% (06) presentaron nivel de uso de redes sociales bajo. Conclusiones; en cuanto a la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales de los adolescentes, mayoritariamente (116) presentaron habilidades sociales por mejorar, de los cuales 113 manifiestan uso de redes sociales alto, por lo que se concluye que existe relación entre las habilidades emocionales y el uso de redes sociales, el cual fue comprobado por el estadístico de prueba Tau b de Kendall, donde se obtuvo un valor $p=0,003$, por lo que se aceptó la hipótesis planteada.

Palabras clave: Habilidades emocionales, uso de celular, adolescentes.

ABSTRACT

The study aimed to establish the relationship between emotional skills and use of social networks in adolescents from the I.E. from Yarinacocha-CNY, 2024. The research was developed under a quantitative, relational, transversal, prospective and non-experimental design approach; The population and sample were made up of 182 adolescents who study at the I.E. from Yarinacocha – CNY during the year 2024; The technique used was the survey; and the instruments were two questionnaires with five response alternatives. Results, 63.7% (116) presented emotional skills to improve, 29.7% (54) presented adequate emotional skills, and 6.6% (12) presented highly developed emotional skills. Regarding cell phone use, 72.5% (132) presented a high level of use of social networks, 24.2% (44) presented a medium level of use of social networks, and 3.3% (06) presented a low level of use of social networks. . Conclusions; Regarding the relationship between emotional skills and the use of social networks of adolescents, the majority (116) presented social skills to improve, of which 113 manifest high use of social networks, so it is concluded that there is a relationship between emotional skills and the use of social networks, which was verified by Kendall's Tau b test statistic, where a value $p=0.003$ was obtained, therefore the proposed hypothesis was accepted.

Key words: Emotional skills, cell phone use, adolescents.

INTRODUCCIÓN

Las habilidades emocionales en el uso de redes sociales son importantes, ya que, en el contexto del uso de las redes sociales, las habilidades emocionales son más relevantes que nunca debido a la naturaleza única y potencialmente influyente de estas plataformas; las redes sociales están diseñadas para conectar a las personas, pero detrás de cada perfil hay emociones, experiencias y perspectivas únicas. Las habilidades emocionales permiten entender y apreciar estas diferencias, lo que facilita la construcción de relaciones auténticas y significativas en línea.

Cada comentario, publicación o interacción en las redes sociales tiene el potencial de afectar emocionalmente a otros usuarios. Las habilidades emocionales ayudan a reconocer el impacto de nuestras palabras y acciones en los demás, fomentando una comunicación más consciente y considerada. En un mundo digital donde todo deja rastro, es crucial tener habilidades emocionales para gestionar nuestra reputación en línea. Esto implica ser consciente de cómo nos presentamos a nosotros mismos, cómo respondemos a los elogios y críticas, y cómo manejamos los conflictos públicos.

Así mismo, el uso excesivo o inadecuado de las redes sociales puede tener un impacto negativo en el bienestar emocional. Las habilidades emocionales, como el autocontrol y la autoestima, son fundamentales para establecer límites saludables, manejar la presión social y proteger nuestra salud mental en un entorno en línea que puede ser abrumador y exigente; las redes sociales a menudo son escenario de ciberacoso y comportamientos intimidatorios. Las habilidades emocionales, como la empatía y la capacidad para ponerse en el

lugar del otro, son cruciales para prevenir y abordar este tipo de comportamientos, promoviendo un entorno en línea más seguro y respetuoso.

Por lo que, Las emociones pueden influir en nuestras decisiones en línea, desde qué contenido compartir hasta cómo responder a los comentarios de otros. Desarrollar habilidades emocionales nos ayuda a tomar decisiones más informadas y reflexivas, basadas en valores personales y objetivos a largo plazo en lugar de reacciones impulsivas o emocionales. En resumen, las habilidades emocionales son esenciales para navegar de manera efectiva, saludable y ética en el mundo cada vez más interconectado de las redes sociales. Nos permiten establecer conexiones significativas, proteger nuestro bienestar emocional y contribuir positivamente a la comunidad en línea, ya que, el uso excesivo o inadecuado de las redes sociales puede tener un impacto negativo en el bienestar emocional y mental. Las habilidades emocionales son esenciales para establecer límites saludables en el uso de las redes sociales, reconocer cuándo es necesario desconectarse y buscar apoyo si nos sentimos abrumados o afectados negativamente por nuestra actividad en línea.

El objetivo del estudio fue establecer la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

El trabajo está estructurado en cinco capítulos: En el capítulo I se presenta la revisión de la literatura. Capítulo II se aborda el planteamiento del problema. Capítulo III se aborda los materiales y métodos. Capítulo IV se presentan los Resultados y discusión. Luego las conclusiones y recomendaciones, y referencias bibliográficas.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema.

Un estudio desarrollado por una de las cajas alemanas de seguro médico, la DAK, conjuntamente con la Clínica Universitaria de Hamburgo, realizó un estudio médico en el que participaron 1001 niños, niñas, jóvenes y jovencitas entre 12 y 17 años. Los investigadores extrapolaron luego los resultados a toda Alemania, según explicó el presidente de la DAK, Andreas Storm, durante la presentación del estudio, en Berlín. Los resultados son alarmantes, un 2,6 por ciento de los adolescentes presentan una adicción a las redes sociales. Las consecuencias son, según los investigadores, no solo falta de sueño, sino también negación de la realidad y conflictos con los padres. Entre los criterios para evaluar la dependencia de redes sociales como WhatsApp, Instagram, Snapchat, Facebook o Twitter, los investigadores del Centro Alemán de Estudio de Adicciones mencionan, entre niños y adolescentes, el hecho de pensar continuamente en esas plataformas o servicios de mensajería en la escuela, así como síntomas de abstinencia, como por ejemplo irritación, nerviosismo y tristeza si el teléfono móvil u otros dispositivos no están cerca de ellos.

Como "pérdida de control" describen los científicos el hecho de que los adolescentes son incapaces de limitar ellos mismos el tiempo que le dedican a interactuar en las redes sociales. Los científicos también informan que el comportamiento de los adolescentes cambia: pierden su

interés en hobbies, mienten sobre el tiempo que pasan usando los medios sociales y arriesgan perder amistades, tener malas notas en la escuela e incluso posibilidades de avanzar en una carrera por estar más tiempo online.

La gran mayoría de los adolescentes (un 85 por ciento) pasa, de acuerdo con el estudio de la DAK, cerca de tres horas por día en las redes sociales. Las niñas y jovencitas, con 182 minutos, pasan más tiempo en ellas que los varones (151 minutos). Los escolares que están por terminar el bachillerato pasan menos tiempo online (149 minutos) que los adolescentes con un diploma escolar de nivel más bajo, como el de la "Realschule" (instituto de enseñanza media cuyo título no habilita para ingresar a la universidad, sino a una carrera terciaria), que pasan unos 207 minutos en las redes. Las redes sociales más usadas son WhatsApp (66 por ciento), Instagram (14 por ciento), Snapchat (9 por ciento) y Facebook (2 por ciento).

Debido a la gran cantidad de tiempo que adolescentes dedican a las redes sociales, un seis por ciento de los encuestados dijo tener conflictos con los padres. Un 16 por ciento dijo que su comportamiento provoca discusiones con los progenitores por eso. Cuanto más jóvenes son los encuestados, más peleas se producen. Por eso, un 14 por ciento de los niños y adolescentes de 12 y 13 años utilizan las redes sociales a menudo sin que los padres lo sepan.

Cerca de uno de cinco adolescentes entre 12 y 17 años admitió dormir muy poco a veces por seguir interactuando en las redes sociales durante la noche (17 por ciento). Un seis por ciento dijo que eso le sucedía muy a menudo. Cuanto más mayores eran los encuestados, más tiempo

pasan sin dormir por usar esos medios. Entre todos los adolescentes encuestados, un 8 por ciento presenta indicios de tendencias a la depresión. Lo que también llamó la atención de los científicos es que uno de cada tres afectados por un estado de ánimo depresivo también hace un uso problemático de las redes sociales.

Díaz Granados H, en la publicación *Propósitos digitales 2022: superar la afición a redes sociales y resguardar los datos personales*, revela que casi la mitad de los latinoamericanos pasa hasta 6 horas diarias conectado a estas plataformas a pesar de que 30% no confía en el uso que estas hacen de su información. La adicción a las Redes Sociales es una realidad para 40% de los latinoamericanos que pasa hasta 6 horas al día en aplicaciones como Instagram, Facebook, Twitter, YouTube o TikTok. Durante la pandemia, estas plataformas han proporcionado una conexión fundamental para los usuarios de todas las edades, pues 47% asegura que a raíz de los confinamientos pasan mucho más tiempo conectado en redes, situación que, si bien genera sentimientos positivos y entretenimiento, también compromete la salud mental y los datos personales de los internautas.

Uno de los hallazgos del estudio es que prácticamente en todos los países donde se aplicó, existe una adicción a estas herramientas, la cual puede explicarse al conocer qué sentimientos despiertan en los usuarios: más de la mitad de los latinoamericanos (70%) dice que se sienten “entretenidos” y casi la mitad (49%) asegura sentirse “conectados” al interactuar en estas. Sin embargo, a pesar de la afición por estas plataformas, el estudio revela que los usuarios son conscientes de los riesgos que conlleva su uso: ocho de cada 10 latinoamericanos (79%) puede recordar una noticia sobre el

posible impacto negativo de las redes sociales, y como resultado, 72% ha cambiado la forma en que las utiliza. De hecho, casi la mitad (45%) ha reducido el tiempo que pasan en ellas. Otro aspecto que inquieta a los internautas de la región es la información que ceden a las redes sociales: 14% de los latinoamericanos asegura que no tiene idea de cómo estas plataformas utilizan sus datos personales y 30% señala que no confía en absoluto en el uso que dichas compañías hacen de su información. Peor aún, 49% de las personas encuestadas afirmó que tiene algún conocido cuyos datos personales han sido comprometidos en estas aplicaciones.

En el año 2021, un estudio desarrollado por Carrasco T, y Pinto M., sobre: Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa, con una muestra de 914 adolescentes, reveló que el 46,8% de los adolescentes tienen un alto nivel de adicción a las redes sociales, el 35,2% presentan un nivel medio y por último el 17,9% muestra un nivel bajo en adicción a las redes sociales. Además, se observó que los adolescentes de la ciudad de Lima presenten niveles promedio más altos en las tres dimensiones conformadas por: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?

1.3. Problemas específicos:

- ¿Cuáles son las características socio demográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?
- ¿Cuáles son las habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?

