

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN
ALUMNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA
UNSAAC, DURANTE EL PERÍODO DE ESTUDIOS 2024-II**

PRESENTADO POR:

Br. ROBIN DOUGLAS GAMARRA
RODRIGUEZ

**PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

ASESOR:

Dr. EDGAR YARAHUAMAN LUNA

CUSCO – PERÚ

2025



Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

INFORME DE SIMILITUD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-321-2025-UNSAAC)

El que suscribe, el Asesor Edgar Yachuamán Luna..... quien aplica el software de detección de similitud al trabajo de investigación/tesis titulada: Dependencia Emocional y Adicción a las redes sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II.

Presentado por: Robin Douglas Gamarre Rodríguez DNI N° 71080559; presentado por: DNI N°: Para optar el título Profesional/Grado Académico de Licenciado en Psicología.

Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 02 veces, mediante el Software de Similitud, conforme al Art. 6º del **Reglamento para Uso del Sistema Detección de Similitud en la UNSAAC** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 05 %.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No sobrepasa el porcentaje aceptado de similitud.	<input checked="" type="checkbox"/>
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las subsanaciones.	
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, conforme al reglamento, quien a su vez eleva el informe al Vicerrectorado de Investigación para que tome las acciones correspondientes; Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	

Por tanto, en mi condición de Asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y adjunto las primeras páginas del reporte del Sistema de Detección de Similitud.

Cusco, 15 de enero de 2025

Firma

Post firma: Edgar Yachuamán Luna

Nro. de DNI: 272966218

ORCID del Asesor: 0000-0002-2904-9735

Se adjunta:

- Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
- Enlace del Reporte Generado por el Sistema de Detección de Similitud: oid: 27259:546579922

Tesis- Robin Gamarra informe final obs1.pdf

 Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::27259:546579922

174 páginas

Fecha de entrega

15 ene 2026, 5:58 p.m. GMT-5

29.782 palabras

Fecha de descarga

15 ene 2026, 6:10 p.m. GMT-5

155.041 caracteres

Nombre del archivo

Tesis- Robin Gamarra informe final obs1.pdf

Tamaño del archivo

4.7 MB

5% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 15 palabras)
- ▶ Fuentes de Internet
- ▶ Base de datos de contenido publicado de Crossref

Fuentes principales

0%	 Fuentes de Internet
1%	 Publicaciones
5%	 Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Índice

Dedicatoria

Agradecimientos

Presentación

Introducción

Capítulo I 1

- 1.1. Descripción del Problema 1
- 1.2. Formulación del problema 10
 - 1.2.1. Problema general 10
 - 1.2.2. Problemas específicos 10
- 1.3. Objetivos de la investigación 11
 - 1.3.1. Objetivo general 11
 - 1.3.2. Objetivos específicos 11
- 1.4. Justificación 12
 - 1.4.1. Valor Social 12
 - 1.4.3. Valor Metodológico 13
 - 1.4.4. Valor Práctico 13
- 1.5. Viabilidad de la Investigación 14
- 1.6. Limitaciones 14
- 1.7. Aspectos Éticos 15

Capítulo II 16

- 2.1. Antecedentes de la investigación 16

2.1.1.	Antecedentes internacionales	16
2.1.2.	Antecedentes nacionales	18
2.1.3.	Antecedentes locales	22
2.2.	Bases teóricas	24
2.2.1.	Dependencia Emocional	24
2.2.2.	Adicción a Redes Sociales	43
Capítulo III 54		
3.1.	Formulación de hipótesis	54
3.1.1.	Hipótesis General	54
3.1.2.	Hipótesis Específicas	54
3.2.	Especificación de variables	55
3.3.	Operacionalización de Variables	56
Capítulo IV 57		
4.1.	Tipo de Investigación	57
4.2.	Diseño de Investigación	58
4.3.	Población y Muestra	59
4.3.1.	Población	59
4.3.2.	Muestra	59
4.3.3.	Criterios de Inclusión	60
4.3.4.	Criterios de Exclusión	61
4.4.	Técnicas de Recolección de Datos	61
4.5.	Instrumentos de Recolección de Datos	61
4.5.1.	Cuestionario de Dependencia Emocional – CDE	62

4.5.2. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales - ARS 66

4.6. Técnica de Procesamiento de Datos 71

4.7. Matriz de Consistencia 72

Capítulo V 74

5.1. Descripción sociodemográfica de la población 74

5.2. Análisis descriptivo de las variables 79

5.3. Análisis inferencial 93

5.3.1. Comprobación de hipótesis general 95

5.3.2. Comprobación de hipótesis específicas 01 96

5.3.3. Comprobación de hipótesis específicas 02 97

5.3.4. Comprobación de hipótesis específicas 03 98

5.3.5. Comprobación de hipótesis específicas 04 99

5.3.6. Comprobación de hipótesis específica 05 100

5.3.7. Comprobación de hipótesis específica 06 101

Capítulo VI 103

Capítulo VII 107

Conclusiones y Resultados 107

7.1. Conclusiones 107

7.2. Recomendaciones 108

BIBLIOGRAFÍA 111

ANEXOS 119

Índice de Tablas

Tabla 1 Valoración de expertos del Cuestionario de Dependencia Emocional 63

Tabla 2 Coeficiente de Validez V de Aiken del Cuestionario de Dependencia Emocional 66

Tabla 3 Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach del Cuestionario de Dependencia Emocional 66

Tabla 4 Valoración de expertos del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales 68

Tabla 5 Coeficiente de Validez V de Aiken del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales 70

Tabla 6 Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales 71

Tabla 7 Matriz de Consistencia 72

Tabla 8 Distribución muestral en relación al sexo 74

Tabla 9 Distribución muestral de acuerdo a la edad 75

Tabla 10 Uso de redes sociales 76

Tabla 11 Medios y lugar donde se conecta a las redes sociales 77

Tabla 12 Caracterización de la muestra 78

Tabla 13 Dependencia Emocional 79

Tabla 14 Dimensión: Ansiedad de separación 81

Tabla 15 Dimensión: Expresión afectiva de la pareja 82

Tabla 16 Dimensión: Modificación de planes 83

Tabla 17 Dimensión: Miedo a la soledad 84

Tabla 18 Dimensión: Expresión límite 85

Tabla 19 Dimensión: Búsqueda de atención 86

Tabla 20 Adicción a las redes sociales 87

Tabla 21 Dimensión: Obsesión por las redes sociales 88

Tabla 22 Dimensión: Falta de control personal en el uso de redes sociales 89

Tabla 23 Dimensión: Uso excesivo de redes sociales 90

Tabla 24 Tabla cruzada Género y Dependencia Emocional 91

Tabla 25 Tabla cruzada Género y Adicción a las Redes Sociales 92

Tabla 26 Prueba de normalidad 93

Tabla 27 Escala para la interpretación del coeficiente de correlación de Spearman 94

Tabla 28 Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales 95

Tabla 29 Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales 97

Tabla 30 Expresión Afectiva y Adicción a las Redes Sociales 98

Tabla 31 Modificación de Planes y Adicción a las Redes Sociales 99

Tabla 32 Miedo a la Soledad y Adicción a las Redes Sociales 100

Tabla 33 Expresión Límite y adicción a las Redes Sociales 101

Tabla 34 Búsqueda de Atención y adicción a las Redes Sociales 102

Índice de Figuras

Figura 1 Distribución muestral en relación al sexo 74

Figura 2 Distribución de la gráfica por edad 75

Figura 3 Uso de las redes sociales más usadas por los participantes 76

Figura 4 Medios y lugar donde se conecta a las redes sociales 77

Figura 5 Niveles de Dependencia Emocional 80

Figura 6 Niveles en la dimensión: Ansiedad de separación 81

Figura 7 Niveles en la dimensión: Expresión afectiva de la pareja 82

Figura 8 Niveles en la dimensión: Modificación de planes 83

Figura 9 Niveles en la dimensión: Miedo a la soledad 84

Figura 10 Niveles en la dimensión: Expresión límite 85

Figura 11 Niveles en la dimensión: Búsqueda de atención 86

Figura 12 Niveles de Adicción a Redes Sociales 87

Figura 13 Niveles en la dimensión: Obsesión por las redes sociales 88

Figura 14 Niveles en la dimensión: Falta de control en el uso de redes sociales 89

Figura 15 Niveles en la dimensión: Uso excesivo de redes sociales 90

Figura 16 Diagrama de Dispersion 96

Anexos

- Anexo A.** Consentimiento informado firmado por los participantes 119
- Anexo B.** Ficha demográfica 122
- Anexo C.** Respuestas al Cuestionario de Dependencia Emocional 125
- Anexo D.** Respuestas al Cuestionario de Adicción a Redes Sociales 128
- Anexo E.** Solicitud al centro de Cómputo para ser el total de la población 131
- Anexo F.** Respuesta del centro de cómputo a la solicitud para saber el total de la población.
132
- Anexo G.** Solicitud al director de la Escuela Profesional de Psicología para la aplicación de los instrumentos. 133
- Anexo H.** Informe de Juicio de Expertos. 134
- Anexo I.** Valoración de los jueces expertos del Cuestionario de Dependencia Emocional 139
- Anexo J.** Valoración de los jueces expertos del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales
144
- Anexo K.** Cuestionario de Dependencia Emocional 149
- Anexo L** Cuestionario de Adicción a Redes Sociales 150
- Anexo M.** Base de datos en Excel 151
- Anexo N.** Base de datos en el programa estadístico SPSS 153
- Anexo O.** Resoluciones Administrativas emitidas por la Universidad Nacional San Antonio
Abad del Cusco 157

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado a mi madre, por su apoyo inquebrantable, por enseñarme el valor de la perseverancia y por creer en mí incluso en los momentos más difíciles. Esta tesis es para ella, porque cada logro mío lleva su nombre. Cada sacrificio, cada palabra de aliento y cada abrazo tuyo han sido el motor que me impulsó a seguir adelante. Hoy, al culminar este camino, quiero que sepas que todo lo que soy y todo lo que alcanzo es gracias a ti. Te dedico estas páginas con todo mi cariño, porque eres mi mayor inspiración.

A mi padre, qué me enseñó el valor del trabajo y me dio enseñanzas de vida.

A mis hermanos Shirley y Fran, gracias por ser mi fortaleza en los momentos difíciles, por creer en mí cuando yo dudaba y por brindarme su amor incondicional.

A mi sobrina Nahomi, su dedicación y pasión por sus estudios me enseñó a amar los míos y esforzarme cada día más como ella lo hace.

A Angi, por ser mi motivación y enseñarme con actos de amor que todo esfuerzo no es en vano y haber concluido este trabajo es prueba de ello.

Agradecimientos

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento al Doctor Edgar Yarahuaná Luna por su guía experta, paciencia infinita y valiosas críticas que enriquecieron este trabajo. Sin su confianza y dedicación, este proyecto no habría sido posible.

Mi gratitud a la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, en especial al Doctor Percy Yáñez Mujica por el acceso a recursos y apoyo administrativo.

A todos mis maestros, que me brindaron no solo conocimientos académicos, sino una formación integral, acompañada de valores y ética profesional.

No puedo olvidar a mis amigos por su aliento constante y por escucharme, por las discusiones enriquecedoras, el apoyo en momentos clave y la amistad que hizo más llevadero este camino.

Finalmente, a todas las personas e instituciones que participaron en este estudio, a los profesionales que me ayudaron en el juicio de expertos y a los encuestados que voluntariamente accedieron a llenar las pruebas, mil gracias por su colaboración y compartir sus experiencias.

Este logro es también el suyo.

Resumen

Este estudio analizó la relación entre la dependencia emocional y la adicción a las redes sociales, partiendo de la idea de que los individuos con necesidades afectivas no satisfechas podrían encontrar en las plataformas digitales un sustituto de la validación emocional, así el objetivo fue identificar la existencia de una correlación significativa entre ambos constructos, para ello, se empleó una metodología de enfoque cuantitativo y diseño correlacional no experimental. La muestra constó de 174 participantes, seleccionados mediante un muestreo probabilístico a quienes se les aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño y la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas. El análisis de datos se realizó con el software SPSS 25 y se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman. Los resultados confirmaron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y la adicción a las redes sociales ($r = 0.243, p < 0.01$). El análisis identificó, además, que la dimensión Búsqueda de Atención, no presentó una relación estadísticamente significativa ($p=0.337$), indicando que, para esta muestra específica, la necesidad de atención no constituye un factor determinante en la adicción a redes sociales. Se concluyó que la dependencia emocional constituye un factor influyente que predispone el uso adictivo de las redes sociales donde los estudiantes de Psicología en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, encuentran en las plataformas digitales un espacio de compensación emocional y vinculación socio-afectiva.

Palabras clave: Dependencia emocional, Adicción a redes sociales, Universitarios, Relaciones interpersonales

Abstract

This research analyzed the relationship between emotional dependence and social media addiction. It was based on the idea that individuals with unmet emotional needs may find in digital platforms a substitute for emotional validation. The objective, therefore, was to identify the existence of a significant correlation between both constructs. A quantitative approach and a non-experimental correlational design were employed. The sample consisted of 174 participants, selected through probabilistic sampling, who completed the *Emotional Dependence Questionnaire (CDE)* by Lemos and Londoño and the *Social Media Addiction Scale (ARS)* by Escurra and Salas. Data analysis was performed using SPSS 25 software,

D Q G 6 S H D U P D Q ¶ V 5 K R F R U U H O D W L R Q F R H I I L F L M I Q Y W H Z D D Q M G D S
 V W D W L V W L F D O O \ V L J Q L I L F D Q W F R U U H O D W L R Q E H W Z H H Q H
 U S 7 K H D Q D O \ V L V D O V 6 R H I U N I Y Q J D O C H G P H V Q V D L V R Q
 Q R W V K R Z D V W D W L V W L F D O O \ V L U Q G I I L F D D V Q M Q J H V Q D D W L R I Q R V K T
 V D P S O H W K H Q H H G I R U D W W H Q W L R Q L V Q R W W D Z Q M W H U P L
 F R Q F O X G H G W K D W H P R W L R Q D O G H S H Q G H Q F H F R Q V W L W X W
 L Q G L Y L G X D O V W R D G G L F W L Y H V R F L D O P H G L D X V H Z K H U H
 8 Q L Y H U V L W \ R I 6 D Q \$ Q W R Q L R \$ E D G R I & X V H P R R W L L Q Q D Q G L J
 F R P S H Q V D W L D Q I H D F Q M G L Y R F F L R Q Q H F W L R Q
 . H \ Z R U (P R W L Q Q S D I Q Q G H Q F H 6 R F L D O P H G L D D G G L F W L R Q 8 Q
 U H O D W L R Q V K L S V

Presentación

Señor Decano de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. Señores docentes y miembros honorables del jurado:

Conforme al Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias Sociales, de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco y en estricto cumplimiento con las disposiciones vigentes de dicha Institución Educativa, se pone a vuestra consideración la tesis de investigación intitulada: “Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II” para optar al título profesional de Licenciado en Psicología.

Introducción

Tanto las relaciones sociales como las relaciones afectivas se han visto afectadas positiva y negativamente por los avances tecnológicos que facilitan la comunicación en nuestra era, tales como las redes sociales, es así que el presente trabajo de investigación tiene como finalidad, estudiar la relación entre la Dependencia Emocional y la Adicción a las Redes Sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología en la ciudad del Cusco durante el periodo de estudios 2024-II, con lo cual se pretende dar respuesta a varias interrogantes que surgen día a día por dicho avance tecnológico, cómo esto influye en nuestra forma de vida y sobre todo, cómo y en qué medida esto afecta nuestras relaciones socio-afectivas, abriendo a su paso nuevos paradigmas.

Así, este trabajo de tesis se realiza según el Reglamento de la Facultad de Ciencias Sociales de la Escuela Profesional de Psicología, en el cual se estipula y contiene la estructura y las características que debe contender un trabajo de investigación realizado en dicha facultad, por ende, el presente estudio contiene los siguientes capítulos:

Capítulo I: Se da el planteamiento del problema, los problemas generales, problemas específicos, los objetivos, la justificación y las limitaciones de la investigación, las cuales nos proporcionarán una mejor comprensión del tema planteado.

Capítulo II: Se brinda un sustento teórico en la investigación para las variables estudiadas: dependencia emocional y adicción a redes sociales, así mismo, se hace mención de los estudios previos que antecedieron a esta investigación, tomando en cuenta estudios internacionales, nacionales y locales, para realizar una comparación de resultados.