- ¿Cuál es el uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?
- ¿Cuál es el nivel de uso de redes sociales en la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?
- ¿Cuál es el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?
- ¿Cuál es el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024?

1.4. Justificación:

Porque, la adicción a las redes sociales puede tener varios peligros y efectos negativos en la vida de una persona. Algunos de los riesgos y preocupaciones asociadas con la adicción a las redes sociales como: aislamiento social, el uso excesivo de las redes sociales puede llevar a un aislamiento social en la vida real, ya que las personas pueden pasar más tiempo en línea que interactuando en persona con amigos y familiares; así como problemas de salud mental, la adicción a las redes sociales a veces se asocia con la ansiedad, la depresión y la baja autoestima, especialmente cuando las personas comparan constantemente sus vidas con las vidas aparentemente perfectas de otros en línea; pérdida de productividad, pasar demasiado tiempo en las redes sociales puede llevar a la procrastinación ya una disminución en la productividad en el trabajo o en la escuela; problemas de sueño, el uso excesivo de las redes sociales, especialmente antes de dormir, puede interferir con el sueño y llevar a trastornos del

sueño; también la adicción digital, la adicción a las redes sociales puede ser una forma de adicción digital, que comparte similitudes con otras adicciones, como la adicción al juego en línea o a los videojuegos. Algunas personas pueden volverse emocionalmente dependientes de la validación y la atención que reciben en línea, lo que puede afectar negativamente sus relaciones en el mundo real.

El proceso de investigación que se plantea haciendo uso del método científico, por lo que, los procedimientos desarrollados se podrán replicar en futuras investigaciones, sirviendo como guía y precedente para trabajos posteriores, y los resultados que se obtengan serán conocimientos científicos que aportarán al desarrollo de la ciencia.

Así mismo, se hará uso de dos instrumentos, los cuales están estandarizados, por lo que se asegura que el instrumento cumpla con coherencia, claridad, contexto y congruencia en su contenido.

A partir de los resultados, se puede diseñar y aplicar programas que conduzcan a mejorar las habilidades emocionales de los adolescentes, lo cual es fundamental para reducir el nivel de adicción al uso de redes sociales.

1.5. Objetivos

Objetivo General:

Establecer la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Objetivos específicos:

- Describir las características socio demográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024
- Evaluar las habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024
- Determinar el uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024
- Valorar el nivel de uso de redes sociales en la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024
- Valorar el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024
- Valorar el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes bibliográficos

2.1.1. Antecedentes internacionales

Ruiz T, Sanabria L, y Ceballos Y (4). Análisis del índice de correlación entre inteligencia emocional y uso problemático de redes sociales en una muestra de adolescentes del Colegio Madre del Buen Consejo en el municipio de Floridablanca. Objetivo explorar la posible correlación entre la inteligencia emocional y el uso de redes sociales en los adolescentes del Instituto Madre del Buen Consejo (IMBC), a través de la realización de un estudio descriptivo-correlacional. La muestra de participantes estuvo conformada por 40 estudiantes de undécimo grado con edades comprendidas entre los 15 y 17 años, a quienes se aplicaron los instrumentos psicométricos Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados obtenidos evidencian de manera general que no existe una correlación significativa entre las variables analizadas, aun cuando se presentó una correlación significativa entre las dimensiones falta de control personal y reparación emocional.

Gracia B, Quintana Cirenía, y Rey L. (5) Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. En la actualidad, el uso problemático de las redes sociales es considerado un factor de riesgo para la salud mental de los adolescentes debido a las consecuencias negativas presentes en el funcionamiento psicosocial. Objetivo. El objetivo del estudio fue conocer la relación entre la regulación emocional y el uso problemático de las redes

sociales, así como el papel mediador de la depresión. Método. Para ello se realizó un estudio correlacional en una muestra de 884 adolescentes de secundaria de la Comunidad Autónoma de Andalucía, España. Se administraron los instrumentos auto informados WLEIS, DASS y SMAQ para evaluar las variables regulación emocional, depresión y uso problemático de redes sociales, respectivamente. Resultados. Los resultados obtenidos mostraron una relación negativa entre la regulación emocional y el uso problemático de las redes sociales y un papel mediador parcial de la depresión en esta relación. Conclusiones. Según los resultados, se sugiere que los déficits en la regulación emocional podrían ser un factor antecedente del uso problemático de las redes sociales, subyaciendo como mecanismo explicativo de esta relación la presencia de sintomatología depresiva en adolescentes. Se discute la evidencia empírica encontrada y su relación en intervenciones clínicas con adolescentes. subyace como mecanismo explicativo de esta relación la presencia de sintomatología depresiva en adolescentes. Se discute la evidencia empírica encontrada y su relación en intervenciones clínicas con adolescentes. subyace como mecanismo explicativo de esta relación la presencia de sintomatología depresiva en adolescentes.

Acero M, Pardo J, y Rojas Y. (6). Correlación entre inteligencia emocional, uso de redes sociales y rendimiento académico de las estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa Municipal Técnica Comercial Santa Rita. El objetivo de este trabajo de grado es identificar si existe relación entre inteligencia emocional, uso de redes sociales y rendimiento académico de 90 estudiantes (de género femenino) de noveno grado de la Institución Educativa Municipal Técnica Comercial Santa Rita ubicada en el municipio de

Facatativá, Cundinamarca, con edades que oscilan entre los 14 y 15 años de edad. Se evaluaron dichas variables a través del cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), la Spanish Modified Trait Me-ta-Mood Scale-24 (TMMS-24) y el promedio total del rendimiento académico. Los resultados del análisis de correlación se obtuvieron a partir del SPSS, principal software estadístico que ofrece técnicas de recolección de datos, ("IBM SPSS Statistics - Visión general - Colombia", 2018), los cuales se evidencian que tanto con el coeficiente de Pearson como de Spearman existe una correlación mínima entre rendimiento académico y los resultados del cuestionario ARS de -0,036 siendo estos no significativos, del mismo modo dicho cuestionario con los resultados de la prueba TMMS-24 con una correlación mínima no significativa de -0,017, sin embargo esta prueba (TMMS-24), tiene una correlación baja de 0.303 altamente significativa con rendimiento académico.

2.1.2. Antecedentes nacionales:

Silvera J. (7). "Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133, Lima 2022. Objetivo: Esta investigación tiene por título Inteligencia Emocional y Uso de Redes Sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133, Lima 2022, el objetivo de esta investigación fue analizar la relación que existe entre inteligencia emocional y el uso de redes sociales en estudiantes de cuarto año de secundaria del colegio Julio César Tello, Lima 2022. El estudio compete a un método hipotético deductivo, con un enfoque cuantitativo, es una investigación de tipo aplicada de nivel correlacional, enuncia un diseño observacional, de corte transversal. El estudio estuvo conformado por una población de 130 adolescentes matriculados

en el nivel secundario pertenecientes al cuarto año de secundaria; para lo cual se aplicó la fórmula muestra y se obtuvo $n = 98$ participantes. Se procedió a ejecutar como instrumentos a dos cuestionarios, el instrumento Inventario Emocional BarOn ICE: NA de la forma completa (60 ítems) y el instrumento de Adicción a Redes Sociales a través de la técnica encuesta; el primer cuestionario corresponde a la variable inteligencia emocional y el segundo cuestionario a la variable uso de redes sociales. Se realizó el proceso y análisis de los mismos en el programa SPSS versión 25. Resultados, la inteligencia emocional del 57.1% (56) fue alta, del 42.9% (42) fue media y ninguno en la calificación de bajo. Respecto al uso de redes sociales, 64.3% (63) refiere alto, el 27.6% (27) fue medio, y el 8.2% (08) fue bajo. Se utilizó el estadístico Rho de Spearman donde los resultados evidencian la existencia de una significancia superior a 0.05 lo que indica que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, se asume que no existe algún tipo de relación entre ambas variables en estudiantes de cuarto año de secundaria del colegio Julio César Tello N°133, Lima 2022”.

Yto B, y Flores A. (8). “Adicción a las redes sociales durante la pandemia en jóvenes de una universidad pública y privada, Juliaca – 2021. El objetivo de la investigación es determinar si existen diferencias significativas en la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de la ciudad de Juliaca. La investigación corresponde a un estudio de enfoque cuantitativo con diseño no experimental, de tipo comparativo y de corte transversal. Se contó con la participación de 200 estudiantes universitarios de la escuela profesional de Ingeniería ambiental, civil, sistemas, industrias alimentarias, energías renovables, de textil y confecciones; a quienes se les aplicó la prueba de adicción a las redes sociales, 85 de género femenino y 115 de género masculino, la edad

de los participantes es a partir de los 18 a 25 años. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS), que consta de 24 ítems con una escala de tipo Likert, cuenta con una buena validez y confiabilidad. Al tratar con una variable de distribución no normal, se optó por el estadístico U de Mann Whitney cuyos valores indican que no existen diferencias significativas de adicción a las redes sociales (Sig. >0.05) y sus dimensiones: Obsesión por las redes sociales (Sig. >0.05); Falta de control personal en el uso de las redes sociales (Sig. >0.05) y Uso excesivo de las redes sociales (Sig. >0.05) entre los estudiantes universitarios. Sin embargo, se evidenció que los estudiantes reportaron un nivel alto de adicción a las redes sociales”.

Alarcón G. (9). “Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior técnica. Objetivos: Relacionar adicción a redes sociales e inteligencia emocional. Metodología: Es un estudio correlacional, con una muestra no probabilística donde participaron 279 estudiantes de educación superior técnica, entre 18 a 23 años; se administró el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Inteligencia Emocional de Wong-Law. Resultados: Se halló que los factores de Adicción a Redes Sociales, correlacionan negativamente con las dimensiones de Inteligencia Emocional, salvo con el factor Valoración de las Emociones de otros en la que no se encuentra esta correlación prevista. Asimismo, las mujeres valoran más las emociones de los demás y los que tienen más tiempo de conexión a internet son más propensos a mostrar adicción a las redes sociales. Conclusiones: Las dimensiones de la escala ARS correlacionan débil y parcialmente con las dimensiones de inteligencia emocional”.

Rodríguez R, y Sebastián O. (10). "Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública. Objetivo, determinar la relación entre inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública Virgen De Fátima - Huancayo, 2019. El tipo de investigación usada fue no experimental, el nivel de investigación fue correlacional, el diseño de esta investigación fue transeccional correlacional. La población elegida tuvo un total de 339 alumnas entre segundo y tercero de secundaria de la institución educativa "VIRGEN DE FÁTIMA". Teniendo una muestra igual a 180 estratificada en 10 secciones. Se empleó dos cuestionarios: para medir el uso de redes sociales el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) versión adaptada por Vite Villafane y para medir Inteligencia emocional el Inventario Emocional BarOn Ice: Na – Versión completa adaptado por Nelly Ugarriza Chávez. El resultado obtenido fue la correlación entre la inteligencia emocional y el uso de redes sociales hallada fue de -0.371 y significativa al 0.01 . En conclusión, existe una relación significativa y negativa entre las variables de estudio, es decir si el uso de redes sociales es moderado o bajo entonces las capacidades implícitas de los usuarios respecto a la inteligencia emocional se incrementan. Por lo que se recomienda implementar una guía para el adecuado uso de redes sociales y sensibilización de su uso responsable para el adecuado desarrollo de la inteligencia emocional. Palabras claves: inteligencia emocional, usos de redes sociales, adolescente".

Rodríguez D. (11). "Uso de redes sociales como elemento inhibidor de habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Caranqui en el año lectivo 2018-2019. El desarrollo de habilidades sociales en el transcurso de la adolescencia, es un factor esencial para fortalecer las relaciones interpersonales, la comunicación y la capacidad de resolución de conflictos,

lastimosamente, existen factores que afectan el perfeccionamiento de estas destrezas. La presente investigación de tipo descriptivo, tiene por objetivo general, analizar el uso de redes sociales como elemento inhibitor de habilidades sociales en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Caranqui. Por lo que se procedió a construir un marco teórico basado en literatura relacionada al tema de estudio, los métodos usados en la investigación fueron inductivo y deductivo, que permitieron identificar características y plantear variables de manera general, al ser una población reducida, se trabajó con la población universo que se encuentra conformado por 60 estudiantes del año lectivo 2018- 2019. La técnica empleada para recolectar información fue la encuesta, misma que al ser procesada por el software estadístico SPSS versión 22, demostró una incidencia perjudicial del uso de redes sociales en el desarrollo de habilidades sociales, alcanzando poco o mediano desarrollo, tanto en los grupos de habilidades específicas como son las cognitivas, emocionales, instrumentales y comunicativas; así como en las habilidades sociales generales”.

Tamayo L. (12). “Uso de redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de 4º y 5º de secundaria de la Institución Educativa pública generalísimo don José de San Martín 20334, de la provincia de Huaura 2018. El objetivo fue determinar la relación entre el uso de redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de 4º y 5º de secundaria de la Institución Educativa pública generalísimo don José de San Martín 20334, de la provincia de Huaura 2018. El tipo de investigación fue básica del nivel descriptivo correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental. La población censal estuvo conformada por 115 estudiantes. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron dos cuestionarios que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos

y determinando su confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach (0.887 y 0.804) una fuerte confiabilidad. Entre los resultados más importantes obtenidos con la prueba estadística de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ($r = - 0.466$) lo que indica una correlación negativa moderada, además el valor de $p = 0,001$ resulta menor al de $P = 0,05$ y en consecuencia la relación es significativa al 95%, determinando que existe relación negativa entre el uso de redes sociales y las habilidades sociales en adolescentes de 4^o y 5^o de secundaria de la Institución Educativa pública generalísimo don José de San Martín 20334, de la provincia de Huaura 2018”.

2.1.3. Antecedentes locales:

Julca A, y Nuñez E. (13). “Uso de redes sociales y la personalidad en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa, 2019. Objetivo general determinar el uso de las redes sociales y la personalidad de los estudiantes del 5^o grado de educación secundaria de la institución educativa Jorge Chávez, 2019, el instrumento que se utilizó fue la guía de observación para describir estas características principales sobre la personalidad de estos estudiantes frente a las tendencias de las redes sociales lo cual tuvimos la población de todos los estudiantes del 5^o grado de dicha institución que se tomó una muestra de 30 estudiantes del 5^{to} “A”; con la recolección de datos se obtuvo resultados óptimos que nos permitió describir estos comportamientos de los estudiantes frente a la variable investigado, llegando a la conclusión que las redes sociales son óptimos para el desarrollo de la personalidad siguiendo el control y monitoreo de los padres de familia y docentes”.

2.2. Planteamiento teórico

2.2.2. Planteamiento teórico: variable habilidades emocionales

2.2.3. Definición

Las habilidades emocionales, también conocidas como habilidades emocionales o inteligencia emocional, se refieren a la capacidad de reconocer, comprender, gestionar y utilizar eficazmente las emociones en uno mismo y en las relaciones interpersonales. Estas habilidades son esenciales para navegar por la vida de manera efectiva y satisfactoria, ya que influyen en cómo nos relacionamos con los demás, cómo manejamos el estrés y cómo tomamos decisiones.

Las habilidades emocionales nos permiten manejar nuestras emociones de manera racional, es decir, son aquellas capacidades que muestran o trabajan la inteligencia emocional. Un elemento esencial para ser más capaces y poder adaptarnos a los diferentes entornos laborales actuales, marcados por las constantes transformaciones digitales.

Inteligencia emocional.

A finales del siglo XX, Goleman D., doctor en psicología por la Universidad de Harvard, dio a conocer el concepto de inteligencia emocional e instauró un nuevo paradigma de estudio, reformulando la óptica desde la que hasta ese momento entendíamos la inteligencia humana. Demostró que las habilidades tradicionalmente asociadas a la inteligencia, aunque son muy importantes, no son las únicas que adquieren relevancia a la hora de tener éxito en el trabajo y en la vida.

De esta manera, en sus estudios, llegó a la conclusión de que las habilidades de una persona no se miden únicamente por su coeficiente

intelectual, sino también por el desarrollo de sus competencias para gestionar las emociones propias y ajenas, esto es, de tener inteligencia emocional: un tipo de inteligencia que se basa en el trabajo de las habilidades emocionales que nos hacen identificar y analizar los sentimientos, tanto los propios como los de los demás, y nos ayudan a gestionar situaciones cotidianas conflictivas o estresantes.

La inteligencia emocional permite a una persona comunicarse de manera asertiva, efectiva y empática para poner fin a una situación conflictiva. En cambio, quien no cuente con estas habilidades, es probable que se enfrente a una misma situación con ira o frustración; por esta razón, entrenar las habilidades emocionales resulta fundamental para construir equipos de trabajo sólidos y respetuosos.

El desarrollo emocional en la adolescencia

Durante la adolescencia continúa el desarrollo socioemocional, un proceso a través del cual las personas aprenden a entender y manejar sus emociones, marcarse y alcanzar objetivos positivos, sentir y mostrar empatía por otros, establecer relaciones positivas y tomar decisiones de forma responsable. Se considera que el desarrollo socioemocional tiene diversas áreas: conciencia emocional, autoestima y autoconocimiento, regulación emocional, conciencia social/empatía y habilidades de relación y solución de conflictos.

La autoestima es el punto de referencia para valorarse a uno mismo y se relaciona con la necesidad de ser apreciado y valorado. Las personas con alta autoestima suelen mostrar más seguridad y confianza en ellas mismas y en los demás.

La regulación emocional se refiere a dar una respuesta apropiada a las emociones que experimentamos, favoreciendo las positivas y gestionando de forma adecuada otras emociones como la rabia, el miedo o la tristeza.

La empatía es la capacidad de reconocer, comprender y conectar con las emociones de otros. Nos permite comprender el mundo desde la perspectiva de otra persona y esto es clave para establecer buenas relaciones con los demás.

Las habilidades de relación están relacionadas con habilidades de interacción y comunicación adecuada con el entorno. Algunas habilidades sociales son: iniciar, mantener y acabar una conversación, saber esperar el turno, escuchar a los demás, expresar los sentimientos de forma adecuada, pedir ayuda cuando sea necesario, saber decir no, expresarse de forma asertiva, formular y responder a una queja, demostrar deportividad de un juego/saber perder, hacer frente a la presión grupal y resolver conflictos interpersonales.

Diferencias por género en el desarrollo emocional.

Se considera que en general, las niñas desarrollan una habilidad más temprana para reconocer rostros y expresiones faciales, identificar emociones y el malestar ajeno. Del mismo modo, desarrollarían más tempranamente una conducta prosocial (interés por lo que le pasa a otros, ofrecer ayuda), así como en el reconocimiento de componentes no verbales de la comunicación.

Otros aspectos diferenciales son una capacidad más temprana para ofrecer muestras de empatía y entender perspectivas ajenas. También sabemos que existen diferencias en las normas socioculturales de

expresión emocional por lo que respecta a la expresión de las emociones en función del género.: el enfado, la rabia y la externalización son más aceptadas en el género masculino, realizando las niñas un aprendizaje de no expresar dichos sentimientos desde edades muy tempranas.

Por otro lado, las niñas tienden a una socialización en diadas (dos chicas juntas) más que en grupos grandes en etapas preescolares y escolares y realizan más juego basado en el lenguaje. Los niños tienden a actividades en grupos, sobre todo deportivas. El componente socioambiental o biológico de estas diferencias, aún no está del todo clarificado.

Dimensiones de las habilidades emocionales:

a) Conciencia emocional: La capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, así como las emociones de los demás. Esto implica estar en sintonía con los sentimientos y ser capaz de etiquetarlos y describirlos con precisión.

b) Autorregulación: La habilidad para gestionar y controlar las propias emociones de manera constructiva. Esto implica la capacidad de mantener la calma en situaciones estresantes, controlar impulsos y regular las reacciones emocionales.

c) Empatía: La capacidad de comprender y sentir empatía por las emociones y perspectivas de los demás. Esto implica ponerse en el lugar de los demás y mostrar comprensión y apoyo.

d) Habilidades sociales: La habilidad para interactuar de manera efectiva con los demás, lo que incluye la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la construcción de relaciones positivas.

e) Motivación emocional: La capacidad de utilizar las emociones como fuente de motivación y dirección en la vida. Esto implica establecer metas basadas en valores y emociones personales.

Desarrollar estas habilidades emocionales puede mejorar significativamente la calidad de vida, tanto en el ámbito personal como académico del adolescente. La inteligencia emocional es especialmente valiosa en el liderazgo, la toma de decisiones, la resolución de conflictos y el mantenimiento de relaciones saludables y productivas.