Capítulo III: Se describen las hipótesis, se muestra la operacionalización de las variables a estudiar y se muestra la matriz de consistencia.

Capítulo IV: Se muestra la metodología utilizada para este estudio, donde se dan a conocer las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos, así mismo el tipo y diseño de la investigación y por último la población utilizada como muestra para el mismo.

Capítulo V: En esta sección se dará a conocer los resultados, los cuales estarán comprendidos de tablas y figuras producto del análisis descriptivo y correlacional a los que se llegó tras la aplicación de los instrumentos de recolección de datos.

Capítulo VI: Se muestran las conclusiones de los resultados en contraste con los antecedentes de investigación.

Capítulo VII: Para finalizar se dan las discusiones finales de la investigación y las recomendaciones que pudieran surgir durante este proceso.

Capítulo I

Planteamiento del Problema de Investigación

1.1. Descripción del Problema

El ser humano es considerado como uno de los organismos vivientes más complejos sobre la faz de la tierra, partiendo desde su composición biológica, hasta sus complejas formas de relacionarse con sus pares y es que, al ser un ente biopsicosocial, la interacción con su medio ambiente y sus semejantes se ha convertido desde una perspectiva evolutiva, en una tarea indispensable para lograr un adecuado desarrollo a lo largo de su vida. Así, cuando hablamos del hombre como un ser social, nos estamos refiriendo a la necesidad que éste tiene de existir dentro de un colectivo o grupo social por lo que el hombre desarrolla distintos vínculos afectivos que, a largo o corto plazo, afectan positiva o negativamente su desarrollo y estado emocional. De este modo, si los vínculos afectivos se desarrollan de manera adecuada, éstos nos brindan seguridad y confianza, desarrollan nuestra autoestima, el respeto hacia los demás y otras cualidades emocionales, por lo que somos más resilientes frente a sentimientos de soledad o temor al abandono. Por otra parte, si los vínculos afectivos no se desarrollan adecuadamente, las personas presentan cierta dificultad a la hora de formar o establecer relaciones socio-afectivas ya que, sienten desconfianza de otros, presentan inseguridad o se aíslan, sienten con mayor intensidad el miedo al abandono, el temor al rechazo o el temor a quedarse solos, por lo que, en muchos casos, llegan a desarrollar una dependencia emocional que va dirigida especialmente hacia sus relaciones en pareja, lo que supone un gran problema dentro de la convivencia y la vida sentimental de las personas, puesto que esta condición despoja de su autonomía afectiva al dependiente emocional y centra la idea de ser feliz solo en estar al lado de la pareja (Risso, 2008).

Ahora bien, una observación objetiva de la realidad del mundo moderno en el que vivimos y continuando con la idea del hombre como un ente social, nos muestra al mismo en una sociedad cada vez más globalizada y es que, la misma necesidad del hombre de socializar e interactuar con sus pares, lo ha impulsado a crear nuevas tecnologías que le permitan comunicarse cada vez mejor con sus familiares, amigos, compañeros de estudios, de trabajo, e incluso yendo más allá, logrando que se comuniquen con todas las personas del mundo y para tal propósito, las redes sociales se han convertido en los principales medios de comunicación y socialización, donde plataformas virtuales como Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp y TikTok, haciendo mención sólo de los más populares, que, según la Encuesta Residencial de Servicios de Telecomunicaciones (ERESTEL), realizada por el Organismo Supervisor de Inversión Privada en Telecomunicaciones (OSIPTEL) en el año 2023, reveló, que el 91.4 % de peruanos se conectaron a internet para acceder y revisar las mencionadas redes sociales, las cuales son las favoritas en nuestro medio actual, siendo que éstas permiten a sus usuarios compartir información en tiempo real de lo que pasa a nuestro alrededor, desde simples mensajes de texto hasta compartir videos en alta resolución en simples pasos, haciendo uso de aparatos tecnológicos, hoy conocidos como: “Smartphones”. De acuerdo a este estudio, de la población estudiada, el 54.1 % utilizó internet para buscar información y consultar noticias, el 52 % para hacer llamadas online, el 35.2 % para ver videos o escuchar audios sin descargarlos y solo el 23.7 % para revisar el correo electrónico.

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el informe técnico “Estadísticas de las Tecnologías de la Información y Comunicación en los Hogares”, elaborado con los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO), solo en el primer trimestre del año 2023, en el 95,1% de los hogares peruanos, existía por lo menos un miembro

con teléfono celular, además el 91,3% de la población de 6 y más años de edad hizo uso de internet a través de un celular. Entre los usos más frecuentes también se encontró que el 92,8% de la población de 6 años y más de edad utilizó Internet para comunicarse, un 89,3% se conectó para realizar actividades de entretenimiento, entre ellas: jugar videojuegos, ver películas y/o escuchar o descargar música y sólo el 78,4% accedió a internet para obtener información.

Como nos muestran las estadísticas, dichos aparatos tecnológicos, al igual que otros como las tabletas, las laptops o las computadores de mesa brindan acceso casi inmediato a mucha de la información actual, y son el principal medio de comunicación de nuestra de era; sin embargo, debido a la versatilidad concretamente de los Smartphones y puesto que la mayoría de personas posee uno, la utilidad que se le ha ido dando, ha ido más allá de la simple comunicación, utilizándolo más como un medio de entretenimiento, por lo que una persona puede pasar varias horas haciendo uso de su smartphone desconectándose así de la realidad, lo que supone un mayor problema como lo es la adicción a las redes sociales. Esta idea se refuerza cuando observamos que, en la anterior encuesta, los mayores incrementos en el uso de Internet se reportaron en la población de 60 y más años de edad, al pasar de 35,4% de usuarios en el 2022 a 43,7% tan solo en el primer trimestre del año 2023, lo que representa un aumento en 8,3 puntos porcentuales respecto el uso de internet, a esto debemos añadir otro incremento de 6,8 puntos porcentuales en la población etaria de 41 a 59 años de edad, ya que hubo un aumento significativo de 68,4% del primer trimestre del año 2023 a 75,2% en comparación con el año anterior (INEI, 2023).

En este entender, la adicción a las redes sociales es posible, ya que pasa de un uso cotidiano, a un uso cada vez más excesivo, generando una dependencia hacia estos aparatos

tecnológicos, influyendo de manera negativa en la vida cotidiana de la persona, a nivel familiar, académico, social y de salud, los cuales se podría decir que son en cierta medida requisitos característicos para definir a una conducta como adictiva.

No hace falta ir tan lejos para darnos cuenta del porqué el uso excesivo de las redes sociales supone un gran problema; una mirada rápida a nuestro entorno, pondría en evidencia que día tras día, tan solo en tareas simples como esperar en un paradero o viajar en autobús, se pueden ver a jóvenes con el celular en la mano, muchos de ellos cruzando las calles con el peligro inminente de tropezar, golpearse o hasta ser atropellados. Así mismo, los problemas de postura, la cabeza hacia abajo, la pérdida de tiempo, la procrastinación y la inatención a la pareja son entre muchas, otras consecuencias y variables que giran en torno a este conflicto; esto se puede ver agravado cuando los padres descuidan la seguridad de sus hijos por revisar estos aparatos tecnológicos a todas horas o como por ejemplo, durante las comidas que se comparten en la mesa, haciendo que pierdan autoridad frente a sus hijos a la hora del almuerzo, lo que contribuye a la dificultad de criarlos adecuadamente. El no escuchar a sus hijos oportunamente, la falta de atención a las demandas afectivas que ellos manifiestan son otras consecuencias más producto de esta problemática y es que, el individuo adicto a las redes sociales, no se da cuenta de ello, se aísla en un mundo dentro de esta red de información, rompiendo de esta manera, la comunicación esencial dentro de la familia, lo cual hace obvio los problemas que se vienen después, entre ellos, problemas de comunicación, la falta y búsqueda de atención y afecto por parte de los hijos, problemas de socialización, aislamiento, perdida de respeto a la autoridad y por supuesto, un inadecuado desarrollo emocional que, según los estudios realizados sobre este tema, nos dicen que es una de las principales causas que ocasiona la dependencia emocional.

Una investigación más detallada sobre los efectos de la adicción a estas plataformas revela que las redes sociales compiten directamente con el tiempo familiar lo que provoca a su vez una baja calidad en las relaciones familiares; esto ocurre porque los miembros de la familia priorizan la interacción digital sobre el tiempo que debería dedicarse a actividades esenciales en el mundo real, tales como las interacciones sociales cara a cara, produciéndose así, lo que se conoce como "desplazamiento temporal" (Ciudad-Fernández, J. (2024) donde el tiempo invertido en actividades digitales suplanta directamente al destinado a interacciones familiares presenciales y significativas con consecuencias no solo cuantitativas como son menos horas juntos, sino también cualitativa. Esto se ve respaldado en un estudio longitudinal en el que encontraron que, por cada hora adicional de uso de redes sociales, el tiempo de interacción familiar disminuye en aproximadamente 23 minutos (Twenge & Campbell, 2018), además cuando un miembro de la familia está físicamente presente pero mentalmente absorto en su pantalla se genera lo que se conoce como "presencia ausente" o phubbing (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Esta dinámica envía un mensaje implícito de desinterés y priorización de lo virtual sobre lo real, erosionando la sensación de valía y conexión emocional entre los miembros, correlacionándose significativamente con conflictos familiares (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Esto ha permitido ha permitido a su vez, el desarrollo de lazos socioafectivos débiles, escasas habilidades de afrontamiento, poca resiliencia ante el estrés, falta de fortaleza frente al dolor emocional, baja autoestima, insatisfacción personal e incluso depresión, por lo que se cree que este conjunto de afecciones emocionales podrían ser las que impulsa a las personas a buscar aprobación en diversas formas, entre ellas las redes sociales, donde los usuarios tratan de llenar con pequeños reforzadores como los “likes” en Facebook o los corazones en

Instagram, esa carente falta de afecto, recibiendo de la gente su aprobación, pues con un solo clic, uno indica si le gusta o no, alguna foto, video u opinión tuya, de hecho, muchos jóvenes buscan compulsivamente este tipo de aprobación, realizando videos tontos en TikTok, publicando fotos en Instagram o cualquier otra publicación de sí mismos donde pueda recibir esta clase de “recompensas” y sentirse aceptado por los demás.

Estos problemas se vieron incrementados en los últimos años, ya que nos vimos forzados a hacer un mayor uso de las redes sociales, tanto para tareas escolares como para socializar con nuestros semejantes, por ende, las relaciones sociales se llevaron más a un plano virtual debido a las políticas de confinamiento decretadas por la problemática mundial de salud a causa de la pandemia por la COVID-19 que impedía a las personas poder verse presencialmente, ya sea con su pareja o demás seres queridos. Así pues, se desarrollaron nuevas formas de comunicación como el “sexting”, donde las parejas podían realizar videollamadas y mostrarse sus partes íntimas con el fin de no dejar morir la pasión entre ambas partes o la realización de clases virtuales por parte de la comunidad estudiantil, donde muchos se adaptaron al uso de otras plataformas como “Google Meet” o “Zoom” para poder continuar con sus labores académicas.

Pero el antecedente más importante de la pandemia fue el crecimiento de la plataforma TikTok, ya antes mencionada, que popularizó los videos cortos, lo cual entretenía a sus miles de usuarios sumándose precipitadamente a millones, atrayendo cada segundo a muchas personas que se unían a la fiebre de hacer videos cortos o como el nombre de la plataforma lo indica, hacer “TikToks”, lo cual consistía en repetir las acciones de los videos que se hacían virales, desde bailes y coreografías hasta retos que ponían en ridículo a los usuarios y es que el aburrimiento del encierro, hizo que las personas consumiesen cualquier tipo de estímulos que

los “divirtiesen” aunque sea un poco. La idea de los videos cortos llamó tanto la atención que plataformas sociales como Facebook e Instagram integraron este formato de diversión a sus aplicaciones bajo la nominación de “reels”, permitiendo a sus usuarios realizar lo mismo que TikTok. Si a ello le agregamos la gran afinidad, casi natural, entre los jóvenes con las nuevas tecnologías, entendemos el porqué del éxito de estas plataformas. Sin embargo, este éxito también implicó un mayor riesgo en la población, pues se incrementó el uso de las redes sociales, sobre todo en la población joven que tienen una vida social activa y poseen el impulso natural de probarse capaces de realizar todo lo que ven en las redes sociales. Si a esto acompañamos la idea de que la aprobación de los demás es muy necesaria para la mayoría de los jóvenes que buscan consolidar su identidad, esta característica dará referencia a la focalización excesiva de los dependientes emocionales en fuentes externas para alimentar su autoestima, hallándose estas fuentes en las redes sociales que como describimos antes, poseen los elementos necesarios que son además compatibles con las necesidades afectivas que un dependiente emocional demanda, lo que provocaría incluso en un estado emocional problemático mayor como un estado depresivo.

Otro gran problema que motiva esta investigación, yace en los problemas actuales de pareja y su relación con las redes sociales, aunque es cierto que las redes sociales puedan ayudar a las parejas a mantenerse más seguido en contacto, esto puede resultar contraproducente en diversas situaciones debido a diferentes factores, tales como la personalidad de cada individuo, los estilos de vida, la cultura o la madurez emocional, puesto que, mientras algunas personas desean pasar más tiempo en contacto con sus parejas, otras en cambio desean su propio espacio, lo que genera un conflicto entre estas dos formas de ser. Sin una madurez emocional bien desarrollada, la persona que desea más atención de su pareja se

verá afectada ya que no recibe llamadas ni mensajes de texto, empezando a imaginar diversas situaciones en las que su pareja le es infiel y que por ello no se contacta, mientras que la otra persona solo esté pasando el tiempo trabajando, estudiando, practicando algún deporte o alguna otra actividad que demande más atención y concentración que el de estar comunicándose con su pareja, por lo que estas inseguridades conllevaran a un estado de ansiedad en la persona dependiente, que la obligará a actuar de manera casi compulsiva, realizando repetidas llamadas, enviando varios mensajes de texto y “stalkeando” a su pareja, término muy usado entre la población actual que se utiliza o hace referencia a espiar a alguien en las redes sociales.

Por último, es muy sabido que las redes sociales aceleran las formaciones de pareja, incluso existen aplicaciones destinadas a este objetivo, siendo “Tinder” el más popular y el más usado en nuestro medio. Es común escuchar a jóvenes decir que conocieron a su pareja por medio de esta aplicación y es que esta plataforma te permite conocer gente que desea entablar una relación de pareja. Pero en experiencia del investigador atendiendo casos de problemas de pareja durante las prácticas pre profesionales en la DEMUNA, estas relaciones suelen por lo general, terminar en conflictos, puesto que no hay un periodo de conocimiento necesario para formalizar una relación.

Este vínculo entre las necesidades afectivas que posee un dependiente emocional y, las características que nos brinda las redes sociales en cuanto al acercamiento comunicativo con otras personas, hace pensar al investigador la posible correlación existente entre estas dos variables puesto que, se infiere que la dependencia emocional es una problemática que hace referencia a una necesidad casi anormal de atención, cuidado y protección, que provoca un déficit de funcionalidad y autonomía en la persona y por otra parte que las redes sociales

pueden, en cierto modo, satisfacer esta demanda de necesidades socioafectivas brindando al dependiente emocional la atención y aprobación que necesita.

De esta realidad surgen muchas interrogantes, principalmente cómo y en qué grado se correlacionan la dependencia emocional con la adicción a las redes sociales, ya que, como se ha expuesto, estas variables poseen cierto grado de afinidad; lo que exige el desarrollo de un estudio científico de ambas variables que den respuestas a las hipótesis del investigador, lo que a su vez contribuirá a identificar y/o afirmar los posibles factores que influyen e incrementan la dependencia emocional y el uso excesivo de las redes sociales. Para ello se requiere un análisis sobre la población de estudio con el propósito de conocer los comportamiento y preferencias en el uso de las redes sociales, esto para posteriormente formular los abordajes necesarios, así como las sugerencias sobre concientización y uso responsable de las redes sociales con el fin de reducir los niveles de adicción y de dependencia emocional ocasionadas por las plataformas virtuales, todo de la mano de especialistas que ayuden abordar más objetivamente esta problemática sobre las adicciones realizando talleres, charlas y como se ha mencionado ya, poder crear un plan de trabajo psicoterapéutico con el fin de brindar información sobre las consecuencia negativas a futuro que ocasiona la adicción a las redes sociales y mitigar con mayor precisión estos problemas de salud.