Relación entre las habilidades emocionales y uso de redes sociales

La relación entre las habilidades emocionales y la adicción a las redes sociales es compleja y multifacética. Las habilidades emocionales, como la inteligencia emocional, pueden influir significativamente en la forma en que las personas utilizan y se ven afectadas por las redes sociales.

a) Autoconciencia y autocontrol: Las personas con una mayor inteligencia emocional suelen ser más conscientes de cómo las redes sociales pueden afectar sus emociones y comportamientos. Esto puede ayudarles a tomar decisiones más informadas sobre cuánto tiempo pasan en las redes sociales y cómo interactúan en línea. Además, la autorregulación emocional puede ayudar a evitar comportamientos impulsivos, como publicar cosas impulsivamente o responder enojadamente a los comentarios en línea.

b) Empatía: La empatía, que es una parte importante de la inteligencia emocional, puede influir en la forma en que las personas interactúan en las redes sociales. Las personas con alta empatía tienden a ser más sensibles a los sentimientos de los demás y pueden ser menos

propensas a participar en comportamientos perjudiciales en línea, como el ciberacoso.

c) Habilidades sociales: Las habilidades sociales sólidas, otra parte clave de la inteligencia emocional, pueden ayudar a las personas a mantener relaciones en línea saludables y constructivas. Pueden establecer límites claros, comunicarse de manera efectiva y resolver conflictos de manera más positiva.

d) Automotivación: Las personas con una fuerte motivación interna pueden utilizar las redes sociales de manera más equilibrada, estableciendo límites y tomando decisiones informadas sobre cuándo y cuánto tiempo pasar en línea.

Por otro lado, la falta de habilidades emocionales puede contribuir a la adicción a las redes sociales. Por ejemplo, las personas que tienen dificultades para manejar el estrés, la ansiedad o la soledad pueden recurrir a las redes sociales como una forma de escape o como una fuente de validación, lo que puede llevar a un uso excesivo y adictivo. En resumen, las habilidades emocionales pueden influir en la forma en que las personas utilizan y se ven afectadas por las redes sociales. El desarrollo de la inteligencia emocional puede ayudar a prevenir la adicción a las redes sociales y promover un uso más saludable y equilibrado de las plataformas en línea.

2.2.4. Planteamiento teórico de la variable uso de redes sociales

Redes sociales.

Las redes sociales, en el mundo virtual, son sitios y aplicaciones que operan en niveles diversos – como el profesional, de relación, entre otros

– pero siempre permitiendo el intercambio de información entre personas y/o empresas.

Cuando hablamos de red social, lo que viene a la mente en primer lugar son sitios como Facebook, Twitter y LinkedIn o aplicaciones como TikTok e Instagram, típicos de la actualidad. Pero la idea, sin embargo, es mucho más antigua: en la sociología, por ejemplo, el concepto de red social se utiliza para analizar interacciones entre individuos, grupos, organizaciones o hasta sociedades enteras desde el final del siglo XIX.

En Internet, las redes sociales han generado discusiones como la de falta de privacidad, pero también han servido como medio de convocatoria para manifestaciones públicas en protestas. Estas plataformas crearon, también, una nueva forma de relación entre empresas y clientes, abriendo caminos tanto para la interacción, como para el anuncio de productos o servicios.

Ventajas de las Redes Sociales.

El uso de redes sociales ha sido absorbido por personas en todo el mundo y hoy ya es parte de la rutina. Esto hizo de esos espacios un lugar donde las marcas y empresas también quisieran estar para interactuar con sus prospectos y clientes, trayendo posibilidades muy positivas, como:

Compartir la visión de la empresa: las redes sociales son una especie de escaparate de su empresa; en ellas podrás mostrar la visión del negocio, en lo que cree.

La personalización del mensaje y la interacción directa con el cliente: en las redes sociales, es posible tener una relación mucho más

personalizada y directa con cada cliente o posible cliente, ya que puedes entrar en contacto con cada uno, ya sea para resolver problemas o para descubrir nuevas informaciones.

Posibilidad de segmentación del público: al publicar en redes sociales, es posible segmentar tus posts de acuerdo con las características de la audiencia, dirigiendo tus esfuerzos hacia aquellos rangos del público que poseen más afinidad con tu solución.

Poder saber más sobre cada uno de tus clientes: las personas comparten sus gustos, deseos y otras informaciones que pueden ser valiosas para las empresas a la hora de acercarse a su público objetivo. Mantente atento a lo que es relevante para tu audiencia para conectarse mejor a ella.

Tipos de redes sociales

Puedes pensar que las redes sociales son todas iguales, pero no es así. De hecho, por lo general se dividen en diferentes tipos, de acuerdo con el objetivo de los usuarios al crear un perfil. Y una misma red social puede ser de más de un tipo. La clasificación más común es:

a) Red social de relaciones

Puedes estar pensando: «¿Pero el propósito de las redes sociales no es justamente relacionarse?», de hecho, ese es el objetivo de la mayoría de ellas, pero hay algunas que están especialmente enfocadas en eso.

El caso más conocido es Facebook, cuyo propósito, al menos en su concepción, era el de conectar personas. Pero podemos citar innumerables otras redes, que también encajan en los otros tipos, como Instagram, LinkedIn, Twitter, etc.

b) Red social de entretenimiento

Las redes sociales de entretenimiento son aquellas en las que el objetivo principal no es relacionarse con las personas, sino consumir contenido.

El ejemplo más icónico es YouTube, la mayor plataforma de distribución de vídeos del mundo, en la que el objetivo es publicar y ver vídeos. Otro caso es el de Pinterest, en el que las personas publican y consumen imágenes.

Y el más reciente, TikTok. A través de micro videos o videos muy cortos, esta red de origen oriental (China), ha reinventado la forma en que se produce y consume contenido.

c) Red social profesional

Son aquellas en que los usuarios tienen como objetivo crear relaciones profesionales con otros usuarios, divulgar proyectos y conquistas profesionales, presentar su currículum y habilidades, además de conseguir indicaciones, empleos, etc.

LinkedIn es la red social profesional más conocida y utilizada, pero hay otras que también vienen conquistando espacio, como Bebee, Bayt, Xing y Viadeo. Adicionalmente, otras redes que no son exclusivamente profesionales también se han utilizado para este fin, como Facebook, Instagram, YouTube, Twitter y Pinterest.

Redes sociales más usadas en Latinoamérica

De acuerdo con la investigación de We Are Social y Hootsuite al 2022, Facebook lidera la lista con el mayor número de usuarios activos en el mundo (2.910 millones de usuarios). Enseguida YouTube en el segundo

lugar (2.562 millones de usuarios) y WhatsApp, que, aunque hoy aún no es considerada una red social, se lleva 2.000 millones de usuarios.

Pero, de acuerdo con el top mundial, en latino América, entre los países con mayor porcentaje de usuarios en las redes sociales se mantiene Brasil, México y Argentina. Luego se suma Colombia, Chile, Uruguay y Perú. Chile, por ejemplo, consolida el 83,5% de sus habitantes, Uruguay por su parte el 83,3% de la población.

Y si pasamos a las redes sociales más populares, en México, por ejemplo, Facebook y WhatsApp son las redes con mayores porcentajes de usuarios, puesto que el 95% de los encuestados afirmó estar suscrito a estas plataformas.

Instagram fue una de las primeras redes sociales exclusivas para acceso móvil. Es cierto que actualmente es posible ver las actualizaciones en desktop, pero el producto está destinado para ser usado en el celular.

Dimensiones de la variable redes sociales

Según Ecurra M., y Salas M., consideraron que las dimensiones que se deben estudiar son:

a) Obsesión por las redes sociales.

La cual Implica que el estudiante se encuentre en constante preocupación por mantenerse conectado y cuando éste no puede conectarse puede generar ansiedad y pensar en las actividades que puede perderse de no encontrarse en línea.

b) Falta de control personal en el uso de las redes sociales.

La cual involucra que el estudiante no tenga un control personal hacia el tiempo que le dedica a las redes sociales en lugar de otras actividades; corresponden a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.

c) Uso excesivo de las redes sociales

Hace referencia a la cantidad de tiempo empleado y la dificultad de controlar el uso del mismo: se refieren a las dificultades para controlar el uso las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.

2.3. Definición de términos básicos

- **Autoconocimiento:**

Capacidad para conocernos a nosotros mismos y saber cómo somos y cómo reaccionamos.

- **Capacidad:**

Circunstancia o conjunto de condiciones, cualidades o aptitudes, especialmente intelectuales, que permiten el desarrollo de algo, el cumplimiento de una función, el desempeño de un cargo, etc.

- **Comunicación asertiva:**

La posibilidad de transmitir información de diversa índole a los demás, de manera rápida, eficaz y precisa.

- **Cuidado:**

Es la acción de cuidar (preservar, guardar, conservar, asistir). El cuidado implica ayudarse a uno mismo o a otro ser vivo, tratar de incrementar su bienestar y evitar que sufra algún perjuicio.

- **Empatía:**

Es la habilidad cognitiva de una persona para comprender el universo emocional de otra. Empatía deriva del término griego empáttheia, y recibe también el nombre de inteligencia interpersonal.

- **Habilidad:**

La capacidad de alguien para desempeñar de manera correcta y con facilidad una tarea o actividad determinada. De esta manera, se trata de una forma de aptitud específica para una actividad puntual, sea de índole física, mental o social.

- **Manejo de problemas y conflictos:**

En otras palabras, capacidad de negociación, flexibilidad y entendimiento en pro de beneficio mutuo.

- **Manejo de emociones:**

El autocontrol y el manejo saludable de la vida emocional permite vivir una vida más calma, más saludable emocionalmente y con menos factores de riesgo salud.

- **Necesidad:**

Es el estado de un ser en que se halla en carencia de un elemento, y su consecución resulta indispensable para vivir en un estado de bienestar corporal (y a veces espiritual) pleno. Las necesidades se diferencian de los deseos en que el hecho de no satisfacerlas produce resultados negativos evidentes, como puede ser una disfunción de algo o incluso el fallecimiento del individuo.

- **Pensamiento creativo:**

Capacidad de hallar soluciones innovadoras a los problemas y de expresar contenidos profundos mediante símbolos, signos y formas originales.

- **Pensamiento crítico:**

Capacidad de percibir los problemas subyacentes a un modo de pensamiento o a un discurso, y poder discutirlos en abstracto y poder elaborar a profundidad sus implicaciones, sus consecuencias, sus causas, etc., para comprenderlo más cabalmente.

- **Psicológico:**

Se denomina aquello perteneciente o relativo a la psique y la psicología. La palabra, como tal, es un adjetivo que se deriva de psicología, vocablo compuesto a partir de las raíces griegas ψυχο- (psycho-), que significa 'alma' o 'actividad mental', y -λογία (-logía), que traduce 'estudio' o 'ciencia'.

- **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.

- **Social:**

Del latín sociālis, social es aquello perteneciente o relativo a la sociedad. Recordemos que se entiende por sociedad al conjunto de individuos que comparten una misma cultura y que interactúan entre sí para conformar una comunidad.

- **Toma de decisiones:**

La capacidad de decidir, rápida o pausadamente, pero eligiendo el criterio más conveniente dadas las opciones presentes.