Por lo expuesto, esta investigación pretende aportar los conocimientos necesarios que nos ayudará a plantear mejores alternativas de intervención, realizar una concientización sobre los problemas que causan la dependencia emocional y la adicción a redes sociales y al ser nuevos y cada vez más frecuentes los casos en los que se presentan estas variables, este trabajo motivará a futuros investigadores para su continua investigación y con ello plantear nuevas medidas de abordaje frente a las nuevas problemáticas que pudieran surgir y afrontar,

relacionadas obviamente, a lo que son objetos de estudio del presente trabajo de investigación. Así mismo, dicho estudio sigue rigurosamente los pasos y/o procesos de la metodología de la investigación científica, y cuyo fin mayor, es aportar los conocimientos necesarios para el desarrollo de nuevas teorías y en este caso, estimular el progreso científico de la psicología como ciencia. Por consiguiente, para medir ambas variables de un modo cuantificado e instrumental, esta investigación se regirá bajo parámetros estadísticos que sustenten de forma objetiva los resultados encontrados, teniendo como primer instrumento de evaluación, el Cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006) y como segundo instrumento el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014), los cuales tendrán como objetivo recolectar información pertinente sobre las variables de estudio para poder ser medidas y analizadas siguiendo por supuesto, los respectivos métodos científicos.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre la dependencia emocional y la adicción a redes sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?

- ¿Existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?

- ¿Existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?
- ¿Existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?
- ¿Existe relación entre la dimensión Expresión Límite y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?
- ¿Existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Identificar la relación que existe entre la Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar si existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.
- Identificar si existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.
- Identificar si existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.

- Identificar si existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.
- Identificar si existe relación entre la dimensión Expresión Límite y la Adicción a las Redes Sociales alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.
- Identificar si existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.

1.4. Justificación

1.4.1. Valor Social

El valor social de la presente investigación, está en que busca concientizar a la población sobre los problemas que representa la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional, debido a que brindará una teoría y un soporte de apoyo para los alumnos de la escuela profesional de psicología en la UNSAAC y demás comunidad educativa interesada en abordar más profundamente el tema y las variables estudiadas y quienes podrán gozar del conocimiento que aportará esta investigación. Así mismo, aportará el conocimiento necesario para futuros psicólogos que se enfrenten a esta problemática, quienes a su vez podrán desarrollar una metodología psicoterapéutica y elaborar además campañas de prevención beneficiando directamente a la población.

1.4.2. Valor Teórico

El presente estudio ha sido motivado por la ausencia de investigaciones a nivel nacional y regional sobre la dependencia emocional y la adicción a redes sociales, por lo que presenta un aporte teórico sobre el comportamiento y la conducta humana, así, los resultados obtenidos podrán ser generalizados de manera amplia para la solución de problemas explícitos

y la información recolectada servirá como apoyo a teorías referentes a las variables de investigación teniendo como propósito analizar y conocer las mismas, hecho que hará posible obtener un referente lleno de datos, que pueda ser de modelo para futuras investigaciones, llenará los vacíos teóricos en cuanto al estudio de estas variables y abrirá camino a otras nuevas investigaciones que se encuentren interesados en conocer más sobre este tema que se viene presentando en la actualidad.

1.4.3. Valor Metodológico

En esta investigación se utilizaron escalas previamente validadas en contextos similares, lo que garantizó la confiabilidad y pertinencia en la medición de las variables de dependencia emocional y adicción a redes sociales, también se proponen métodos e instrumentos adaptados a problemas específicos de la sociedad actual, por lo que la metodología utilizada se podrá utilizar en investigaciones futuras que aborden estas variables sirviéndose de éste como una guía durante esta parte del proceso.

1.4.4. Valor Práctico

Tiene valor práctico porque el conocimiento adquirido podrá ser puesta en práctica ya que el presente trabajo busca, además, mejorar las interrelaciones entre compañeros haciéndolos conscientes sobre el uso de las redes sociales y sobre las relaciones donde existe dependencia emocional, asimismo será una teoría trascendente debido a que los aportes del estudio tendrán un impacto positivo para el desarrollo integral de los estudiantes. De igual manera, la implicancia práctica está presente debido a que se pretende dar a conocer cómo la dependencia emocional se relaciona con la adicción a redes sociales, y sabiendo esto, poder plantear una línea terapéutica para desvincular estas dos variables y no represente un problema

a largo o corto plazo. También nos ayudará a formular un conjunto de soluciones prácticas, las cuales tendrán gran importancia porque los problemas que se busca solucionar son reales y diversos y están cada vez más presentes en nuestra sociedad actual.

1.5. Viabilidad de la Investigación

La realización del presente trabajo de investigación es viable gracias a que cuenta con los instrumentos de evaluación, así mismo, como fortaleza de este estudio, la universidad brindó el acceso a los participantes, lo que facilitó la recolección de datos en un tiempo razonable, logrando la participación voluntaria de los mismos, además el enfoque cuantitativo, correlacional y transversal permitió responder a los objetivos planteados de manera objetiva y eficiente, sin requerir hacer un seguimiento longitudinal ni utilizar recursos logísticos complejos y se contó con los recursos necesarios para poder ejecutar la recolección de datos.

1.6. Limitaciones

Entre las principales limitaciones que se encontraron en el presente estudio fueron que, este estudio se realizó con una muestra compuesta principalmente por jóvenes universitarios, lo que limita la generalización de los resultados a otros grupos etarios o contextos socioeconómicos, además, la recolección de datos se basó en escalas de auto reporte, lo que puede introducir sesgos como la deseabilidad social o la falta de conciencia sobre los propios niveles de dependencia emocional o adicción a las redes sociales. Así mismo, si bien se identificaron relaciones significativas, el diseño no permite establecer causalidad entre las variables siendo necesario complementar con estudios cualitativos que exploren las experiencias subjetivas detrás de estas correlaciones y por último, estando el contexto digital en constante cambio, las referencias bibliográficas fueron un factor a considerar ya que las

plataformas de redes sociales junto a los patrones de uso, evolucionan rápidamente, por lo que los resultados pueden variar en futuros estudios según las nuevas tendencias digitales.

1.7. Aspectos Éticos

Respecto a los aspectos éticos de esta investigación, estos serán regulados bajo el reglamento vigente de grados y títulos de la Escuela Profesional de Psicología, por lo que, ceñidos a este, se solicitará el consentimiento informado de manera física a los participantes que colaboren con la investigación. La recolección de los datos será netamente de carácter confidencial y será utilizada estrictamente para fines académicos que cumplan los propósitos de esta investigación, asimismo, la participación de los colaboradores será voluntaria sin perjuicio alguno ante su negativa.

Capítulo II

Marco Teórico

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. *Antecedentes internacionales*

En España, Momeñe J. et al. (2021), en su trabajo intitulado “El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes” realizado en la Universidad de Deusto y la Universidad Nacional de Educación a Distancia, nos enseña que el consumo de sustancias en adolescentes constituye un problema social grave que podría estar relacionado con la dependencia emocional, los estilos de apego y las dificultades en la regulación emocional. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue analizar la relación y el impacto predictivo de la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en el consumo de sustancias. Además, se exploraron las diferencias en función del género y la edad en todas las variables del estudio, y se verificó el papel mediador de la regulación emocional y los estilos de apego en la relación entre la dependencia emocional y el consumo de sustancias. La muestra estuvo compuesta por 1.533 adolescentes escolarizados, 826 hombres y 707 mujeres, con edades entre 13 y 22 años ($M = 15.76$, $DT = 1.25$). Los resultados mostraron una relación positiva entre el consumo de sustancias y la dependencia emocional, además de que los consumidores de sustancias presentaron dificultades en la regulación emocional y mostraron relaciones positivas con estilos de apego caracterizados por la permisividad parental, la autosuficiencia, el resentimiento hacia los padres y experiencias de trauma infantil, mientras que mantenían relaciones negativas con la

seguridad emocional, la preocupación familiar, la interferencia parental y el respeto a la autoridad parental.

En Ecuador, Bogarin et al. (2021) estudiaron la relación entre Dependencia Emocional y Distorsiones Cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal. Se trata de un estudio cuantitativo de alcance correlacional. Se trabajó con una muestra intencional de 42 mujeres con edades comprendidas entre 18 a 54 años víctimas de Violencia Doméstica quienes asisten a instituciones públicas que brindan asistencia jurídica y psicológica a estas personas. Se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional y el Inventario de Pensamientos Automáticos. El análisis de datos se realizó con el programa estadístico SPSS 20. Los resultados indican que existen relaciones positivas entre la mayoría de las dimensiones de dependencia emocional y los tipos de distorsiones cognitivas.

En Colombia, Gutierrez & Vasquez (2019), en su investigación intitulada “Dependencia de las redes sociales a través del internet: una revisión documental”, pretendieron estudiar y documentar acerca de qué factores generan dependencia a las redes sociales en adolescentes y jóvenes iberoamericanos con edades comprendidas entre los 12 y 26 años de edad en las dos últimas décadas, para ello utilizaron una metodología de investigación con un diseño cualitativo y un enfoque interpretativo tipo documental; la matriz analítica y la matriz bibliográfica fueron los instrumentos de recolección de datos para este proyecto, los cuales determinaron el proceso de selección y el acceso y registro de las fuentes bibliográficas, obteniendo como conclusiones que, las personas han experimentado modificaciones sustanciales en la manera como establecen relaciones interpersonales, indicando que algunas dinámicas respecto a relacionarse cotidianamente se llevan a un plano donde se interactúa cada vez por medios electrónicos y, la cotidianidad o la nueva

“normalidad” por así decirlo, está contenida en este paradigma, surgiendo nuevas preguntas y líneas de investigación, dejando entrever lo variable que son los factores de riesgo, siendo estos de naturalezas distintas, abarcando dimensiones tanto en lo personal, familiar, social e incluso biológico pero también que se pueden constituir en un factor importante con un valor predictor respecto al problema que supone la dependencia a las sedes sociales.

2.1.2. Antecedentes nacionales

En Tarapoto, Vásquez, J. et al. (2023), en su trabajo intitulado “Actitudes sobre el amor y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Tarapoto” tuvo como objetivo de estudio, analizar si hay una relación significativa entre las actitudes hacia el amor y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de dicha ciudad. La metodología empleada fue un diseño no experimental de tipo correlacional simple, en la que participaron 306 estudiantes universitarios (50.7% mujeres) con edades entre 18 y 46 años ($M=25.00$; $DE=5.875$), seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo bola de nieve. Se les aplicaron la Escala de Actitudes sobre el Amor (LAS) de Hendrick y Hendrick (1986), adaptada por Lascuráin et al. (2016), y la escala de Dependencia Emocional validada por Ventura y Caycho (2016). Los resultados mostraron una relación significativa ($p=0.000$) entre la dependencia emocional y las actitudes sobre el amor en los tipos ludus ($\rho=0.405$), pragma ($\rho=0.294$), manía ($\rho=0.391$), ágape ($\rho=0.205$) y storge ($\rho=0.168$). En conclusión, se encontró que existe una relación entre las variables estudiadas.

En Trujillo, Encinas (2021), en su investigación titulada “Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal”, tuvo como objetivo analizar la conexión entre el uso compulsivo de redes sociales y las capacidades sociales en alumnos de un colegio público. El estudio incluyó a 454 estudiantes, con una muestra final de

208 varones de entre 13 y 17 años, pertenecientes al nivel secundario. En la recolección de datos se utilizaron dos herramientas: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales y la Escala de Habilidades Sociales, cuyos índices de confiabilidad demostraron ser adecuados. Los hallazgos revelaron una correlación negativa y altamente significativa ($p<.00$) entre ambas variables. Respecto a los niveles, se observó que el 61.5% de los participantes presentó un grado bajo de adicción a las redes sociales, el 28.4% un grado medio y el 10.1% un grado alto. En cuanto a las habilidades sociales, el 54.3% presentó un nivel intermedio, el 28.4% un nivel bajo y el 17.3% un nivel alto.

En Lima, Alarcón y Salas (2021), en su trabajo de investigación intitulado “Adicción a Redes Sociales e Inteligencia Emocional en estudiantes de educación superior técnica”, nos brinda información sobre la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la inteligencia emocional, para esto, utilizaron un método de estudio correlacional y se contó con la participación de 279 estudiantes, así también, se aplicaron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) para medir la primera variable y la Escala de Inteligencia Emocional (EI) de Wong-Law para la segunda, obteniendo como resultados: Las dimensiones de la adicción a redes sociales como las compulsiones obsesivas, se correlacionaron negativamente con el uso autoemocional y la regulación emocional respecto a la variable inteligencia emocional. Del mismo modo, la falta de control y el uso excesivo de aspectos de la evaluación autoemocional, usa y regula las emociones; sin embargo, ninguno de los factores acorde a la adicción a redes sociales se relacionó con las calificaciones de otras emociones; de manera similar, los hombres y las mujeres no diferían en cuanto al uso de las redes sociales, y aquellos con una exposición más prolongada tenían puntajes más altos de adicción a internet; además, en términos de inteligencia emocional, las mujeres son más conscientes de los sentimientos de

otras personas, concluyendo así, que la adicción a las redes sociales se correlacionó negativamente con la inteligencia emocional en casi todas las dimensiones, pero sólo en menor medida.

En Ica, Solano & Ccorahua (2021), en un estudio más reciente, se plantearon como objetivo principal determinar la relación entre “el impacto psicológico y la adicción a las redes sociales durante la epidemia de COVID-19 en estudiantes de secundaria de la institución educativa nacional San Juan de Ayacucho 2021”, en su trabajo de investigación titulado de la misma forma, realizado en la Universidad Autónoma de Ica, utilizaron el método cuantitativo, un estudio prospectivo y un nivel de relación con diseño no experimental/transversal; su muestra estuvo compuesta por 110 estudiantes que respondieron cuestionarios para cada variable característica y un cuestionario compuesto por 21 efectos psicológicos, así mismo, un instrumento compuesto por ítems variables y 24 ítems de adicción a redes sociales. Los resultados se presentan de forma descriptiva y se utilizó la prueba de Rho de Spearman. demostrando que, el 87,3% no tuvo variable impacto psicológico y el 12,7% sí tuvo impacto psicológico. En la dimensión de síntomas depresivos, el 59,1% fueron normales, el 30,9% moderados y el 10,0% se alejó de la normalidad; en la dimensión de síntomas de ansiedad, 49,1% promedio, 38,1% normal y 11,8% moderado; indicando signos de estrés; para la variable dependencia de las redes sociales, el 48,2% dijo casi nunca, el 24,5% a veces, el 21,8% nunca, el 4,5% casi siempre y el 1,0% siempre, por lo que, según los resultados, durante la pandemia del COVID-19 se encontró una asociación modesta pero significativa entre el impacto psicológico y la adicción a las redes sociales durante y después del brote de COVID-19 entre los estudiantes de secundaria de la Institución de Educación Pública de San Juan de Ayacucho en el año 2021.

En Lima, Bustamante (2021) en su trabajo intitulado “Adicción a las Redes Sociales y Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria” el cual tiene como objetivo principal de investigación, determinar si existe relación entre las variables mencionadas, siendo la muestra: estudiantes de secundaria de un colegio particular de Lima Metropolitana, además ésta fue no probabilística siendo de 64 estudiantes de primero a quinto de secundaria de 12 a 17 años. Este estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal. Se les aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014) y para la segunda variable la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2000) que fue adaptada por Cesar Ruiz Alva (2008) al entorno peruano. Los resultados mostraron que existe una correlación negativa baja significativa entre la Adicción a las Redes Sociales y las Habilidades Sociales ($r = -0.336$, $p = 0,007$), indicando que a mayor adicción a redes sociales menos habilidades sociales en los adolescentes. Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre las dimensiones de la Adicción a las Redes Sociales y la Expresión de Enfado o Disconformidad y las Interacciones Positivas con el Sexo Opuesto y entre la dimensión Uso excesivo de las Redes Sociales con la dimensión Hacer Peticiones ($P > 0.05$).

En Tumbes, el trabajo realizado por Dioses (2020), titulado “Adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes – 2019”, nos habla del grado de dependencia de las redes sociales entre los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes. Los métodos utilizados fueron cuantitativos, descriptivos, comparativos y transversales. La muestra estuvo compuesta por 190 sujetos evaluados por la Facultad de Ciencias Sociales mediante el cuestionario: Social Network Addiction Scale (ARS) Students, Low Level Addiction, desarrollado y validado por Escurra y Salas (2014). Por otro lado, respecto a las

medidas individuales, se concluyó que el nivel de obsesión de los estudiantes con las redes sociales es "muy bajo" - 61,1%, mientras que la prevalencia de incontrolabilidad personal es "baja". La proporción de uso excesivo de las redes sociales fue del 48,9%, y el 44,7% fueron "bajos". Al comparar la adicción a las redes sociales de los bachilleratos de ciencias sociales se observa que el nivel efectivo de todos los colegios es "nivel bajo", y finalmente la red social más utilizada por los estudiantes es "Facebook", seguida de "WhatsApp" e "Instagram". Demás, de acuerdo con estos resultados, en la dimensión "obsesión por las redes sociales", el 61,1% de los estudiantes obtuvo una puntuación "muy baja", lo que significa que suele haber una alta proporción de estudiantes que muchas veces no piensan y sienten ansiedad cuando no tienen acceso a las redes sociales.

2.1.3. Antecedentes locales

La investigación de Lope y Concha (2021), publicada como "Adicción a redes sociales y tipos caracterológicos de personalidad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani, 2020", analizó si existía un vínculo entre el uso compulsivo de redes sociales y los rasgos de personalidad en adolescentes. El trabajo incluyó a 273 alumnos de los dos últimos años de secundaria de dicha institución educativa. Mediante pruebas estadísticas (Chi Cuadrado), se demostró que no hubo asociación entre ambas variables. Tampoco se observaron variaciones relevantes al considerar edad, género o curso académico. Incluso al evaluar por separado las facetas de la adicción y los perfiles caracterológicos, los datos no reflejaron conexiones significativas. Finalmente, se concluyó que estas características actúan de manera autónoma. Los participantes presentaron una adicción moderada a las redes, siendo los patrones de conducta más frecuentes el flemático, el amorfo y el nervioso.

De igual manera, Yabar (2019), nos presentó su trabajo de investigación titulado “Dependencia emocional y agresividad en parejas estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco”, dicho trabajo, realizó un estudio de enfoque no experimental con alcance descriptivo y asociativo, para lo cual la muestra estuvo conformada por 136 estudiantes entre 18 y 25 años del primer al quinto semestre del semestre 2019-I, los cuales fueron escogidos aleatoriamente sin importar el género. Para la recolección de información se utilizaron, la Escala de Dependencia Emocional y la Escala de Agresión de Buss y Durkee y el método estadístico fue el coeficiente de correlación de Spearman, el cual arrojó los siguientes resultados: Se encontró una correlación moderada entre dependencia emocional y agresividad en pares de estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, con diferentes grados de dependencia emocional y agresividad, respectivamente, entre las parejas de estudio, hubo una correlación positiva entre el nivel de dependencia y agresión, por consiguiente, el grado de dependencia emocional incide en el grado de agresividad en las relaciones interpersonales entre los estudiantes universitarios.

Clemente, Guzmán & Salas (2019), en su trabajo de investigación titulado “Adicción a redes sociales e impulsividad”, tuvieron como objetivo general hallar la correlación existente entre la adicción a las redes sociales y la impulsividad, para ello, se utilizó instrumentos como, la Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Comportamiento Impulsivo de la UPPS-P, los cuales fueron aplicados a una muestra de 566 estudiantes de la ciudad del Cusco y haciendo uso del coeficiente de correlación de Spearman, se encontró evidencia de una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la impulsividad; teniendo resultados que las tasas más altas de adicción a las redes sociales e impulsividad se dieron entre los hombres y los grupos de edad más jóvenes, la búsqueda de sensaciones se relacionó

positivamente con el comportamiento en las redes sociales, lo que puede ser un indicador de factores de riesgo. Además, se confirmó que la impulsividad posee una relación directa con la adicción a las redes sociales; la falta de reflexión fue el factor de impulsividad con una relación más directa y significativa con los factores de adicción a las redes sociales.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Dependencia Emocional

La dependencia emocional es un concepto que se utiliza para referirse a un patrón de comportamientos en el cual una persona establece relaciones emocionales intensas, a menudo en el contexto de una relación romántica, caracterizadas por una fuerte necesidad poco saludable, de aprobación y validación de los demás. Este fenómeno ha sido estudiado desde diversas perspectivas, incluyendo la psicología con sus distintas ramas y/o disciplinas como la psicología clínica y la psicología social, en este sentido, es esencial destacar que las teorías sobre la dependencia emocional pueden variar en sus enfoques y perspectivas puesto que algunos profesionales prefieren utilizar términos como "apego" o "relaciones interdependientes" para describir fenómenos similares., así veremos a continuación a varios investigadores que intentaron abordar esta variable desde su propia perspectiva pero aportaron las bases teóricas para entender mejor este problema.

Teoría de necesidades neuróticas básicas

Karen Horney (como se citó en Araque, 2010), fue una reconocida psicoanalista que desarrolló teorías sobre las necesidades neuróticas básicas de las personas y aunque no formuló una teoría específica de la dependencia emocional, sus ideas sobre la necesidad de afecto y aprobación se pueden relacionar con este concepto lo que aporta una perspectiva más

profunda para entender mejor este tema. En sus escritos, Horney propuso que la neurosis surge de conflictos inconscientes generados por condiciones culturales y ambientales adversas, especialmente en la infancia, como la falta de calor genuino, seguridad y aceptación, por lo que el núcleo de la neurosis es una ansiedad básica, caracterizada por una sensación de desamparo, indefensión y abandono en un mundo hostil. Para protegerse de esta ansiedad, el individuo desarrolla estrategias defensivas rígidas e inconscientes que se manifiestan como necesidades neuróticas compulsivas. (Vallejo, 2002).

Así, Horney identificó 10 necesidades que, en su forma neurótica, son compulsivas, indiscriminadas y generan más ansiedad cuando no se satisfacen. Una persona sana puede tener estas necesidades en un grado moderado y flexible pero el neurótico las vive de forma extrema y como únicas soluciones posibles.

Estas necesidades se agrupan en tres tendencias u orientaciones neuróticas principales definidas como movimientos: "hacia", "contra" y "alejamiento" o "lejos de" de las personas.

1) Necesidades que reflejan un movimiento Hacia las personas (Estilo Complaciente - Autoanulación). La persona se mueve hacia los demás buscando afecto y aprobación de forma subordinada.

a. Necesidad de afecto y aprobación: Deseo excesivo de ser querido y aceptado, evitando a toda costa la hostilidad o el desagrado de los demás. Ejemplo: "Tengo que gustarle a todo el mundo. No puedo decir que no, se enfadarán conmigo."

b. Necesidad de una pareja que lo controle y dirija su vida: Creencia de que una relación romántica "salvadora" resolverá todos sus problemas. Miedo intenso al abandono. Ejemplo: "Sin mi pareja, no soy nada. Necesito que esté siempre ahí para decidir por mí."

2) Necesidades que reflejan un movimiento Contra las Personas (Estilo Expansionista

- Agresivo). Son las necesidades donde la persona se mueve contra los demás, viendo la vida como una lucha de todos contra todos.

c. **Necesidad de poder:** Adoración por la fuerza y el desprecio por la debilidad.

Búsqueda compulsiva del control sobre los demás y sobre uno mismo. Ejemplo: "El mundo es una jungla. O controlas o te controlan."

d. **Necesidad de explotar a los demás:** Creencia de que se puede obtener algo de los otros mediante manipulación, astucia o fuerza. Ejemplo: "Si no saco provecho de esta situación, otro lo hará."

e. **Necesidad de prestigio:** Deseo de ser valorado y admirado por los demás, basando la autoestima en el estatus, la fama o las posesiones. Ejemplo: "Mi valor como persona depende de lo que los demás piensen de mí."

f. **Necesidad de admiración personal:** Necesidad narcisista de ser admirado no por lo que se tiene o el rol que se ocupa, sino por el "yo idealizado" que se proyecta. Ejemplo: "Necesito que me halaguen constantemente para sentir que existo."

g. **Necesidad de logros y éxito:** Impulso compulsivo a triunfar, no por el placer de la actividad, sino como forma de vencer la ansiedad y sentirse superior. Ejemplo: "Tengo que ser el mejor en todo lo que haga, si no, soy un fracasado."

3) Necesidades que reflejan un movimiento de Alejamiento o “Lejos de” de las personas (Estilo de Resignación - Desapego), Aquí la persona se aleja de los demás, buscando la autosuficiencia extrema y la privacidad para no verse afectado.

h. Necesidad de autosuficiencia e independencia: Evitación de cualquier lazo o dependencia. "No necesito a nadie". Ejemplo: "Prefiero hacerlo todo yo solo. Confiar en los demás es un signo de debilidad."

i. Necesidad de perfección e inexpugnabilidad: Es el miedo a cometer errores o a mostrar defectos. Búsqueda obsesiva de la perfección para protegerse de la crítica. Ejemplo: "Si no es perfecto, no vale. Un error arruina todo."

j. Necesidad de restringir la vida y establecer límites estrechos: El individuo busca minimizar las necesidades y prefiere vivir de forma contenida y modesta para evitar la decepción o el fracaso. Ejemplo: "No debo desear demasiado, así no me decepcionaré. Me conformo con poco."

Teoría del Apego de Bowlby

Es la teoría más influyente respecto a la dependencia emocional, fue desarrollada por John Bowlby, quien sugiere que los seres humanos tienen una necesidad innata de establecer lazos emocionales con los demás desde el nacimiento (Garrido, 2006). La calidad de estas relaciones tempranas con las figuras de apego, por lo general los padres, influye en el desarrollo de patrones de apego que pueden persistir en la edad adulta, pero para Bowlby, esto no era un signo de debilidad o dependencia patológica, sino una necesidad primaria esencial para la supervivencia y el desarrollo saludable. La dependencia emocional, desde esta perspectiva, no es un trastorno en sí mismo, sino la expresión de un sistema de conductas diseñado por la evolución para garantizar la proximidad y protección de un cuidador.

Los Pilares Fundamentales de la Teoría del Apego de Bowlby

Bowlby identificó 4 pilares fundamentales sobre la cual sostiene su teoría.

a. El Sistema de Apego Conductual

Bowlby conceptualizó el apego como un sistema de control comportamental y emocional interno, similar a los sistemas que regulan la temperatura o la alimentación. Este sistema se activa ante señales de amenaza, estrés, enfermedad o fatiga, generando conductas como llorar, seguir, aferrarse o llamar, destinadas a restaurar la proximidad con la figura de apego. Cuando se logra la proximidad y el consuelo, el sistema se desactiva, y el individuo, especialmente el niño, puede volver a explorar su entorno. Este equilibrio entre "apego" y "exploración" es crucial para un desarrollo sano.

b. La Figura de Apego como Base Segura

Este es un concepto central, porque la figura de apego actúa como un puerto seguro desde el cual el niño puede explorar el mundo con confianza. Saber que tiene un lugar seguro al que volver en caso de peligro le da la seguridad psicológica para ser curioso, aprender y volverse autónomo. Una base segura sólida en la infancia sienta las bases para la autonomía saludable en la edad adulta y no para la dependencia.

c. La Figura de Apego como Refugio Seguro

Cuando el niño se siente amenazado o angustiado, la figura de apego se convierte en un refugio que proporciona consuelo, protección y regulación emocional. La respuesta sensible y consistente del cuidador calma el sistema nervioso del niño y le enseña a regular sus propias emociones.

d. Modelos Internos de Funcionamiento

Bowlby propuso que, a través de las interacciones repetidas con sus figuras de apego, el niño construye unos modelos mentales internalizados sobre:

Sí mismo: "¿Soy digno de amor y atención?" ("Modelo de sí mismo").

Los demás: "¿Son las figuras de apego personas en las que puedo confiar, que estarán disponibles y serán sensibles a mis necesidades?" ("Modelo del otro").

Estos modelos se convierten en el "guion" que guía las expectativas, percepciones y comportamientos en las relaciones futuras, incluidas las de pareja en la edad adulta.

La dependencia emocional patológica que conocemos hoy puede entenderse, desde la teoría de Bowlby, como la manifestación de un sistema de apego desorganizado o inseguro, resultante de modelos internos de funcionamiento negativos.

¿Cómo se forma la base de la dependencia emocional?

Según Bowlby, la base para la Dependencia Emocional se forma a partir de:

b. Apego Inseguro en la Infancia: Cuando las figuras de apego son inconsistentes, a veces responden, a veces no, y rechazantes, minimizan o ignoran las necesidades del niño, o abiertamente negligentes o abusivas, donde el sistema de apego no se regula adecuadamente por lo que el niño no desarrolla una "base segura" confiable.

c. Creación de Modelos Internos Negativos:

- Modelo de Sí Mismo Negativo: El niño internaliza la creencia de que "no soy lo suficientemente bueno para ser amado" o "mis necesidades no son importantes". Esto genera una profunda sensación de inseguridad y baja autoestima.

- **Modelo del Otro Negativo:** El niño aprende que "los demás son impredecibles, no confiables o potencialmente dañinos". Sin embargo, la necesidad biológica de apego permanece, creando una tensión constante entre el deseo de cercanía y el miedo al abandono o al daño.

d. **Hiperactivación del Sistema de Apego:** En la edad adulta, esta persona puede tener un sistema de apego hiperactivado. Cualquier señal de posible rechazo o distanciamiento de su pareja como una mirada, un tono de voz o no responder un mensaje, activa intensamente el sistema de apego, generando una angustia abrumadora, y emociones tales como ansiedad, pánico o desesperación. Las conductas de apego se vuelven intensas, compulsivas y a veces contraproducentes, llamadas constantes, celos excesivos, sumisión, control.

Tipos de apego y su relación con la dependencia

En esta misma línea teórica, Ainsworth et al. (1978, como se citó en Garrido, 2006), colaboradora de Bowlby, identificó patrones de apego, los cuales son clave para entender mejor su relación con la dependencia.

a. **Apego Seguro:** Resulta de cuidadores consistentes y responsivos. No conduce a dependencia patológica. La persona se siente segura en la intimidad y es autónoma. Sus relaciones se basan en la confianza y el apoyo mutuo.

b. **Apego Ansioso-Preocupado:** También llamado "apego inseguro-ambivalente" se desarrolla con cuidadores inconsistentes. Es el perfil más asociado a la dependencia emocional. Tienen un modelo de sí mismo negativo: "no soy digno" y un modelo del otro positivo idealizado "necesito a alguien que me complete". Viven en un estado de hipervigilancia ante las señales de su pareja, son muy demandantes y su estado de ánimo depende completamente de la relación.

c. **Apego Evitativo:** Surge de cuidadores rechazantes o poco disponibles. Tienen un modelo de sí mismo positivo pero que en realidad es falso y de autosuficiencia y un modelo del otro negativo que nos dice "no se puede confiar en los demás". Para protegerse del rechazo que anticipan, evitan la intimidad emocional y la dependencia. Su "dependencia" se manifiesta como un miedo patológico a depender de alguien.

d. **Apego Desorganizado:** Asociado con cuidadores atemorizantes o negligentes. Resulta de experiencias de trauma o abuso. Combina la intensa necesidad del ansioso con el miedo al acercamiento del evitativo. Son las relaciones más caóticas y disfuncionales, con altos niveles de dependencia y conflicto.

Las personas con apego inseguro, particularmente ambivalente, desarrollan una hiperactivación del sistema de apego, llevando a miedo intenso al abandono, necesidad excesiva de validación externa y dificultad para regular emociones independientemente.

Características de la Dependencia Emocional desde la perspectiva del Apego:

- a. **Miedo abrumador al abandono:** No es un miedo racional, sino una amenaza existencial que domina su pensamiento.
- b. **Búsqueda de validación externa:** Su sentido de valía personal depende completamente de la aprobación y atención de su pareja.
- c. **Tolerancia al maltrato:** Para mantener el vínculo, pueden soportar relaciones insatisfactorias, abusivas o negligentes. El "modelo del otro negativo" hace que esto sea, en cierto modo, familiar.
- d. **Dificultad para estar solo:** La soledad es vivida como un vacío insoportable, no como una oportunidad. Carecen de una "base segura" interna.

e. **Confusión entre apego y amor:** Confunden la intensa ansiedad y la necesidad obsesiva de proximidad con el amor verdadero. El amor saludable se basa en la seguridad y la autonomía, no en la ansiedad.

Trastorno de Personalidad Dependiente - TDP

Bornstein (como se citó en Simonelli,y Parolin, 2017) plantea el Trastorno de Personalidad Dependiente - TDP, el cual es un estilo de personalidad caracterizado por una necesidad intensa y persistente de aprobación, apoyo y cercanía de los demás, junto con un miedo marcado al abandono y la separación. No es una enfermedad en sí misma, sino rasgos de personalidad con un patrón de pensamientos, sentimientos y comportamientos dependientes.