2.4. Hipótesis, variables y operacionalización de variables

Hipótesis General:

- Hipótesis de investigación (Hi)

Existe relación significativa entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

- Hipótesis nula (Ho)

No existe relación significativa entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Hipótesis Específicas:

- Hipótesis de investigación 1 (Hi1)

Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

- Hipótesis nula 1 (Ho1)

No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

- Hipótesis de investigación 2 (Hi2)

Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

- **Hipótesis nula 2 (Ho2)**

No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

- **Hipótesis de investigación 3 (Hi3)**

Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

- **Hipótesis nula 3 (Ho3)**

No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Variables.

Variable 1: Habilidades emocionales

Variable 2: Uso de redes sociales

Tabla 1. Operacionalización de las variables:

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	TIPO DE VARIABLE	ESCALA DE MEDIDA
V1: Habilidades emocionales	Percibir y comprender	- Mantener el buen humor	Categorico	Ordinal
		- Identificación del estado de ánimo		
	Expresar y etiquetar	- Percibir lo que está pasando.		
		- Diferenciar lo que sienten		
		- Identificar emociones que percibe		
		- Percibir los cambios de humor		
		- Expresar emociones		
		- Expresar sentimientos		
		- Marcar las emociones del otro		
		- Expresar buen humor		
Manejar y regular	- Describir su estado emocional			
	- Etiquetar si el otro se siente desanimado			
		- Control de emociones negativas		
		- Describir sentimientos		

		- Reconocer sentimientos		
		- Regular emociones		
	Obsesión por las redes sociales	- Fantasear con redes sociales		
		- Ansiedad	Categorico	Ordinal
		- Preocupación		
V2:	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Preocupación por la falta de control o interrupción en el uso		
Uso de redes sociales				
	Uso excesivo de las redes sociales	- Dificultad para controlar el uso de redes sociales		
		- Exceso de tiempo en uso		
		- Falta de control		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

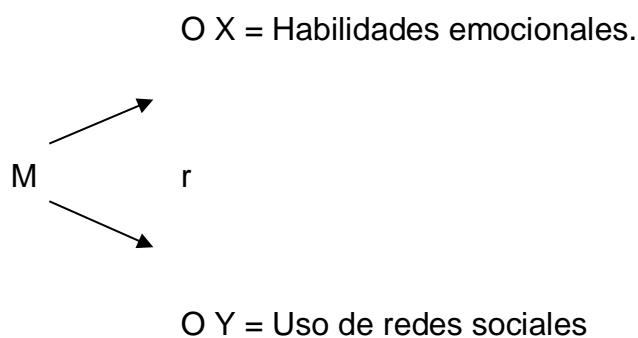
3.1. Método de investigación

El estudio se desarrolló en las aulas de la I.E. de Yarinacocha-CNY, que se encuentra ubicado en el distrito del mismo nombre, provincia de Coronel Portillo del departamento de Ucayali, lugar donde se aplicó los instrumentos de medición.

Para desarrollar el presente trabajo de investigación se utilizó un diseño no experimental, porque las variables se estudiaron en su contexto natural sin manipulación ninguna por parte de las investigadoras; de tipo descriptivo correlacional, ya que primero se observó las variables de manera individual, para luego establecer la relación que existe entre ellas. Transversal, porque la recolección de datos de las variables se realizó en un solo momento.

Prospectivo, porque los datos con fines de investigación se generaron luego de iniciado el estudio.

Diagrama:



Dónde:

M: Muestra

0 X: Observación de la variable

0 Y: Observación de la variable

r: Relación entre las variables.

3.2. Población y muestra**Población**

La población estuvo conformada por el total de estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I.E. de Yarinacocha-CNY, matriculados durante el año lectivo 2024, haciendo un total de 182 estudiantes entre las secciones A, B, C, D, E, y F.

Muestra

Para una mayor precisión en los resultados, se llevó a cabo un censo, ya que se estudió al total de estudiantes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, haciendo un total de 182 elementos.

En el presente estudio se aplicó el muestreo tipo censal debido a que se estudió a toda la población.

3.3. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos:

Se hizo uso de la técnica de la encuesta.

Como instrumentos se utilizaron dos cuestionarios:

- Cuestionario de habilidades emocionales (ESCQ-21), el cual se encuentra estandarizado, validado por Vázquez A, Ledesma L, y García R. (21), en su trabajo publicado sobre: Validación del cuestionario ESCQ-21 en adolescentes mexicanos, por lo que, no se someterá al

proceso de validez ni confiabilidad, consta de 21 ítems con cinco alternativas de respuesta (siempre, casi siempre, a veces, casi nunca, y nunca), es sumativa y valorativa, mediante el cual se determinará las habilidades emocionales como:

Muy desarrollado 78 a 105 puntos

Adecuado 50 a 77 puntos

Por mejorar 21 a 49 puntos

- Cuestionario sobre uso de redes sociales conformado por 24 ítems con 5 alternativas de respuesta (N = Nunca, CN = Casi Nunca, AV = Algunas veces, CS = Casi Siempre, S = Siempre), fue estandarizado por Ecurra M, y Salas M. (22), en su trabajo sobre: Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), considerando las siguientes dimensiones: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales, y uso excesivo de las redes sociales, con la siguiente escala de valor:

Alto 89 – 120 Puntos

Medio 57 – 88 Puntos

Bajo 24 – 56 Puntos

3.4. Procedimiento para la recolección de datos:

Los cuestionarios utilizados fueron estandarizados, por lo que no fue necesario someterlo al proceso de validez ni confiabilidad.

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se utilizó como técnica la encuesta, por lo que se solicitó el permiso correspondiente ante el Director de la Institución Educativa Yarinacocha-CNY, luego se

procedió a coordinar con el subdirector del área académica y los auxiliares de educación.

Posteriormente se programó las fechas correspondientes para la aplicación de los cuestionarios y recolectar así la información, ambos instrumentos fueron desarrollados en un tiempo aproximado de 20 minutos.

La información obtenida a través de los instrumentos de medición fue codificada, tabulados y procesados a través del del software SPSS 26, donde se creó una base de datos, y se presentan en tablas de frecuencia, y el estadístico de prueba Tau b de Kendall, además de la interpretación correspondiente de los resultados que se obtuvo en el estudio.

3.5. Procesamiento y Tratamiento de datos

Una vez recolectados los datos se vaciaron a la base de datos, utilizando la estadística descriptiva de forma absoluta.

El procesamiento de recolección de datos se realizó a través del programa estadístico Excel y SPSS versión 27.

Por el diseño del estudio desarrollado, no experimental; y de nivel relacional, donde se propone establecer la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales, se sometió al estadístico de prueba Tau b de Kendall con la finalidad de comprobar la hipótesis propuesta, por ser la variable X de tipo categórico y escala de medida ordinal y la variable Y de tipo categórico y escala de medida ordinal.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 2. Características sociodemográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CNY, 2024

Características sociodemográficas de los adolescentes	N°	%
Grupo etario:		
- 15 años	10	5.5
- 16 años	104	57.1
- 17 a más años	68	37.4
Total	182	100.0
Género:		
- Masculino	102	56.0
- Femenino	80	44.0
Total	182	100.0

Fuente: Cuestionario aplicado a los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CNY, 2024

En la Tabla 2, respecto al grupo etario, del 100% (182) de unidades analizadas, el 57.1% (104) tienen 16 años; el 37.4% (68) tienen de 17 a más años; y el 5.5% (10) tienen 15 años. En cuanto al género, el 56.0% (102) son del género masculino; y el 44.0% (80) son del género femenino.

Los adolescentes de diferentes grupos etarios pueden estar experimentando diferentes etapas en su desarrollo emocional, los adolescentes de 15 años pueden estar pasando por una transición importante desde la adolescencia temprana hacia la adolescencia media, mientras que los de 17 años pueden estar más cerca de la adolescencia media; el hecho de que la mayoría de los adolescentes en el grupo estudiado tengan 16 años sugiere que es un punto crítico en su desarrollo emocional, ya que a esa edad los

adolescentes pueden estar experimentando una amplia gama de emociones mientras navegan por la transición hacia la edad adulta.

Así mismo, hay una ligera predominancia de adolescentes masculinos en comparación con los femeninos, lo que va repercutir en las habilidades emocionales, ya que, existen diferencias documentadas en la manera en que los géneros expresan y manejan las emociones, por lo general, las niñas son socializadas para expresar más abiertamente sus emociones, mientras que los niños pueden ser alentados a reprimir ciertas emociones, como el miedo o la tristeza, situación que puede influir en cómo desarrollan habilidades emocionales como la empatía, la comprensión emocional y la comunicación emocional.

Tabla 3. Nivel de habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Habilidades emocionales	N°	%
Muy desarrollado	12	6.6
Adecuado	54	29.7
Por mejorar	116	63.7
Total	182	100.0

Fuente: Cuestionario aplicado a los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CNY, 2024

Tabla. 3 Del total de elementos analizados (182), el 63.7% (116) presentaron habilidades emocionales por mejorar, el 29.7% (54) presentaron habilidades emocionales adecuado, y el 6.6% (12) presentaron habilidades emocionales muy desarrollado.

Este análisis proporciona una comprensión de cómo están las habilidades emocionales en el grupo de adolescentes estudiado, hay una proporción

significativa que necesita mejorar en estas habilidades, mientras que una minoría ya las tienen muy desarrolladas.

Resultado distinto a lo publicado por Silvera J. (7), quien en su trabajo sobre: “Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133, Lima 2022; encontró que la inteligencia emocional del 57.1% (56) fue alta, del 42.9% (42) fue media y ninguno en la calificación de bajo”.

Tabla 4. Nivel de uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Uso de redes sociales	N°	%
Alto	132	72.5
Medio	44	24.2
Bajo	06	3.3
Total	182	100.0

Fuente; Cuestionario aplicado a los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha - CNY, 2024.

Tabla 4. Del total de elementos analizados (182), el 72.5% (132) presentaron nivel de uso de redes sociales alto, el 24.2% (44) presentaron nivel de uso de redes sociales medio, y 3.3% (06) presentaron nivel de uso de redes sociales bajo.

Este análisis indica que la gran mayoría de los adolescentes estudiados tienen un nivel alto de uso de redes sociales, solo una pequeña proporción tiene un nivel medio o bajo de uso, esto puede tener implicaciones significativas en términos de su tiempo dedicado a las redes sociales, su bienestar emocional y su comportamiento en línea, lo que puede afectar a los adolescentes en su salud mental, el uso excesivo de redes sociales ha sido asociado con un mayor riesgo

de ansiedad, depresión y baja autoestima en los adolescentes; compararse constantemente con otros y buscar validación a través de likes y comentarios puede tener un impacto negativo en su bienestar emocional. Pasar demasiado tiempo en las redes sociales puede afectar las habilidades sociales en la vida real. El uso excesivo de redes sociales, especialmente antes de acostarse, puede interferir con el sueño de los adolescentes. La exposición a la luz azul de las pantallas de los dispositivos puede dificultar conciliar el sueño y afectar la calidad del descanso.