La "Paradoja de la Dependencia" es un concepto clave de Bornstein la cual establece que, cuanto más dependes de los demás para validar tu autoestima y sentido de identidad, menos capaz eres de mantener relaciones saludables y duraderas. En otras palabras, la búsqueda desesperada de conexión, impulsada por el miedo al abandono, termina siendo contraproducente. Los comportamientos dependientes como ser excesivamente pegajoso, sumiso o necesitado, pueden agobiar y ahuyentar a las personas que tanto se desea retener.

Asimismo, Bornstein postula que la personalidad dependiente se manifiesta a través de distintos componentes, pero interrelacionados entre sí, como son:

- Componente motivacional: Un deseo intenso y persistente de obtener y mantener conexiones cercanas y de apoyo. Es la búsqueda activa de la proximidad.

- Componente afectivo: Una ansiedad crónica ante la posibilidad de perder la figura de apoyo (abandono, rechazo). También suelen experimentar culpa si creen haber defraudado a su protector.
- Componente cognitivo: Una percepción de uno mismo como impotente e ineficaz, y una creencia de que los demás son más capaces. Piensan: "Sin los demás, no puedo funcionar".
- Componente conductual: Un patrón de comportamientos diseñados para solicitar o "provocar" ayuda y aprobación de los demás. Esto incluye sumisión, evitación de conflictos y búsqueda constante de reafirmación.

Por último, Bornstein nos dice que no toda dependencia es mala, por lo que distingue hace una distinción crucial entre la dependencia saludable y la dependencia desadaptativa o disfuncional:

- Dependencia Normativa o Saludable: Es la capacidad de confiar en los demás, pedir ayuda cuando se necesita y aceptar el apoyo en una relación de reciprocidad como las relaciones íntimas, sin que esto menoscabe la propia autonomía y autoestima. Es flexible y contextual, por ejemplo, depender de tu médico para un diagnóstico o de tu pareja en un momento difícil. Esta dependencia fortalece los vínculos, es adaptativa y necesaria para la vida social.
- Dependencia Desadaptativa/Disfuncional (TPD): Es rígida, generalizada y persistente, se da cuando los rasgos son inflexibles, persistentes y causan un deterioro clínicamente significativo o malestar subjetivo. La persona se siente incapaz de funcionar en ninguna área de su vida sin la guía de otro. No hay reciprocidad; es una relación unilateral de sumisión y cumple con los criterios del DSM, por ejemplo, cuando existe una necesidad general y

excesiva de que se ocupen de uno, lo que conduce a un comportamiento de sumisión y adhesión y temores de separación, esto es lo que se define ya como un trastorno.

Teoría de la dependencia emocional de Walter Riso

Walter Riso (2008) Riso aborda el tema no desde la patología, sino desde un "aprendizaje afectivo erróneo", una estructura de pensamiento y comportamiento que se puede desmontar y reemplazar. Para Riso, el amor sano se basa en la interdependencia lo cual son dos personas completas que se eligen, mientras que la dependencia emocional se basa en la necesidad patológica donde una persona incompleta "requiere" de la otra para existir.

Según Riso (2008), el apego afectivo disfuncional se refiere a los pensamientos y emociones de aquellos que creen que un vínculo les proporcionará de manera constante y exclusiva seguridad, tranquilidad, autorrealización y placer. En consecuencia, la persona con este tipo de apego emocional sostiene la creencia de que no puede ser feliz sin la conexión emocional de ese vínculo específico. Riso ilustra esta dependencia emocional como un acto perjudicial para uno mismo, comparándolo con "enterrarse en vida", una forma de automutilación psicológica donde se sacrifican el amor propio, el autorrespeto y la esencia personal. (Candelaria Dioné, 2022).

Riso (2008), además sostiene que esta dependencia tiene como ejes principales 3 creencias irracionales fundamentales:

- Necesidad Extrema de Aprobación y Afirmación Externa: La autoestima del dependiente está en manos de los demás. Necesita constantemente que su pareja lo valide, lo apruebe y lo reconozca para sentirse bien consigo mismo.

- Miedo Abrumador al Abandono (Autofobia): El terror a la soledad es el motor principal de su conducta. No se trata de una soledad elegida, sino de una soledad vivida como vacío existencial, abandono y desamparo. Prefiere sufrir en una mala relación que enfrentar la posibilidad de estar solo.
- Baja Autoestima y Autoconcepto Deteriorado: El dependiente no se valora a sí mismo, no se cree digno de amor o se siente "defectuoso". Cree que necesita a alguien más para ser "completo". Esta falta de amor propio lo lleva a aferrarse a quien le brinde, aunque sea migajas de afecto.

Asimismo, Walter Risso, plantea las etapas de la relación dependiente o el “El Círculo Vicioso”, lo cual describe un ciclo recurrente y doloroso que repite el dependiente emocional y que consta de 6 etapas:

- a. **Etapa de Idealización y Enamoramiento Intenso:** El dependiente se "engancha" rápidamente, idealizando a la otra persona y sintiendo que ha encontrado a "su alma gemela". Hay una entrega total y desinhibida.
- b. **Etapa de Adaptación Patológica y Sumisión:** Comienzan a aparecer los primeros conflictos. El dependiente cede, se adapta y se somete para evitar el rechazo. Aquí inicia la pérdida de la identidad.
- c. **Etapa de Insatisfacción y Dolor:** A pesar de los esfuerzos, el dolor, la frustración y la sensación de no ser correspondido plenamente se hacen presentes. Surgen celos, reproches silenciosos y ansiedad.
- d. **Etapa de Ruptura o “Amenaza de”:** La relación llega a un punto de quiebre. El dependiente, aterrado, puede suplicar, prometer cambios o aceptar condiciones humillantes para evitar el final.

- e. **Etapa de Abstinencia y Duelo Patológico:** Si la ruptura se consuma, el dependiente experimenta un síndrome de abstinencia similar al de un drogadicto: dolor físico intenso, desesperación, ideación obsesiva por recuperar a la expareja.
- f. **Etapa de "Cura" Temporal y Reinicio:** Tras un período de sufrimiento, el dependiente conoce a alguien nuevo y repite el ciclo, trasladando la misma estructura de dependencia a la nueva relación.

Teoría de la dependencia emocional de Jorge Castelló

La teoría que se utilizó para este estudio fue la de Castelló (2005) quien propone una teoría completa para la dependencia emocional, resaltando las características del dependiente emocional y sobre todo su tratamiento.

La dependencia emocional, según Castelló (2005), se define no como "amor en exceso", sino como una "adicción a la persona", esta idea es la piedra angular de su teoría; además afirma que la dependencia emocional se caracteriza por un patrón persistente de necesidades emocionales no satisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa a través de relaciones interpersonales cercanas, especialmente en el contexto de pareja y que se caracteriza por ser un estilo de apego patológico donde la persona centra su vida en una o varias figuras de apego, experimentando un miedo abrumador e irracional a la soledad o al abandono, manteniendo relaciones interpersonales desequilibradas y destructivas a pesar del sufrimiento que le causan o puedan causar.

Los puntos importantes a considerar en su teoría son, no es amor, es necesidad, mientras el amor suma, la dependencia emocional resta. El amor se basa en la libertad, la

reciprocidad y el deseo de bienestar del otro. La dependencia emocional se basa en el miedo, la posesión, la necesidad de ser completado por el otro y la ansiedad ante la posible pérdida.

Castelló hace una analogía con la adicción y plantea un paralelismo claro con las adicciones a sustancias, como por ejemplo la tolerancia, donde el dependiente necesita cada vez más muestras de atención y afecto de la otra persona para sentirse bien, el síndrome de abstinencia, cuando no estás con esa persona o percibes un distanciamiento y experimentas ansiedad intensa, desesperación, insomnio y otros malestares asociados a este. La pérdida de control, ocurre cuando puedes dejar de pensar en ella, ni de buscar su contacto, aunque sepas que te hace daño y las consecuencias negativas que, a pesar del sufrimiento, la humillación o el deterioro personal, la persona dependiente no puede "dejar la relación".

Características de la Dependencia Emocional

Entre las principales características que define Castelló se encuentran:

- Necesidad excesiva de aprobación y afecto: Las personas con dependencia emocional buscan constantemente la validación y el cariño de los demás, sintiendo una fuerte ansiedad cuando no lo reciben.
- Miedo al abandono: Experimentan un temor intenso a ser abandonados o rechazados, lo que los lleva a mantener relaciones incluso cuando estas son insatisfactorias o dañinas.
- Baja autoestima: Suelen tener una percepción negativa de sí mismos, lo que les hace depender de otros para sentirse valorados y seguros.
- Dificultad para tomar decisiones: Prefieren que sean los demás quienes decidan por ellos, evitando asumir responsabilidades por miedo a equivocarse o a defraudar.

- Idealización de la pareja: Tienden a ver a su pareja como alguien perfecto o indispensable, ignorando sus defectos o comportamientos negativos.
- Sumisión y complacencia excesiva: Se esfuerzan por complacer a los demás, incluso a costa de sus propias necesidades o deseos, con el fin de mantener la relación.
- Intolerancia a la soledad: Les resulta muy difícil estar solos, ya que la soledad les genera malestar emocional y ansiedad.
- Dificultad para establecer límites: No saben poner límites claros en sus relaciones, lo que puede llevar a situaciones de abuso o manipulación.
- Dependencia afectiva extrema: Su bienestar emocional depende casi exclusivamente de la presencia y atención de su pareja o personas cercanas.
- Ciclos de relaciones intensas e inestables: Suelen involucrarse en relaciones donde predominan los altibajos emocionales, con periodos de idealización seguidos de desilusión.

Castelló (2005) enfatiza que estas características pueden variar en intensidad y manifestación, pero en conjunto reflejan un patrón de comportamiento que limita la autonomía y el bienestar emocional de la persona. La terapia psicológica suele ser recomendada para trabajar en la construcción de una autoestima más sólida y en el desarrollo de relaciones más saludables y equilibradas.

Dimensiones de la dependencia emocional

- Ansiedad de separación: El miedo, definido como la expresión emocional del miedo ante la posible terminación de una relación, es causado por el abandono, la separación o la alienación. La ansiedad de separación crea y refuerza patrones de dependencia interpersonal porque uno está profundamente apegado a su pareja, le asigna significado y valor, lo considera necesario para vivir feliz y en paz, y lo ve como una opción inmediata para no sentir el dolor

que causa la soledad. La ansiedad por separación puede provenir de la alienación temporal y la separación normal que ocurre en la vida cotidiana, creando sentimientos de inseguridad y provocando automáticamente pensamientos de pérdida y soledad cuando tu pareja regresa (Castelló, 2012).

- Expresión afectiva: La persona necesita muestras constantes de amor por parte de su pareja que valide el amor que siente y calme las inseguridades. La incertidumbre que rodea el amor de la pareja y la necesidad de un amor incondicional lleva a la persona emocionalmente dependiente a exigir una demostración constante de amor de su pareja para asegurarse de ser amada. Esta necesidad puede asociarse con una necesidad insaciable de pareja, lo que hace que esta imagen sea similar a la adicción a las drogas (Castelló, 2012).
- Modificación de planes: Cambios en actividades, planes y comportamiento causados por un deseo implícito o explícito de complacer a tu pareja o quizás pasar más tiempo con ella. Para las personas emocionalmente dependientes, su pareja es el centro de su vida y nada es más importante que ellos mismos, sus hijos u otros miembros de la familia. Por lo tanto, es importante prestar atención a sus necesidades, deseos e incluso caprichos para satisfacer a su cónyuge (Castelló, 2012). Además, este comportamiento sugiere que el deseo emocional de exclusividad del adicto va en ambos sentidos, ya sea que el adicto deje de participar en otras actividades para preparar adecuadamente a su pareja y el deseo de la pareja de hacer lo mismo (Castelló, 2012).
- Miedo a la soledad: La definición del componente se refiere al miedo de no poder conectarse con una pareja o sentirse no amado. Una persona emocionalmente dependiente necesita que su pareja se sienta estable y segura, por lo que la soledad puede percibirse como algo aterrador, una cualidad que una persona emocionalmente dependiente evita. Castillo

presta atención al miedo a estar solo, cree que lo más importante para un adicto es darse cuenta de su necesidad de otra persona, no puede vivir sin pareja, debe depender de la otra persona y tenerla (Castelló, 2012).

- Expresión límite: Si existe la posibilidad, de que las relaciones de la persona emocionalmente dependiente pueden romperse, esto supondría un evento catastrófico, pudiendo ser tan devastador que éste pierda el sentido de la vida, llegue a autolesionarse y exhibir una autoagresión impulsiva característica de personas con TLP. La atención frente a la pérdida puede verse como una estrategia de retención de pareja que refleja cuánto la necesita el adicto. Esta dimensión incluye declaraciones que describen eventos pasados, autoconceptos actuales y creencias sobre cómo proteger a los demás (Castelló, 2012).
- Búsqueda de atención: Esta dimensión de la dependencia emocional, tiende a buscar activamente la atención de la pareja y trata de estar en el centro de su vida para asegurar la continuidad de la relación. Esto muestra la necesidad psicológica del adicto de tener una pareja. La búsqueda de atención puede verse como una tendencia histérica en algunos individuos emocionalmente dependientes, pero debe quedar claro que esta búsqueda se puede lograr de otras formas, como adoptar una actitud pasiva y sumisa y deseos de pareja (Castelló, 2012).

Causas de la dependencia emocional

Castelló (2012) Describe cuatro posibles hipótesis sobre las causas de la dependencia emocional. Se refiere al hecho de que es más probable que las interacciones entre las cuatro condiciones conduzcan a la dependencia emocional:

El primero se refiere a los déficits emocionales en la infancia. Los esquemas almacenados en una etapa temprana ayudan a los niños a comunicarse de manera efectiva y a lidiar con situaciones complejas. Sin embargo, cuando predominan las experiencias negativas, es probable que los esquemas formados en relación con los demás se deterioren a largo plazo, dificultando las relaciones posteriores y afectando el comportamiento adecuado y la expresión emocional (Castelló, 2012).

Segunda razón puede ser el mantenimiento del apego y el enfoque excesivo en las fuentes externas de autoestima. Es decir, si la primera razón explicada prepara al individuo para esquematizar a los demás, la búsqueda constante y desmedida de atención y amor por parte de las personas importantes en la vida puede llevar a reacciones negativas, como la excesiva sumisión y sometimiento a estas personas. Perpetuar esta reacción junto con un entorno negativo puede llevar al individuo a darse cuenta de que no vale nada, que no vale nada y que necesita a los demás para sentirse bien (Castelló, 2012).

La tercera razón puede atribuirse a factores biológicos. Las mujeres tienden a mostrar más empatía, compasión y sensibilidad hacia las conexiones sociales, lo que lleva a Castillo a creer que las mujeres son emocionalmente difíciles de separar y, por lo tanto, más propensas a la dependencia emocional que los hombres. Trastornos del estado de ánimo además de factores biológicos, especialmente aquellos con síntomas de ansiedad y depresión, como irritabilidad, tristeza, ansiedad, etc., ya que pueden afectar la autoestima (Castelló, 2012).

La cuarta razón se relaciona con factores socioculturales relacionados con factores biológicos. Las diferencias en cómo las diferentes culturas definen el género masculino y femenino son importantes aquí, ya que por lo general, a las mujeres generalmente se les asignan roles más comprensivos, compasivos y afectuosos, mientras que a los hombres se les

asignan roles más personales y competitivos, así mismo también influye la importancia que se le da al modelo de relación conyugal, ya que generalmente se cree que las mujeres están más interesadas en los aspectos emocionales de las relaciones (Castelló, 2012).

Perfil de personas con Dependencia Emocional

Lemos et al. (2012) Señaló que las personas emocionalmente dependientes tienen una imagen diseñada para satisfacer sus necesidades emocionales, por lo que comienzan a interpretar la realidad de diferentes maneras y descubrió, además, que las personas con adicciones emocionales tenían más deficiencias cognitivas, incluidas ilusiones de control y responsabilidad, lo que reforzaba sus esquemas de adicción. La primera se refiere a un alto estándar de rigidez e inflexibilidad, y por tanto a cómo debe ser una situación o cosa, y cuando no lo es, la persona experimenta perturbación emocional. La segunda se relaciona con asumir la responsabilidad por las acciones de alguien más; finalmente tomar decisiones "por el bien de la relación" que impiden el crecimiento personal y la verdadera aceptación del otro.