Resultado similar a lo encontrado por Silvera J. (7), quien en su trabajo sobre: “Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133, Lima 2022; encontró que el uso de redes sociales, 64.3% (63) refiere alto, el 27.6% (27) fue medio, y el 8.2% (08) fue bajo”.

También fue similar a lo publicado por Yto B, y Flores A. (8), quienes en su estudio sobre: “Adicción a las redes sociales durante la pandemia en jóvenes de una universidad pública y privada, Juliaca – 2021; que contó con la participación de 200 estudiantes donde se evidenció que los estudiantes reportaron un nivel alto de adicción a las redes sociales”.

Tabla 5. Relación entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Habilidades emocionales	Dimensión obsesión por las redes sociales			Total
	Alto	Medio	Bajo	
	n°	n°	n°	
Muy desarrollado	00	02	0	12
Adecuado	24	30	00	54
Por mejorar	116	00	00	116
Total	142	40	00	182

Fuente; Tabla 2 * tabla 5.

Tabla 5. Del total de elementos analizados (182), 116 presentaron habilidades emocionales por mejorar, de los cuales 116 manifestaron obsesión por las redes sociales alto. Seguido de 54 que presentaron habilidades emocionales adecuado, de los cuales 30 de ellos manifestaron obsesión por las redes sociales medio, 24 en la categoría de alto. Así mismo, 12 presentaron habilidades emocionales muy desarrollado, de los cuales 10 manifestaron obsesión por las redes sociales bajo, y 02 en la categoría de medio, resultado que permite concluir que existe relación entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales.

La obsesión por las redes sociales puede ser muy perjudicial para los adolescentes en su salud mental, ya que, la obsesión por las redes sociales contribuye al desarrollo de problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima. Los adolescentes pueden experimentar estrés por la necesidad de mantenerse actualizados en las redes sociales, la presión para obtener likes y comentarios, y la comparación constante con los demás; lo

que, la obsesión por las redes sociales puede llevar a un aislamiento social; por lo que, es importante que los adolescentes aprendan a establecer límites saludables en el uso de las redes sociales y a mantener un equilibrio entre su vida en línea y su vida fuera de línea.

Tabla 6. Relación entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Habilidades emocionales	Dimensión falta de control			Total
	Alto	Medio	Bajo	
	n°	n°	n°	
Muy desarrollado	00	07	05	12
Adecuado	24	30	00	54
Por mejorar	114	02	00	116
Total	138	39	05	182

Fuente: Tabla 2 * tabla 7.

Tabla 6. Del total de elementos analizados (182), 116 presentaron habilidades emocionales por mejorar, de los cuales 114 manifestaron falta de control personal alto y 02 falta de control personal medio. Seguido de 54 que presentaron habilidades emocionales adecuado, de los cuales 30 de ellos manifestaron falta de control personal medio y 24 en la categoría de alto. Así mismo, 12 presentaron habilidades emocionales muy desarrollado, de los cuales 07 manifestaron falta de control personal medio, y 05 en la categoría de bajo, resultado que permite concluir que existe relación entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales.

La falta de control personal sobre el uso de las redes sociales puede tener efectos significativamente perjudiciales en la salud y el bienestar de los adolescentes, afectando su salud mental, relaciones sociales, rendimiento

académico, calidad del sueño, autoimagen y autoestima. Es fundamental que los adolescentes aprendan a establecer límites saludables en el uso de las redes sociales y a desarrollar habilidades de autorregulación para mantener un equilibrio saludable entre su vida en línea y su vida fuera de línea.

Tabla 7. Relación entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024

Habilidades emocionales	Dimensión uso excesivo			Total
	Alto	Medio	Bajo	
	n°	n°	n°	
Muy desarrollado	00	10	02	12
Adecuado	32	22	00	54
Por mejorar	113	03	00	116
Total	145	35	02	182

Fuente; Tabla 2 * tabla 9.

Tabla 7. Del total de elementos analizados (182), 116 presentaron habilidades emocionales por mejorar, de los cuales 113 manifestaron uso excesivo alto y 03 uso excesivo medio. Seguido de 54 que presentaron habilidades emocionales adecuado, de los cuales 32 de ellos manifestaron uso excesivo alto y 22 en la categoría de medio. Así mismo, 12 presentaron habilidades emocionales muy desarrollado, de los cuales 10 manifestaron uso excesivo medio, y 02 en la categoría de bajo, resultado que permite concluir que existe relación entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales. El uso excesivo de redes sociales puede tener una variedad de efectos negativos en la salud y el bienestar de los adolescentes, afectando su salud mental, desarrollo social, rendimiento académico, calidad del sueño, autoestima y niveles de aislamiento. Es importante que los adolescentes y sus

familias sean conscientes de estos riesgos y establezcan límites saludables en el uso de las redes sociales.

Tabla 8. Relación entre habilidades emocionales y el uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Habilidades emocionales	Uso de redes sociales			Total
	Alto	Medio	Bajo	
	n°	n°	n°	
Muy desarrollado	00	06	06	12
Adecuado	19	35	00	54
Por mejorar	113	03	00	116
Total	132	44	06	182

Fuente; Tabla 2 * tabla 3

Tabla 8. Del total de elementos analizados (182), 116 presentaron habilidades emocionales por mejorar, de los cuales 113 manifestaron uso de redes sociales alto, y 03 en la categoría de medio. Seguido de 54 que presentaron habilidades emocionales adecuado, de los cuales 35 de ellos manifestaron uso de redes sociales medio, 19 en la categoría de alto. Así mismo, 12 presentaron habilidades emocionales muy desarrollado, de los cuales 06 manifestaron uso de redes sociales bajo, y 06 en la categoría de medio, resultado que permite concluir que existe relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales.

Las habilidades emocionales pueden influir en el uso adictivo del celular de varias maneras, en la regulación emocional, las personas con habilidades emocionales menos desarrolladas pueden recurrir al uso del celular como una forma de escape o distracción de emociones difíciles; en el autocontrol, las personas con habilidades emocionales más desarrolladas suelen tener un mejor

autocontrol, pueden resistir la tentación de pasar largos períodos en sus teléfonos o de participar en comportamientos adictivos en línea, ya que son capaces de regular sus emociones y tomar decisiones más conscientes. Las personas con habilidades emocionales más desarrolladas tienden a tener relaciones más satisfactorias y significativas en la vida real, lo que puede reducir la necesidad de buscar conexión a través del celular; por lo que, un mayor desarrollo de estas habilidades ayudará a prevenir o reducir el uso adictivo del celular al mejorar la capacidad de regular las emociones, mantener el autocontrol, fomentar conexiones significativas en la vida real y aumentar la autoconciencia sobre los hábitos de uso del teléfono.

Resultado distinto a lo publicado por Silvera J. (7), quien en su trabajo sobre: “Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133, Lima 2022, reportó que, tras someter los datos al estadístico Rho de Spearman, los resultados evidencian la existencia de una significancia superior a 0.05 lo que indica que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, se asume que no existe algún tipo de relación entre ambas variables”.

4.2. CONTRASTACIÓN DE LA HIPOTESIS DE INVESTIGACIÓN

ANALISIS INFERENCIAL.

Con la finalidad de demostrar la relación que existe entre habilidades emocionales y el uso de las redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024, se sometió la prueba estadística Tau b de Kendall; para lo cual se ha adoptado el ritual de la significancia estadística trabajado y propuesto por Supo J.

- Primero** : Planteamiento de la hipótesis
- Segundo** : Establecer el nivel de significancia
- Tercero** : Seleccionar el estadístico de prueba
- Cuarto** : Lectura del P- valor
- Quinto** : Toma de decisiones – Interpretación

CONTRASTACION DE LA HIPOTESIS DE INVESTIGACIÓN:

Paso 1: Formulación de la hipótesis de investigación:

Hipótesis de investigación (Hi):

Existe relación significativa entre habilidades emocionales y el uso de las redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Hipótesis Nula (Ho):

No Existe relación significativa entre habilidades emocionales y el uso de las redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Paso 2: Selección del nivel de significancia

El nivel de significancia es $\alpha = 5\%$ ($\alpha = 0,05$)

Paso 3: Elección del estadístico de prueba

Prueba de correlación Tau b de Kendall, por ser ambas variables de tipo categórico y escala de medida ordinal.

Paso 4: Lectura del p- valor

Valor de $p = 0,003$

Paso 5: Toma de decisiones – Interpretación

Con un error del 0,003 se confirma que las habilidades emocionales se relacionan con el uso de las redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2024.

Interpretación:

Las habilidades emocionales si tiene relación ($p=0,003$) con el uso de las redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY; por lo que se acepta la hipótesis de investigación planteada y se rechaza la hipótesis nula.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- 1.- Las características sociodemográficas de los adolescentes de la Institución Educativa de Yarinacocha-CNY, destacan por tener 16 años; y más de la mitad son del género masculino.
- 2.- Las habilidades emocionales de los adolescentes de la Institución Educativa de Yarinacocha CNY, cerca de dos tercios se encuentran en la categoría por mejorar, con tendencia a la categoría de adecuado.
- 3.- Respecto al nivel de uso de las redes sociales de los adolescentes de la IE – CNY, un poco más de dos tercios manifestaron uso de redes sociales alto, con tendencia a la categoría de medio.
- 4.- El uso de redes sociales en la dimensión obsesión por las redes sociales, en la gran mayoría fue alto.
- 5.- El uso de redes sociales en la dimensión falta de control personal, mayormente fue alto.
- 6.- El uso de redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en la gran mayoría fue alto.
- 7.- En cuanto a la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales de los adolescentes, mayoritariamente (116) presentaron habilidades sociales por mejorar, de los cuales 113 manifiestan uso de redes sociales alto, por lo que se concluye que existe relación entre las habilidades emocionales y el uso de redes sociales, el cual fue comprobado

por el estadístico de prueba Tau b de Kendall, donde se obtuvo un valor $p=0,003$, por lo que se aceptó la hipótesis planteada.

5.2. RECOMENDACIONES

- A las autoridades de la I.E. de Yarinacocha-CNY, se sugiere planificar y desarrollar un programa encaminado a desarrollar las habilidades emocionales de los adolescentes a fin de reducir el uso excesivo de las redes sociales.
- A las autoridades de salud de la región Ucayali, desarrollar un plan de trabajo con programas individualizado para mejorar las habilidades emocionales de los adolescentes de la Región Ucayali, y en particular de aquellos que asisten a la I.E. de Yarinacocha-CNY.
- A las autoridades de la Universidad Nacional de Ucayali, y a los de la Escuela Profesional de Enfermería, continuar promoviendo estudios de investigación que conduzcan a incrementar el bagaje de conocimientos científicos sobre las habilidades emocionales y el uso de redes sociales.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. Stickelmann S. Estudio: 100.000 adolescentes son adictos a WhatsApp y Cía. [Internet] Hamburgo 2018. [Consultado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.dw.com/es/estudio-100000-adolescentes-son-adictos-a-whatsapp-y-otras-redes-sociales/a-42789491>
2. Diazgranados H. Propósitos digitales 2022: superar la afición a redes sociales y resguardar los datos personales. [Internet] 2022. [Consultado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://latam.kaspersky.com/blog/propositos-digitales-2022-superar-la-aficion-a-redes-sociales-y-resguardar-los-datos-personales/23770/>
3. Carrasco T, Pinto M., Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa. [Internet] Universidad Femenina del Sagrado Corazón, 2021. [Consultado el 05 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/788#:~:text=Los%20resultados%20mostraron%20que%20el,adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales>
4. Ruiz T, Sanabria L, y Ceballos Y. Análisis del índice de correlación entre inteligencia emocional y uso problemático de redes sociales en una muestra de adolescentes del Colegio Madre del Buen Consejo en el municipio de Floridablanca. [Internet] Universidad Autónoma de Bucaramanga, noviembre 2021. [Consultado el 05 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/15371>
5. Gracia B, Quintana Cirenía, y Rey L. Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. [Internet] Salud & Adicciones / Salud y Drogas. 2020, vol. 20 Número 1, p77-86. 10p. [Consultado el 05 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://ojs.haaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=473>

6. Acero M, Pardo J, y Rojas Y. (6). Correlación entre inteligencia emocional, uso de redes sociales y rendimiento académico de las estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa Municipal Técnica Comercial Santa Rita. [Internet] Universidad de Cundinamarca, junio 2018. [Consultado el 13 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/handle/20.500.12558/1618>
7. Silvera J., Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes adolescentes de cuarto de secundaria, Colegio Julio César Tello N° 133. [Internet] Universidad de Norbert Wiener, 2022. [Consultado el 14 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13053/8494>
8. Yto B, y Flores A. Adicción a las redes sociales durante la pandemia en jóvenes de una universidad pública y privada, Juliaca – 2021. [Internet] Universidad Peruana Unión, diciembre 2021. [Consultado el 14 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12840/5238>
9. Alarcón G. Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior técnica. [Internet] Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), 2021. [Consultado el 15 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10757/656105>
10. Rodríguez R, y Sebastián O. Inteligencia emocional y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública. [Internet] Universidad Peruana Los Andes, 2020. [Consultado el 15 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1344>
11. Rodríguez D., Uso de redes sociales como elemento inhibidor de habilidades sociales en los estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Caranqui en el año lectivo 2018-2019. [Internet] Universidad Técnica del Norte, julio 2019. [Consultado el 18 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/9309>
12. Tamayo L. Uso de redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de 4º y 5º de secundaria de la Institución Educativa pública generalísimo don José de San Martín 20334, de la provincia de Huaura 2018. [Internet] Universidad Cesar Vallejo, 2018. [Consultado el 18 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/22472>
13. Julca A, y Nuñez E. Uso de redes sociales y la personalidad en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la institución educativa Jorge

- Chávez-Pucallpa, 2019. [Internet] Universidad Nacional de Ucayali, 2020. [Consultado el 19 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/4667>
14. Universidad de Santander. Habilidades emocionales: una necesidad para alcanzar el éxito profesional. [Internet] 01 de octubre de 2021. [Consultado el 20 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.becas-santander.com/es/blog/habilidades-emocionales.html>
 15. Faros J. El desarrollo emocional en la adolescencia. [Internet] 01 de marzo de 2022. [Consultado el 20 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/desarrollo-socioemocional-adolescencia#:~:text=Durante%20la%20adolescencia%20contin%C3%BAa%20el,tomar%20decisiones%20de%20forma%20responsable>
 16. Bello E. La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla. [Internet], julio 2018. [Consultado el 21 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/>
 17. Peña, B, y Rubio, M. Gestión de la emoción en la comunicación mediada por ordenador (CMO). Estudios Sobre El Mensaje Periodístico, 19(0), 905–913. [Internet], marzo 2013. [Consultado el 21 de agosto de 2023]. Disponible en: https://doi.org/10.5209/rev_ESMP.2013.v19.42174
 18. Granados B, Quintana C, y Rey L. Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. Healths and Adiccions, 20(1), 77-86. [Internet], setiembre 2020. [Consultado el 23 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.473>
 19. Blog Rd station. Redes Sociales. [Internet]. Octubre de 2018. [Consultado el 23 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.rdstation.com/es/redes-sociales/>
 20. Ecurra M., y Salas M., Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). [Internet]. Liberabit. Revista Peruana de Psicología. 2014;20(1):73-91. [Consultado el 24 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
 21. Vázquez A, Ledesma L, y García R. Validación del cuestionario ESCQ-20 en adolescentes mexicanos. [Internet]. Revista Universidad y Sociedad, 14(4),

247-257. [Consultado el 24 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v14n4/2218-3620-rus-14-04-247.pdf>

22. Ecurra M., y Salas M., Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). [Internet]. Liberabit. Revista Peruana de Psicología. 2014;20(1):73-91. [Consultado el 24 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>

ANEXOS

ANEXO 01



CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES EMOCIONALES



Estimado(a) alumno(a), la siguiente encuesta le presenta situaciones que se presentan diariamente, no hay respuestas correctas ni incorrectas. Sus respuestas serán tratadas de forma confidencial y no serán utilizadas para ningún otro propósito más que para la investigación.

Marque con una X la respuesta que corresponde a su vivencia.

Datos generales:

1.- Edad:años. 2.- Género: Femenino () Masculino ()

Opciones de respuesta:

Siempre= S Casi siempre = CS A veces = AV

Casi nunca = CN Nunca= N

Nº	Item´s	Respuestas				
1	Soy capaz de mantener el buen humor, aunque pase algo malo.	N	CN	AV	CS	S
2	Cuando me encuentro alguien conocido, me doy cuenta inmediatamente de su estado de ánimo.	N	CN	AV	CS	S
3	Puedo mantener el buen humor, aunque las personas de mi alrededor estén de mal humor.	N	CN	AV	CS	S
4	Cuando veo cómo se siente alguien, normalmente sé lo que le ha pasado.	N	CN	AV	CS	S
5	Soy capaz de diferenciar si mi amigo/a está triste o decepcionado/a.	N	CN	AV	CS	S
6	Cuando alguien me alaba, puedo actuar con más entusiasmo.	N	CN	AV	CS	S
7	Soy capaz de enumerar las emociones que estoy experimentando ahora mismo.	N	CN	AV	CS	S
8	Soy capaz de detectar los cambios de humor en mis amigos/as.	N	CN	AV	CS	S

9	Soy capaz de expresar bien mis emociones.	N	CN	AV	CS	S
10	Soy capaz de expresar cómo me siento.	N	CN	AV	CS	S
11	Al observar a una persona cuando está con otras, puedo determinar de forma precisa sus emociones.	N	CN	AV	CS	S
12	Cuando estoy de buen humor, todos los problemas parecen tener solución.	N	CN	AV	CS	S
13	Soy capaz de describir mi estado emocional actual.	N	CN	AV	CS	S
14	Tengo facilidad para darme cuenta si una persona se siente desanimada.	N	CN	AV	CS	S
15	Puedo afirmar que conozco bien mi estado emocional actual.	N	CN	AV	CS	S
16	Intento controlar mis emociones desagradables, y potenciar las positivas.	N	CN	AV	CS	S
17	No hay nada malo en cómo me siento normalmente.	N	CN	AV	CS	S
18	Puedo nombrar fácilmente la mayoría de mis sentimientos.	N	CN	AV	CS	S
19	Percibo cuando alguien se siente decaído.	N	CN	AV	CS	S
20	Puedo reconocer la mayoría de mis sentimientos.	N	CN	AV	CS	S
21	Intento mantener el buen humor.	N	CN	AV	CS	S

Anexo 02.**CUESTIONARIO DE HABILIDADES EMOCIONALES (ESCQ-21)****FICHA TÉCNICA:**

- Nombre original: Cuestionario sobre inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997)

- Nombre en español: Cuestionario de habilidades emocionales (ESCQ-21)

- Autores: Konstanze A, y Montoya I. (2017).

- Tipo de instrumento: Cuestionario

- Objetivo: Evalúa las habilidades emocionales de los adolescentes.

- Población: Adolescentes

- País: España

- Administración: Individual o Colectiva

- Duración: 15 - 20 minutos

- Número de ítems: 21

- Descripción:

Este cuestionario mide las habilidades emocionales que poseen los adolescentes, cuenta con cuatro dimensiones que evalúan lo siguiente:

- Percibir y comprender
- Expresar y etiquetar
- Manejar y regular

- Validez y confiabilidad del instrumento:

Participaron 702 adolescentes españoles, con edades comprendidas entre los 12 y los 15 años ($M=13.32$; $DT=1.10$). Los participantes cursaban Educación

Secundaria Obligatoria (E.S.O.; Primero: 28%, Segundo: 28%, Tercero: 28% y Cuarto: 16%) en centros escolares de la Comunidad Valenciana.

El instrumento se compone de 3 escalas, cada una formada por 7 ítems, que se puntúan mediante una escala Likert de 5 puntos (1 = Nunca, 5 = Siempre): Percepción y comprensión (ej: Consigo percibir cuando alguien se siente desanimado, $\alpha = .82$), Expresar y etiquetar (ej: Soy capaz de expresar bien mis emociones, $\alpha = .90$), y Manejo y regulación (ej: Soy capaz de mantener el buen humor, aunque pase algo Schoeps, Tamarit & Motoya-Castilla RIPS (2017) - 80 - Vol. 5, N°1, 77-87 malo, $\alpha = .77$). Las escalas muestran unos índices de fiabilidad adecuados.



Anexo 03.



Cuestionario sobre uso de redes sociales

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

Alternativas de respuesta:

N = Nunca

CN = Casi Nunca

AV = Algunas veces

CS = Casi Siempre

S = Siempre.