En una misma línea de investigación sobre la dependencia emocional, se descubrió que las personas con adicciones emocionales no son conscientes del problema y, por lo tanto, a menudo no pueden ver los efectos negativos de sus relaciones. Tienden a repetir los mismos errores, intentando siempre las mismas soluciones, aunque no funcionen al principio; sufren miedo a estar solos y sienten emociones negativas por lo que desatienden sus propias necesidades debido a su actual crisis. Santamaría et al. (2015).

Cuando se trata de adicción emocional, hay dos tipos de personas según su comportamiento. En primer lugar, los activos, seres dependientes que tienden a mostrar celos,

vigilancia y agresividad y a continuación, los pasivos son aquellos que tienden a ser sumisos y sumisos para evitar el abandono. Risso (2008).

2.2.2. Adicción a Redes Sociales

La adicción a las redes sociales es un fenómeno complejo relativamente nuevo, que se ha convertido en un tema de interés creciente en la investigación psicológica especialmente dentro de las disciplinas clínico y social. Aunque no existe una definición universalmente aceptada de adicción a las redes sociales, éste se puede entender como un patrón de comportamiento compulsivo y problemáticos relacionado con el uso excesivo de las redes sociales que afecta negativamente la vida de una persona. Así, entre las bases teóricas que pretender explicar este fenómeno del comportamiento humano tenemos:

Teoría de la Autodeterminación

Deci & Ryan (2000) desarrollaron la Teoría de la Autodeterminación (TAD), la cual estudia la motivación humana, el desarrollo de la personalidad y el bienestar psicológico. Esta se centra en cómo los contextos sociales pueden facilitar u obstaculizar la motivación intrínseca y el crecimiento personal, además nos dice que la energía del comportamiento es generada por una búsqueda de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación o vinculación, (Stover et al 2017):

- **Autonomía:** Sentimiento de control y elección
- **Competencia:** Habilidad para interactuar efectivamente
- **Relación:** Conexión con otros

indicando que, si estas necesidades básicas se satisfacen, las personas experimentan mayor motivación, bienestar y funcionamiento óptimo, pero si se frustran, o se

convierten en el principal mecanismo de satisfacción, desplazando fuentes más auténticas o naturales de satisfacción, pueden surgir conductas desadaptativas como son las adicciones e incluso desarrollar una dependencia emocional.

Teoría del Aprendizaje Social

Otra teoría que se aproxima a la explicación de conductas adictivas es la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura, la cual sugiere que las personas desarrollan conductas adictivas mediante la imitación de modelos sociales y la búsqueda de recompensas inmediatas como por ejemplo la validación o el reconocimiento que proporciona las redes por medio de “likes”. La teoría del aprendizaje social, nos dice que la adicción es producto de conductas aprendidas en los grupos a los que una persona pertenece, por ejemplo, en el caso de los pandilleros, se sabe que la mayoría consume alguna sustancia o droga adictiva, por lo que los miembros que lo integran también lo hacen. Así mismo ocurre en los videojuegos, donde grupos de universitarios se reúnen después de clases para jugar algún juego on-line, o en equipos. Aunque esto no represente un problema, lo es cuando el estudiante aumenta la frecuencia, intensidad o tiempo y dinero en estos videojuegos. Vale mencionar que una adicción sin droga es la conducta repetitiva generando placer y alivio tensional, sobre todo en sus primeras etapas, lo que conlleva a una pérdida de control de la misma, dañando severamente la vida del individuo tanto a nivel laboral, académico, social y más importante a nivel familiar, mientras más transcurra el tiempo. (Cornetero, 2019).

Teoría del Refuerzo Intermitente

Siguiendo la línea de la escuela conductista, tenemos a Skinner y su teoría del condicionamiento operante, que nos dice que las conductas adictivas se activan mediante un

mecanismo de refuerzo positivo como es el placer experimentado, pero a medida que la conducta se instaura, tal reforzador termina siendo negativo y responde a la necesidad de no experimentar el malestar o abstinencia, que experimenta al no llevar a cabo mencionada conducta. En este entender la recompensa deja de ser una simple sensación placentera y pasa a ser aquello que solo detiene el placer, tomando varias formas como la profunda angustia que describe el consumidor de pasta básica, los dolores crónicos del adicto a los analgésicos, la melancolía romántica del alcohólico, o la irritabilidad de un adicto a las redes sociales, entre otra sintomatología. (Cornetero, 2019).

Los algoritmos de las redes sociales utilizan programas de refuerzo intermitente que son altamente efectivos para mantener enganchados a sus usuarios, similar a las máquinas tragamonedas. En un análisis profundo de esta teoría, podemos identificar mecanismos operantes de las redes sociales como:

- Refuerzo variable de razón: "Likes" y comentarios impredecibles
- Refuerzo variable de intervalo: Notificaciones en tiempos aleatorios
- Refuerzo positivo: Recompensas sociales inmediatas
- Refuerzo negativo: Alivio del aburrimiento o ansiedad

Componentes de adicción de Griffiths

¿Cuándo un comportamiento se convierte en una adicción?

Griffiths (2005), propuso un modelo basado en seis componentes para definir cuándo un comportamiento se convierte en una adicción, no solo a sustancias, sino también a actividades como juegos, redes sociales o relaciones. Además, utiliza un enfoque

biopsicosocial, con lo cual integra aspectos psicológicos, fisiológicos y sociales. Estos seis componentes para definir una adicción conductual son:

- Saliencia: Las redes sociales se convierten en la actividad más importante
- Modificación del humor: Experiencia subjetiva de "subidón"
- Tolerancia: Necesidad de aumentar el tiempo de uso
- Abstinencia: Malestar emocional cuando no se puede acceder
- Conflicto: Problemas con otras actividades y relaciones
- Recaída: Tendencia a volver a patrones excesivo

Impacto de las Redes Sociales en las personas

Las redes sociales son un fenómeno social, especialmente entre los jóvenes, una realidad que hay que aceptar. Como cualquier nueva tecnología, tiene sus pros y sus contras, pero este es claramente un cambio irreversible. En primer lugar, no cabe duda de que el alcance de las redes sociales se ha generalizado debido a su popularidad e inclusión en los últimos dispositivos móviles (smartphones), convirtiéndose en el estándar de comunicación e interacción de casi todo el mundo, lo que hace a las redes sociales herramientas de comunicación muy poderosas, que te permite revivir conexiones, encontrar y mantenerse en contacto con amigos de la infancia o familiares lejanos, así mismo, permite una expresión de identidad a través de perfiles personalizados, facilita la organización de movimientos sociales y la difusión del conocimiento por medio de archivos digitales, abre campo al emprendimiento y puedes encontrar grupos de apoyo con enfermedades raras o intereses muy específicos.

Todas estas funciones son muy atractivas para los jóvenes que quieren encontrar nuevos lenguajes y formas de comunicarse entre ellos. Entonces dada la popularidad de las redes sociales en Internet, se puede suponer que estos avances tecnológicos brindan nuevas

oportunidades para la interacción y el desarrollo social, también sabemos que interactuar con amigos, vecinos y familiares y participar en actividades grupales puede aumentar su nivel de desarrollo social, debido a que estar involucrado en una red social puede proporcionar una sensación de estabilidad, pertenencia, seguridad, validación y autoestima. Entonces, participar activamente de una red social aumenta la disponibilidad de los recursos de esa persona (Chacolla, 2019).

Sin embargo, esta interacción social por medio de las redes sociales, también puede llegar a ser un problema, sobre todo para los jóvenes que tienden a copiar tendencias, como imitar videos que se hacen virales al proponer retos que ponen en riesgo la vida de quienes lo ejecutan, de igual manera, aunque en menor medida, existe una comparación social, donde los jóvenes comparan su vida propia con los "mejores momentos" de los demás, aumentando las tasas de ansiedad, depresión, autolesiones y dismorfia corporal por la comparación constante con filtros y estándares irreales que día a día se muestran en la red.

La exposición de datos personales, el ciberacoso o cyberbullying emergió y dio lugar a nuevas formas de hostigamiento, la desinformación, el deterioro de las habilidades sociales y la disminución de la atención forman también parte de la problemática que gira en torno a las redes sociales. El flujo infinito de contenido breve, la navegación superficial va dañando nuestra capacidad para la concentración profunda, las nuevas generaciones están creciendo con menos práctica en la lectura de lenguaje corporal, el tono de voz y la conversación espontánea, habilidades cruciales para el óptimo desarrollo social de las personas.

Dimensiones de la adicción a las redes sociales

Aunque no se menciona en detalle las bases teóricas del cuestionario que se utilizará en este estudio, éste responde a tener una base teórica en lo cognitivo conductual, puesto que sus dimensiones poseen características de esta índole. La primera dimensión “obsesión por las redes sociales” posee carácter netamente cognitivo, así como la segunda “falta de control personal” responde a ambos conceptos (el cognitivo-conductual), por último, el uso excesivo, refiere al componente conductual, lo cual añade el componente cognitivo a las teorías antes mencionadas.

Obsesión por las redes sociales

Es un factor puramente cognitivo caracterizado por fantasías y pensamientos recurrentes a través de las redes sociales con pensamientos incontrolables e intrusivos. Esto crea ansiedad porque hay una falta de oportunidad o acción para satisfacer estos pensamientos. Asimismo, (Rayo, 2014) Para algunas personas, el uso de las redes sociales se ha convertido en una adicción, porque se han vuelto tan absortos en el uso de Internet que amenaza su trabajo y sus relaciones. Las conductas adictivas son trastornos que se aceptan primaria y socialmente como actividades adictivas pero que eventualmente se convierten en obsesiones. (Solano S., 2021).

Falta de control personal en el uso de las redes sociales

Pérdida de control sobre las actividades diarias, abandono de responsabilidades importantes como la tarea, el estudio o actividades necesarias para pasar tiempo socializando. Asimismo, (Echeburúa, 2014) La clave para determinar si un comportamiento es adictivo es detectar una experiencia que se lleva a cabo con tanta pasión que conduce a una relación

placer/culpa incontrolable (González, 2015) En el centro de todos los trastornos adictivos se encuentra la falta de control. La incapacidad de una persona para controlar un comportamiento que comienza siendo tan popular se convierte gradualmente en una de sus opciones y finalmente se controla a sí misma. Es bueno para ti, pero puede ser adictivo, y cualquier cosa más allá de eso puede ser peligrosa.

Uso excesivo de las redes sociales

Es difícil medir el tiempo de uso de una red social, aparte del consumo mínimo, y es difícil dejar de usarla, es decir, pérdida de conciencia. De acuerdo a Cabañas & Korzeniowski (2015) Recuerda que: En los últimos años, los investigadores han estudiado el uso excesivo de las nuevas tecnologías por parte de los jóvenes, lo que puede tener consecuencias sociales, emocionales y cognitivas negativas. En un estudio de adolescentes, aquellos que hacen un uso excesivo de Internet y las redes sociales. las personas muestran signos de sensibilidad, ansiedad, hostilidad y somatización. (Solano S., 2021).

Bases teóricas conceptuales

Adicción

Según la (Real Academia Española, 2017): La adicción es la dependencia de sustancias o actividades nocivas para la salud o el bienestar mental. Cuando se habla de adicción, se refiere al uso compulsivo y excesivo de una sustancia debido a la falta de control efectivo y la necesidad de entrenar el comportamiento.

Redes Sociales

Según la (Real Academia Española, 2017): define una red social como una “plataforma digital de comunicación global que pone en contacto a gran número de usuarios”.

Dependencia

Según el DSM-5-TR propuesto por el American Psychiatric Asociación. (2022).

La dependencia se encuentra en los criterios para trastornos relacionados con sustancias y dependencia emocional. Éste es un estado psicológico, emocional o físico en el que una persona siente una necesidad excesiva de algo o alguien para funcionar, experimentando dificultades para autorregularse o tomar decisiones autónomas y puede manifestarse en distinto, entre ellos la Dependencia Emocional

Dependencia Emocional

Necesidad patológica de afecto, validación o presencia de otra persona, asociada a miedo al abandono y baja autoestima. Ejemplo: Mantener relaciones tóxicas por temor a la soledad, caracterizado por una vinculación afectiva donde existe la hipervigilancia y el temor al rechazo, lo cual es esta la base de la dependencia. Bowlby (1977).

Echeburúa & Corral (2009), aseguran que la dependencia emocional es un tipo de amor patológico y este consiste en una relación afectiva obsesiva, donde existe un miedo intenso al abandono, una autoestima subordinada a la persona o pareja a la que se es dependiente y sobre todo una idealización de la misma.

Adicción a Redes Sociales

Rayo (2014), nos dice que la adicción a Internet ocurre cuando una persona se separa físicamente de los amigos y prefiere sentarse frente a la pantalla de un ordenador u otro dispositivo electrónico con internet como los smartphones que te brinde acceso a las redes sociales repitiendo descontroladamente el comportamiento que puede afectar negativamente el desarrollo mental, psicológico y físico de una persona.

Díaz y Sánchez (2017), aseguran que la adicción a redes sociales es aquella tendencia a utilizar de forma constante cualquier medio tecnológico para acceder a una red social, lo que conlleva a que la persona desarrolle este tipo de adicción.

La adicción a redes sociales se basa en aquel uso descontrolado de cualquier red social, lo que conlleva a la persona a vivenciar sintomatologías relacionadas al decaimiento, tristeza, ansiedad o enojo e intolerancia, deteriorando sus vínculos sociales e importantes (Escurras y Salas, 2014).

García (2013), Define la adicción a redes sociales como aquella tendencia al uso prolongado de redes sociales, que genera un distanciamiento de otros y un descuido en las actividades que la persona desempeña o debe por obligación realizar.

Es aquella adicción o impulsividad que la persona experimenta por emplear constantemente las redes sociales, generando ansiedad, irritabilidad o estrés en las actividades que realiza o cuando interactúa con otros (Golpe et al., 2017).

WhatsApp

Es el servicio de mensajería por excelencia, el más utilizado en nuestro entorno, ya que permite a sus usuarios enviar y recibir mensajes de texto, audios o grabaciones de voz, videos, e imágenes por medio de esta plataforma. Se popularizó por la facilidad de comunicación que brinda a sus usuarios y por el acceso económico a sus servicios en razón de que no necesitas contratar planes caros de telefonía con acceso a Internet, basta el mínimo punto de acceso para contar con estos beneficios.

Facebook

Esta red social es la más conocida y usada, según su página oficial, cuenta con más de 2 billones de usuarios en todo el mundo, quien accede a esta plataforma puede crear un perfil para conectarse e interactuar con diversos usuarios de todo el mundo, formar o unirse a grupos, publicar y compartir fotografías o imágenes, desarrollar foros con temas de interés, entre otros.

Twitter

Apareció en el año 2006, tiene el formato de pequeños blogs en la que los integrantes pueden realizar “tweets” que no son más que comentarios de ideas o informaciones breves con una extensión máxima de 140 caracteres, que pueden seguir los integrantes de la red. Twitter es una red que permite a los usuarios ver las últimas noticias y opiniones que les interesan. (Rayo, 2014). Twitter es una red social abierta, lo que significa que cualquiera puede usarla, la popularidad de esta red se ve reflejada en sus políticas de censura ya que éste promueve la libre expresión.

Instagram

Instagram es la red social móvil de creada por Apple y lanzada el 6 de octubre del año 2010 por los californianos Kevin Systrom y Mike Krueger. Inicialmente, la red social permitía subir solo fotos con subtítulos y usando hashtags; pero ahora puedes subir videos y retocar fotos con filtros y efectos de capas (Pintor, 2017). Lo que destaca a Instagram de las demás redes sociales es que ésta es una red social que se centra mayormente en tomar y compartir fotografías o imágenes que capturan el momento, es como si la imagen condensara el momento de la experiencia y congelara el evento para recordarlo en el futuro (Solano & Ccorahua, 2021).

TikTok

Según su página, TikTok es una plataforma de entretenimiento y diversión en la que puedes descubrir, crear y conectar con otras personas de todo el mundo, es el principal destino de vídeos cortos grabados con dispositivos móviles y tiene como misión inspirar la creatividad y el entretenimiento de las personas que use su plataforma.

Capítulo III

Hipótesis y Variables

3.1. Formulación de hipótesis

3.1.1. *Hipótesis General*

Existe relación entre la Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II.

3.1.2. *Hipótesis Específicas*

Existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.

- Existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva de la pareja y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.
- Existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.
- Existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.
- Existe relación entre la dimensión Expresión Límite y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.
- Existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC 2024 - II.

3.2. Especificación de variables

Variable 1: Dependencia Emocional

Variable 2: Adicción a las Redes Sociales

3.3. Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	ÍTEMES	INDICADORES
Dependencia Emocional	Es una necesidad excesiva y persistente de apoyo emocional, validación y atención de otros, que se caracteriza por una falta de autonomía emocional, una búsqueda constante de aprobación y una tendencia a la autocritica, lo que lleva a una pérdida de identidad y autoestima, y a una dificultad para establecer límites saludables en las relaciones interpersonales. (Lemos y Londoño, 2006).	Ansiedad de separación	2, 6, 7, 8, 13, 15 y 17	<ul style="list-style-type: none"> • Miedo • Disolución de relación • Temor al abandono • Separación
		Expresión afectiva	5, 11, 12 y 14	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión de afecto • Inseguridad • Desconfianza
		Modificación de planes	16, 21, 22 y 23	<ul style="list-style-type: none"> • Cambio de actividades • Compartir tiempo • Exclusividad
		Miedo a la soledad	1, 18 y 19	<ul style="list-style-type: none"> • No sentirse amado • Dependiente • Soledad
		Expresión límite	9, 10 y 20	<ul style="list-style-type: none"> • Ruptura • Autoagresión • Trastorno límite
		Búsqueda de atención	3 y 4	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda activa • Necesidad psicológica • Permanencia
		Obsesión por las redes sociales.	2, 3, 5, 6, 7, 15, 19, 22 y 23	<ul style="list-style-type: none"> • Necesidad de contarse • Tiempo destinado a las redes • Desesperación
Adicción a Redes Sociales	La ARS es un patrón de comportamiento caracterizado por la necesidad compulsiva de utilizar las redes sociales, a pesar de las consecuencias negativas que esto pueda tener en la vida cotidiana, las relaciones interpersonales y la salud mental, y que se manifiesta a través de síntomas como la ansiedad, la irritabilidad, la evitación de actividades importantes, la negación del problema y la pérdida de control sobre el uso de estas plataformas. (Escurra y Salas, 2014)	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4, 11, 12, 14, 20 y 24	<ul style="list-style-type: none"> • Sobre pensar • Control de hábitos • Descuido
		Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21	<ul style="list-style-type: none"> • Atención • Tiempo excesivo conectado • Perjuicio psicológico

Capítulo IV

Metodología

4.1. Tipo de Investigación

El presente estudio se enmarca dentro del área de la psicología clínica y social, debido a que en esta investigación se abordará la problemática relacionada a la dependencia emocional y la adicción a las redes sociales, Además éste tiene un enfoque cuantitativo porque la forma en que se miden y analizan las variables cumplen con las características principales del enfoque cuantitativo ya que mide variables numéricamente utilizando instrumentos estandarizados como escalas o cuestionarios, así mismo, se hace un análisis mediante métodos estadísticos para analizar los datos, específicamente una prueba de correlación para determinar si existe una relación entre las dos variables. De igual manera se mide la fuerza y la dirección de esa relación, por ejemplo, si a mayor dependencia emocional, mayor es la adicción a redes sociales, o viceversa. Por último, es objetiva y contrastable, la investigación parte de una hipótesis comprobable por lo que el proceso es secuencial, lo cual pretende generalizar los resultados a una población más amplia a partir de una muestra. (Hernández & Mendoza, 2018).

Respecto a los niveles o alcances, en detalle, el presente estudio se enmarca, en primer lugar, dentro de una investigación de tipo descriptivo, ya que se centra en la identificación y análisis de las variables, sus dimensiones e indicadores, respaldados por el correspondiente fundamento teórico. Este tipo de investigaciones permite caracterizar un fenómeno y comprender la forma en que se presenta, así como describir sus componentes a partir de la medición de uno o varios de sus atributos. En el ámbito de las Ciencias Sociales, la

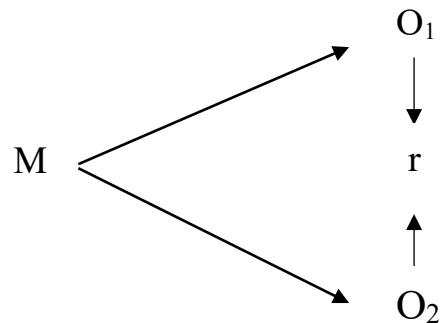
investigación descriptiva resulta especialmente útil para detallar las características de los distintos elementos que conforman un fenómeno y las relaciones que se establecen entre ellos (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Asimismo, el estudio posee un alcance correlacional, dado que tiene como propósito analizar el grado de relación existente entre las variables de investigación: la dependencia emocional y la adicción a las redes sociales. Para ello, se realizó la medición de cada variable de manera independiente, con el fin de determinar la intensidad y dirección del vínculo que pueda presentarse entre ambas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

4.2. Diseño de Investigación

El diseño de investigación es no experimental, debido a que solo se visualizan las variables dimensiones e indicadores y no se realizan ningún cambio intencional. Dicho estudio se efectuó sin alterar la realidad de las variables, es decir, se observaron dentro de su ámbito natural para lograr analizarlos, de igual forma, se evidencia un corte transversal porque la recaudación de información que se efectuó fue en un tiempo limitado, los estudios transversales, son aquellas en las cuales se obtiene información del objeto de estudio (población o muestra) una única vez en un momento dado (Hernández & Mendoza, 2018).

El esquema se representa de la siguiente manera:



Donde:

M: Muestra

O₁: Variable de dependencia emocional

O₂: Variable de adicción a redes sociales

r: Relación de las variables

4.3. Población y Muestra

4.3.1. Población

La población está compuesta por estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco que se encontraron cursando estudios presenciales en el año 2024 - II.

4.3.2. Muestra

La selección muestral fue de tipo probabilística, puesto que es el procedimiento para obtener una muestra en la que cada individuo de la población tiene la misma probabilidad de ser seleccionado (Coolican, 2018).

Así mismo el tamaño de la muestra fue establecido según la siguiente fórmula de poblaciones finitas:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde:

n: es el tamaño de muestra buscado

N: tamaño de la población o universo

Z: parámetro de estadístico que depende del nivel de confianza 1.96

e: error de estimación aceptado

P: probabilidad de que ocurra el evento estudiado (éxito) 0.75

q: (1 - p) = probabilidad de que no ocurra el evento estudiado 0.25

$$n = \frac{N * 1.96_{\alpha}^2 * 0.25 * 0.75}{0.05^2 * (432 - 1) + 1.96_{\alpha}^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 173.08 \rightarrow 174$$

4.3.3. Criterios de Inclusión

- Estudiantes matriculados oficialmente en la Escuela Profesional de Psicología UNSAAC durante el periodo 2024-II
- Estudiantes que asisten regularmente a clases presenciales
- Estudiantes entre 16 y 35 años de edad
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente mediante consentimiento informado
- Estudiantes que comprendan y dominen el idioma español
- Estudiantes que tengan acceso y uso regular de redes sociales como mínimo 1 plataforma.

4.3.4. Criterios de Exclusión

- Para los criterios de exclusión, no se consideró a los estudiantes matriculados en las prácticas preprofesionales I y II en razón de no encontrarse dentro de las instalaciones donde se lleva a cabo la investigación.
- Estudiantes con matrícula condicional o irregular
- Estudiantes que presenten condiciones psicológicas o psiquiátricas diagnosticadas que afecten su capacidad de respuesta
- Estudiantes que no completen la totalidad de los instrumentos de investigación
- Estudiantes que se encuentren en periodo de licencia o suspensión temporal
- Estudiantes que manifiesten retiro voluntario durante el proceso de investigación

4.4. Técnicas de Recolección de Datos

En el presente estudio se empleó la técnica de la encuesta, dado que, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), esta constituye un método confiable y preciso para la recolección de datos en muestras de gran tamaño, así como en investigaciones desarrolladas en un único periodo de tiempo. En este sentido, la encuesta permite obtener información de manera sistemática y rigurosa, garantizando la precisión de los datos recopilados mediante un proceso aplicado de forma ordenada y en concordancia con los lineamientos metodológicos establecidos.

4.5. Instrumentos de Recolección de Datos

Los instrumentos que se usaron en esta investigación fueron: el cuestionario, que, según el autor (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014), menciona que, el cuestionario se

trata de un aglomerado de elementos que tienen la finalidad de responder las interrogantes que tienen las variables, así como redactar ítems y valoraciones polítómicas afines, además de estar estructuradas acordes al estudio.

Así mismo, para el presente estudio se utilizaron instrumentos validados, siendo que, para la variable dependencia emocional se aplicó el cuestionario de dependencia emocional formulada por Lemos y Londoño y para la segunda variable se utilizará el instrumento denominado Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) desarrollada por Escurra y Salas.

4.5.1. *Cuestionario de Dependencia Emocional – CDE*

Ficha Técnica 1: Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

Nombre del Instrumento: Cuestionario de Dependencia Emocional CDE

Autores: Lemos, M., & Londoño, N. H.

Año: 2006

Tiempo de Aplicación: 15 minutos

Forma de Aplicación: individual o colectiva.

Objetivo: Evaluar rasgos de dependencia emocional tanto en los participantes, así como en sus relaciones interpersonales, identificando comportamientos de sumisión, miedo al abandono y necesidad de aprobación.

Población objetivo: Adolescentes y adultos (a partir de 15 años).

Estructura:

Número de Ítems: la escala cuenta con 23 ítems.

Dimensiones: la escala cuenta con 6 dimensiones, detalladas a continuación:

1. Ansiedad de Separación.

2. Expresión Afectiva.

3. Modificación de Planes.

4. Miedo a la Soledad.

5. Expresión Límite.

6. Búsqueda de Atención

Tipo de escala: Likert de 6 puntos (1 = "Completamente falso de mí" a 6 = "Me describe perfectamente").

Validez y confiabilidad:

Validez de constructo: Este cuestionario fue validado bajo un riguroso juicio de expertos, quienes evaluaron la redacción, el contenido, la congruencia y la pertinencia de cada ítem, tal como muestra la Tabla 1. Así mismo, se utilizó el coeficiente de validez V de Aiken, el cual nos dio un valor de 0.96 visto en la Tabla 2, lo que significa que el Cuestionario de Dependencia Emocional es válido.

Tabla 1

Valoración de expertos del Cuestionario de Dependencia Emocional

Preguntas	Criterio	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	V
Ítem 1	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	4	5	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	3	5	5	5	0.92

Ítem 2	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 3	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 4	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	5	4	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	4	0.92
Ítem 5	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 6	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 7	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 8	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 9	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	4	5	5	0.92
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 10	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 11	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 12	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96

	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 13	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 14	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 15	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 16	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 17	Redacción	5	4	4	5	5	0.92
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 18	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 19	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 20	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 21	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 22	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 23	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96

Ítem 24	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	4	5	5	0.92
	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96

Tabla 2*Coeficiente de Validez V de Aiken del Cuestionario de Dependencia Emocional*

V de Aiken	N de ítems	N
0.96	23	5

Confiabilidad: Para conocer el nivel de confiabilidad del Cuestionario de Dependencia Emocional, se utilizó el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach (α), el cual se aplicó a una prueba piloto de 30 estudiantes, y posteriormente el total de la muestra, donde según la tabla 3, éste nos dio un valor de 0.939 indicando así una alta confiabilidad en el instrumento.

Tabla 3*Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach del Cuestionario de Dependencia Emocional*

Alfa de Cronbach	N de ítems	N
0.939	23	30

4.5.2. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales - ARS

Ficha Técnica 2: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Nombre del Instrumento: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Autores: Escurra, M., & Salas, E.

Año: 2014

Tiempo de Aplicación: 15 minutos

Forma de Aplicación: individual o colectiva.

Objetivo: Medir el grado de adicción a redes sociales, evaluando patrones de uso compulsivo, impacto en la vida cotidiana y síntomas de abstinencia.

Población objetivo: Adolescentes y adultos (a partir de 15 años).

Estructura:

Número de Ítems: la escala cuenta con 24 ítems.

Dimensiones: la escala cuenta con 3 dimensiones, detalladas a continuación

1. Obsesión por las redes sociales.
2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales.
3. Uso excesivo de las redes sociales.

Tipo de escala: Likert de 5 puntos (0 = "Nunca" a 4 = "Siempre")

Validez y confiabilidad:

Validez de constructo: Al igual que el primer instrumento de recolección de datos, este cuestionario fue validado bajo un minucioso juicio de expertos, quienes también evaluaron la redacción, el contenido, la congruencia y la pertinencia de cada ítem, tal como muestra la

Tabla 4. Del mismo modo, se utilizó el coeficiente de validez V de Aiken, el cual nos dio un valor de 0.96 visto en la Tabla 5, lo que significa que el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales es válido.

Tabla 4

Valoración de expertos del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Preguntas	Criterio	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	V
Ítem 1	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	4	4	5	5	5	0.92
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	3	5	5	5	0.92
Ítem 2	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 3	Redacción	5	3	5	5	5	0.92
	Contenido	5	3	5	5	5	0.92
	Congruencia	5	3	5	5	5	0.92
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 4	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	4	0.92
Ítem 5	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 6	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 7	Redacción	5	4	4	5	5	0.92
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 8	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96

Ítem 9	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 10	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 11	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 12	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 13	Redacción	5	4	4	5	5	0.92
	Contenido	5	4	4	5	5	0.92
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 14	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	4	5	5	0.92
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 15	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 16	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 17	Redacción	5	5	5	5	5	1
	Contenido	5	5	5	5	5	1
	Congruencia	5	5	4	5	5	0.96
	Pertinencia	5	5	5	5	5	1
Ítem 18	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 19	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96

	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 20	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	4	5	5	0.92
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 21	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	5	5	5	5	1
Ítem 22	Redacción	5	5	5	5	5	1
	Contenido	5	5	5	5	5	1
	Congruencia	5	5	5	5	5	1
	Pertinencia	5	5	5	5	5	1
Ítem 23	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96
Ítem 24	Redacción	5	4	5	5	5	0.96
	Contenido	5	4	5	5	5	0.96
	Congruencia	5	4	5	5	5	0.96
	Pertinencia	5	4	5	5	5	0.96

Tabla 5

Coeficiente de Validez V de Aiken del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

V de Aiken	N de ítems	N
0.96	24	30

Confiabilidad: Para conocer el nivel de confiabilidad del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales, se utilizó mismo procedimiento estadístico del anterior instrumento, se aplicó el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach (α), a una prueba piloto de 30 estudiantes, y posteriormente al total de la muestra (174,) dándonos un valor de 0.943 indicando así una alta confiabilidad en el instrumento.

Tabla 6

Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Alfa de Cronbach	N de ítems	N
0.943	24	30

4.6. Técnica de Procesamiento de Datos

Los datos obtenidos fueron procesados mediante el uso de herramientas digitales, tales como: Microsoft Office Excel 2021 y SPSS 27, donde se realizó el vaciado cuidadoso de los datos y su respectivo análisis los cuales están presentados detalladamente en el CAPITULO V, mediante tablas, diagramas y figuras, para una mayor facilidad en comprensión e interpretación de los resultados.

4.7. Matriz de Consistencia

Tabla 7

Matriz de Consistencia

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables y Dimensiones	Instrumentos
General: ¿Qué relación existe entre la dependencia emocional y la adicción a redes sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	General: Identificar la relación que existe entre la dependencia emocional y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	General: Existe relación entre la dependencia emocional y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	V1: Dependencia Emocional Dimensiones: <ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad de separación - Expresión afectiva - Modificación de planes - Miedo a la soledad 	V1: Cuestionario de dependencia emocional (CDE) de Lemos y Londoño, 2006.
Específicos: 1. ¿Existe relación entre la dimensión ansiedad de separación y la adicción a redes sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II? 2. ¿Existe relación entre la dimensión expresión afectiva y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	Específicos 1. Identificar si existe relación entre la dimensión ansiedad de separación y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II. 2. Identificar si existe relación entre la dimensión expresión afectiva y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	Especificas 1. Existe relación entre la dimensión ansiedad de separación y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II. 2. Existe relación entre la dimensión expresión afectiva y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	V2: Adicción a Redes Sociales Dimensiones: <ul style="list-style-type: none"> - Obsesión por las redes sociales. - Falta de control personal en el uso de las redes sociales 	V2: Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) Escurra y Salas, 2014.