N°	Enunciados	Alternativas				
		N	CN	AV	CS	S
1	Siento que necesito estar conectado(a) a las redes sociales.					
2	Cada vez necesito más tiempo para dedicarle a las redes sociales					
3	El tiempo que antes dedicaba en estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja					
9	Cuando entro a las redes sociales me olvido del tiempo					
10	Permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había pensado					
11	Siempre pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales sin ningún problema					

14	Cada vez que me propongo controlar el tiempo que le dedico a las redes sociales, acabo por no cumplirlo	N	CN	AV	CS	S
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	N	CN	AV	CS	S
16	Dedico mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	N	CN	AV	CS	S
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales	N	CN	AV	CS	S
18	Estoy atento(a) a las notificaciones o mensajes que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora	N	CN	AV	CS	S
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	N	CN	AV	CS	S
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales	N	CN	AV	CS	S
21	Aun cuando estoy en clases, me conecto a las redes sociales sin que el profesor se dé cuenta	N	CN	AV	CS	S
22	Mis padres, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por dedicarle mucho tiempo a las redes sociales	N	CN	AV	CS	S
23	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a).	N	CN	AV	CS	S
24	Creo que es un problema la cantidad de veces que entro a las redes sociales y el tiempo que permanezco en ellas.	N	CN	AV	CS	S

Anexo 04

Cuestionario sobre uso de redes sociales

Ficha Técnica:

Nombre original:	Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales
Publicación:	2014, Lima, Perú
Autores:	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Administración:	Individual o grupal
Duración:	Aproximadamente 15 minutos
Sujeto:	A partir de los 13 años
Baremación:	Tabla de baremos para la prueba, y para cada factor de la prueba.
Dimensiones:	Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales
Ítems:	24
Materiales:	Manual, cuadernillo y hojas de calificación

Para la validación del ARS se tomó como muestra a 380 estudiantes de diferentes universidades de Lima, la versión inicial constaba de 31 ítems y se realizó el análisis de la distribución de cada ítem para poder identificar si existían distorsiones en los datos que puedan influir en los resultados, por lo cual se analizaron la asimetría y curtosis y establecieron como decisión que los valores entre ± 2 sean incluidos, por lo que se procedió a descartar 7 ítems por no presentar valores que no se incluían entre el intervalo de ± 2 (Ecurra & Salas, 2014).

Validez Por otro lado, Ecurra & Salas, (2014) “La validez de constructo fue realizada a través de un análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores identificados, se compararon tres modelos: de 3 factores independientes, 3 actores relacionados y el modelo independiente, en base a estos tres el que mejor se adecua es el de 3 factores relacionados donde

se obtuvo ($\chi^2 (238) = 35.23$; $p < 0.5$; $\chi^2/gf=1.48$; $GFI=.92$; $RMR=.06$; $RMSEA=.04$; $AIC=477.28$)” (Pag.83).

Confiabilidad: Según Escurra & Salas, (2014) “Se estudió la confiabilidad del instrumento por consistencia interna de cada uno de los factores o dimensiones a través del coeficiente alfa de Cronbach, calculando además los intervalos de confianza al 95%. La primera dimensión Obsesión por las redes sociales obtuvo un alfa de Cronbach de 0.91 e intervalo de confianza de 0.90-0.92; la segunda dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales tuvo un alfa de Cronbach de 0.88 e intervalo de confianza de 86- 0.90; y la tercera dimensión Uso excesivo de las redes sociales alfa de Cronbach de 92 e intervalo de confianza de 0.91-0,93. Así también, un total de alfa de Cronbach de 0.95 considerándose alto todos los puntajes obtenidos con una confiabilidad adecuada para el uso del instrumento” (Pág. 81).

Anexo 5**CONSENTIMIENTO INFORMADO****FECHA:.....**

Yo.....Padre/madre
del menor.....

Declaro que he sido informado por parte de las responsables del proyecto de investigación titulado: “Habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023”.

Después de las orientaciones y haber sido aclarado(a) y resuelto todas las preguntas relacionadas al estudio, he comprendido la información y la solicitud de colaboración que se me hace, por lo que he decidido dar autorización para que mi menor hijo participe en la presente investigación, considerando que no existe riesgo alguno para su salud física y mental, hecho que no considera ningún beneficio económico.

Autorizo que se realice dicha encuesta para los fines pertinentes.

Firma del padre/madre

Anexo 6**ASENTIMIENTO INFORMADO**

Mi nombre es:

.....

Y, SI NO deseo participar en el estudio que mi padre/ mi madre/ representante legal, han dado su consentimiento informado y que consta en la primera parte del presente documento.

Si no deseas participar, las investigadoras se retirarán de inmediato.

Firma

Anexo 07

Matriz de consistencia

Título: HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. DE YARINACOCHA - CNY, 2023

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Instrumento	Metodología
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023?</p> <p>Problemas específicos: -¿Cuáles son las características socio demográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023? -¿Cuáles son las habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023? -¿Cuál es el uso de redes sociales en adolescentes de la I.E.</p>	<p>Objetivo general Establecer la relación entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023</p> <p>Objetivos específicos - Describir las características socio demográficas de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023 - Evaluar las habilidades emocionales de los adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023 - Determinar el uso de redes sociales en adolescentes de la</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL: Hipótesis de investigación (Hi) Existe relación significativa entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023</p> <p>Hipótesis nula (Ho) No existe relación significativa entre habilidades emocionales y uso de redes sociales en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS: Hipótesis de investigación 1 (Hi1) Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinacocha-CNY, 2023</p> <p>Hipótesis nula 1 (Ho1) No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión obsesión por las</p>	V1. Habilidades emocionales	<p>Percibir y comprender</p> <p>Expresar y etiquetar</p> <p>Manejar y regular</p> <p>Obsesión por las redes sociales</p>	<p>- Mantener el buen humor</p> <p>- Identificación del estado de ánimo</p> <p>- Percibir lo que está pasando.</p> <p>- Diferenciar lo que sienten</p> <p>- Identificar emociones que percibe</p> <p>- Percibir los cambios de humor</p> <p>- Expresar emociones</p> <p>- Expresar sentimientos</p> <p>- Marcar las emociones del otro</p> <p>- Expresar buen humor</p> <p>- Describir su estado emocional</p> <p>- Etiquetar si el otro se siente desanimado</p> <p>- Control de emociones negativas</p> <p>- Describir sentimientos</p> <p>- Reconocer sentimientos</p> <p>- Regular emociones</p> <p>- Fantasear con redes sociales</p> <p>- Ansiedad</p> <p>- Preocupación</p>	Cuestionario sobre habilidades emocionales	<p>- Enfoque: El estudio se desarrollará bajo el enfoque cuantitativo, ya que las variables se medirán cuantitativamente, así mismo, se hará uso de la estadística descriptiva para los objetivos propuestos, y para la comprobación de la hipótesis planteada se hará uso del estadístico de prueba Tau b de Kendall por ser ambas variables de tipo categórico y escala de medida ordinal.</p> <p>- Alcance o nivel: Relacional; Porque se establecerá la relación estadística entre las variables planteadas.</p> <p>Prospectivo; Porque la información se registra según van ocurriendo los hechos relacionados con las variables.</p> <p>Transversal; Porque la recolección de datos se registrará en un solo momento.</p> <p>- Diseño: El proyecto se plantea bajo el diseño no experimental, ya que las variables se</p>

<p>de Yarinaochoa-CNY, 2023?</p> <p>-¿Cuál es el nivel de uso de redes sociales en la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024?</p> <p>-¿Cuál es el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024?</p> <p>-¿Cuál es el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024?</p>	<p>I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023</p> <p>- Valorar el nivel de uso de redes sociales en la dimensión obsesión por las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024</p> <p>- Valorar el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024</p> <p>- Valorar el nivel de uso de las redes sociales en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2024</p>	<p>redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023</p> <p>Hipótesis de investigación 2 (Hi2) Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023.</p> <p>Hipótesis nula 2 (Ho2) No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023.</p> <p>Hipótesis de investigación 3 (Hi3) Existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023</p> <p>Hipótesis nula 3 (Ho3) No existe relación significativa entre habilidades emocionales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales, en adolescentes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, 2023</p>	<p>V2:</p> <p>Uso de redes sociales</p>	<p>Falta de control personal en el uso de las redes sociales</p> <p>Uso excesivo de las redes sociales</p>	<p>Preocupación por la falta de control o interrupción en el uso</p> <p>- Dificultad para controlar el uso de redes sociales</p> <p>- Exceso de tiempo en uso</p> <p>- Falta de control</p>	<p>Cuestionario sobre uso de redes sociales</p>	<p>analizarán en su contexto natural, sin intervención o manipulación de las investigadoras.</p> <p>Población La población estará conformada por el total estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, matriculados durante el año lectivo 2023, haciendo un total de 182 estudiantes entre las secciones A, B, C, D, E, y F.</p> <p>Muestra Para una mayor precisión en los resultados, se llevará a cabo un censo, ya que se estudiará al total de estudiantes de la I.E. de Yarinaochoa-CNY, haciendo un total de 182 elementos.</p>
--	---	--	---	--	---	---	--

Anexo 08

Correlaciones

			Hab.1	Uso.2
Tau_b de Kendall	Hab.1	Coeficiente de correlación	1,000	,917
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	182	182
	Uso. 2	Coeficiente de correlación	,917	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	182	182

Anexo 09

CARGO

**SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA EJECUTAR
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**SEÑORA ELSIE MAGALY RUIZ PINEDO
DIRECTOR - I. E YARINACocha CNY**



Grato es dirigirnos a usted, para saludarle cordialmente y al mismo tiempo para solicitar a su digno despacho, brindarnos las facilidades como bachiller en Enf. **BARBOZA ZAMBRANO GLORIA JULISSA**, identificada con DNI.N° 75484634, **ACUÑA MURAYARI RAQUEL**, IDENTIFICADA CON DNI N° 77280301, egresadas de la Universidad Nacional de Ucayali, ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Que, deseado ejecutar mi proyecto de Tesis titulado: **HABILIDADES EMOCIONALES Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E DE YARINACocha-CNY,2023** deseado realizar las encuestas a los estudiantes solicito a usted el permiso correspondiente para el periodo comprendido entre el 11 al 15 de Marzo para realizar la ejecución del trabajo de investigación señalado líneas arriba.

Por lo expuesto: Ruego a usted acceder a lo solicitado por ser de justicia.

Nos suscribimos de usted no sin antes agradeciendo de antemano por la atención prestada y deseándole muchos éxitos en su gestión.

Yarinacocha 8 de marzo de 2024

Atentamente.


GLORIA JULISSA BARBOZA ZAMBRANO
DNI N°75484634


RAQUEL ACUÑA MURAYARI
DNI N°77280301

Anexo 10

Panel fotográfico (recolección de datos).