3. ¿Existe relación entre la dimensión modificación de planes y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	3. Identificar si existe relación entre la dimensión modificación de planes y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	3. Existe relación entre la dimensión modificación de planes y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	- Uso excesivo de las redes sociales
4. ¿Existe relación entre la dimensión miedo a la soledad y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	4. Identificar si existe relación entre la dimensión miedo a la soledad y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	4. Existe relación entre la dimensión miedo a la soledad y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	
5. ¿Existe relación entre la dimensión expresión límite y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	5. Identificar si existe relación entre la dimensión expresión límite y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	5. Existe relación entre la expresión límite y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	
6. ¿Existe relación entre la dimensión búsqueda de atención y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II?	6. Identificar si existe relación entre la dimensión búsqueda de atención y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	6. Existe relación entre la dimensión búsqueda de atención y la adicción a redes sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.	

Nota. Elaboración propia.

Capítulo V

Resultados

5.1. Descripción sociodemográfica de la población

A continuación, describiremos de manera breve pero objetiva, las características sociodemográficas de la población partícipe en el presente trabajo de investigación, así pues, dicha población está distribuida en cuanto al sexo se refiere por un 66.7% de mujeres y otro 33,3% de varones tal como nos muestra la Tabla 7 y la Figura 1.

Tabla 8

Distribución muestral en relación al sexo

		N	%
Sexo	Masculino	58	33,3%
	Femenino	116	66,7%
Total		174	100,0%

Nota. Elaboración propia.

Figura 1

Distribución muestral en relación al sexo

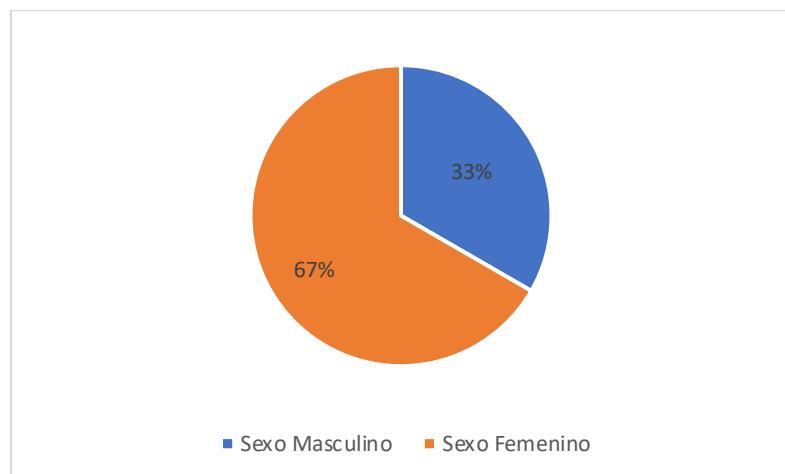
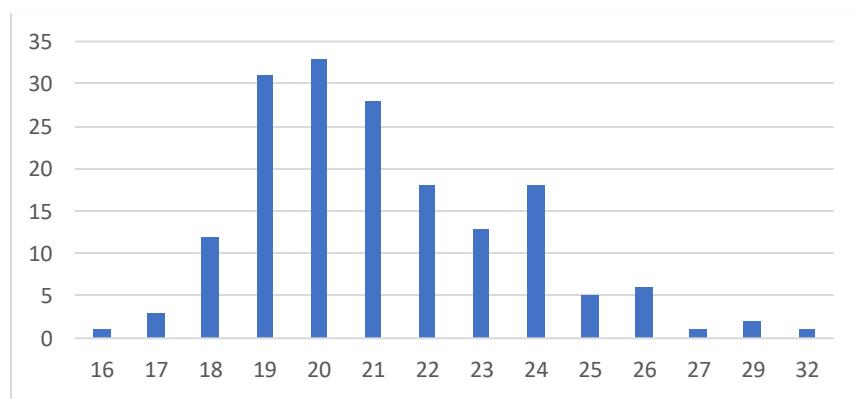


Tabla 9*Distribución muestral de acuerdo a la edad*

	N	%
Edad de los participantes	16	1 0,6%
	17	3 1,7%
	18	12 6,9%
	19	31 17,8%
	20	33 19,0%
	21	28 16,1%
	22	18 10,3%
	23	13 7,5%
	24	18 10,3%
	25	5 2,9%
	26	6 3,4%
	27	1 0,6%
	29	2 1,1%
	32	1 0,6%
Total		174 100.0%

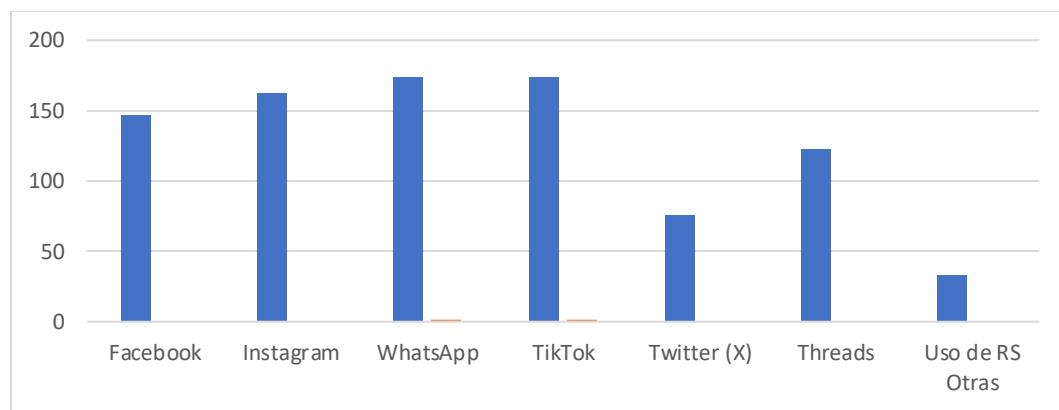
Nota. Elaboración propia**Figura 2***Distribución de la gráfica por edad*

Respecto a la edad, se puede observar que tanto la moda como la media de edad de los participantes oscila entre los 20 años, tal como se muestra en la tabla 9 y la figura 2.

Tabla 10*Uso de redes sociales*

		N	Porcentaje
¿Qué redes sociales más hace uso?	Facebook	147	84,5%
	Instagram	162	93,1%
	WhatsApp	174	100%
	TikTok	174	100%
	Twitter (X)	76	43,7%
	Threads	123	70,7%
	Uso de RS Otras	33	19,0%

Nota. Elaboración propia

Figura 3*Uso de las redes sociales más usadas por los participantes*

La Tabla 10 nos muestra que la red social más usada es WhatsApp, ya que el 100% de los participantes indicó que hace uso de esta plataforma por la fácil comunicación y difusión de información, además de su bajo costo, seguidamente vemos a TikTok con un 100%, que al igual que WhatsApp, todos los participantes señalaron que es la red social que más usan pero a diferencia de la primera, ésta la usan para pasar el tiempo; Instagram ocupa el tercer lugar con el 93,1% de usuarios y detrás de ella está Facebook con un 84,5%.

Tabla 11

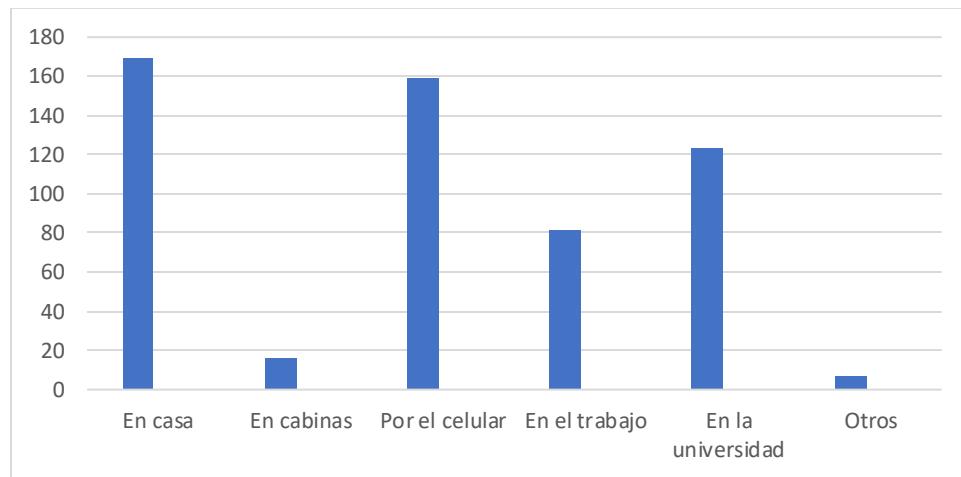
Medios y lugar donde se conecta a las redes sociales

	N	Porcentaje
En casa	169	97,1%
En cabinas	16	9,2%
¿Dónde se conecta más o que medios usa?		
Por el celular	159	91,4%
En el trabajo	82	47,1%
En la universidad	123	70,7%
Otros	7	4,0%

Nota. Elaboración propia.

Figura 4

Medios y lugar donde se conecta a las redes sociales



La tabla 11 y figura 4 nos muestran que la mayoría de participantes equivalente al 97,1% del total de los mismos, se conecta a las redes sociales estando en casa, estos en su mayoría lo hacen por medio del celular, siendo un 91,4% los que lo hacen, así mismo, un 70,7% aprovechan para revisar sus redes sociales en la Universidad, un 47,1% en el trabajo y una menor cantidad lo hacen en cabinas o por otros medios representado así un 9,2% y un 4,0% respectivamente.

Tabla 12*Caracterización de la muestra*

	Categoría	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Sexo	Masculino	58	33,3%
	Femenino	116	66,7%
Edad	16-20 años	80	43.3%
	21-25 años	82	45.8%
	26-30 años	9	8.6%
	>30 años	1	2.3%
Ciclo de Estudio	I-IV ciclo	87	50.0%
	V-VIII ciclo	71	40.7%
	IX-X ciclo	16	9.3%
Variable	Facebook	147	84,5%
	Instagram	162	93,1%
	WhatsApp	174	100%
	TikTok	174	100%
	Twitter (X)	76	43,7%
	Threads	123	70,7%
	Uso de RS Otras	33	19,0%
¿Dónde se conecta más o que medios usa?	En casa	169	97,1%
	En cabinas	16	9,2%
	Por el celular	159	91,4%
	En el trabajo	82	47,1%
	En la universidad	123	70,7%
	Otros	7	4,0%
Modalidad	Presencial	174	100%

Nota. Elaborado a partir del Registro Académico UNSAAC 2024-II

La recopilación de los datos permitió, además, realizar la tabla 12, la caracterización de la muestra, un resumen detallado en la se puede observar que la gran mayoría de los

participantes son jóvenes. Los grupos de 16-20 años (43.3%) y 21-25 años (45.8%) son los más numerosos, sumando conjuntamente el 89.1% de la muestra, por otro lado, la presencia de grupos de mayor edad es significativamente menor, los de 26-30 años representan solo el 8.6%, y los mayores de 30 años son un grupo testimonial, con solo 1 individuo (2.3%).

Respecto a la distribución de los ciclos de estudio en los que se encuentran los participantes, la distribución de éstos es bastante equilibrada en los primeros niveles. Los estudiantes de I a IV ciclo son los más numerosos (50.0%), seguidos de cerca por los de V a VIII ciclo (40.7%). Los estudiantes en fases avanzadas de la carrera (IX a X ciclo) son una clara minoría, representando solo el 9.3% de la muestra. Esto sugiere que la población estudiada se concentra en la primera mitad de su trayecto universitario, además se observa que, de manera absoluta, la totalidad de la muestra (174 individuos, 100%) estudia en la modalidad presencial.

5.2. Análisis descriptivo de las variables

Tabla 13

Dependencia Emocional

Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	23	61	137	78.7%
Regular	62	100	34	19.5%
Alto	101	138	3	1.7%
Total			174	100.0%

Nota. Elaboración propia

La tabla 13 de dependencia emocional, revela una distribución significativa donde 137 estudiantes, representando el 78.7% de la muestra, se ubican en el nivel bajo, lo que indica una capacidad predominante de autonomía emocional y vinculación saludable en las

relaciones interpersonales, lo cual sugiere que la mayoría de los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la UNSAAC demuestran una estructura emocional caracterizada por independencia y equilibrio afectivo, donde las relaciones no se fundamentan en una necesidad extrema de dependencia. Por otro lado, el 19,5% (34 estudiantes) se posicionan en un nivel regular de dependencia emocional, lo que implica la presencia de algunos rasgos de vinculación dependiente, pero sin constituir un patrón dominante y, únicamente el 1.7% (3 estudiantes) presenta un nivel alto de dependencia emocional, lo que estadísticamente representa un grupo minoritario, pero potencialmente vulnerable en términos de su estructura de relaciones interpersonales.

Figura 5

Niveles de Dependencia Emocional

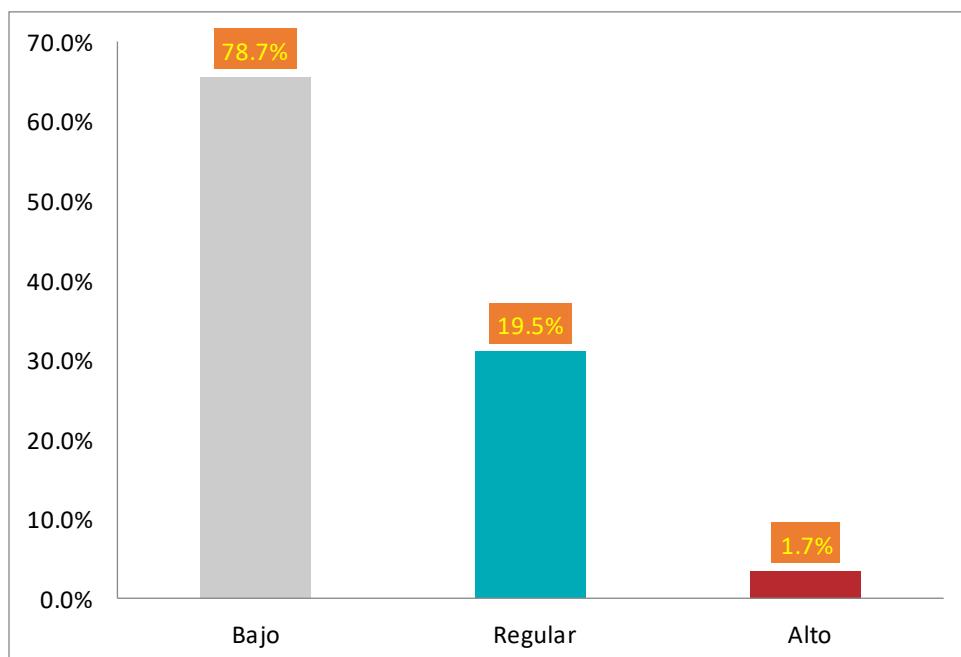
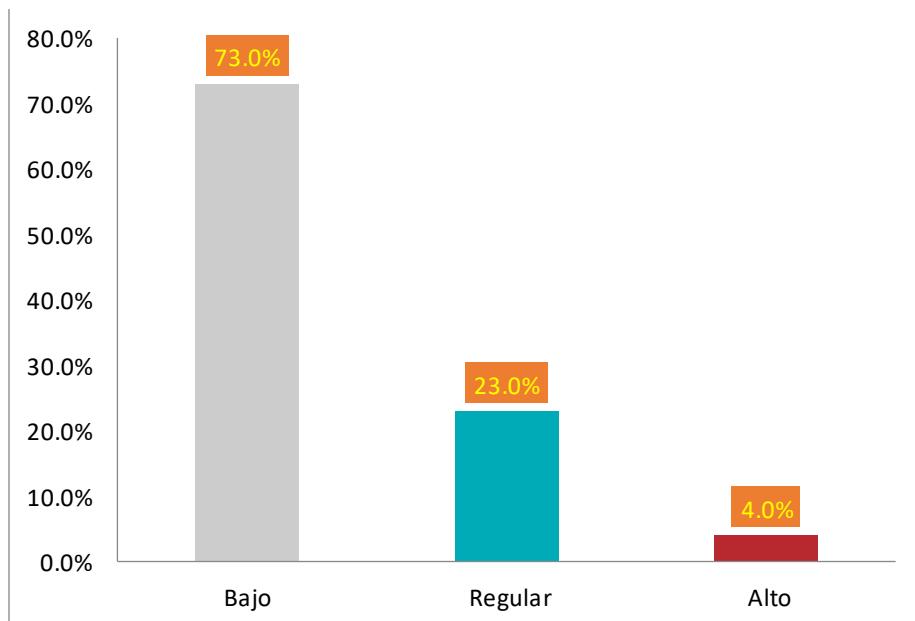


Tabla 14*Dimensión: Ansiedad de separación*

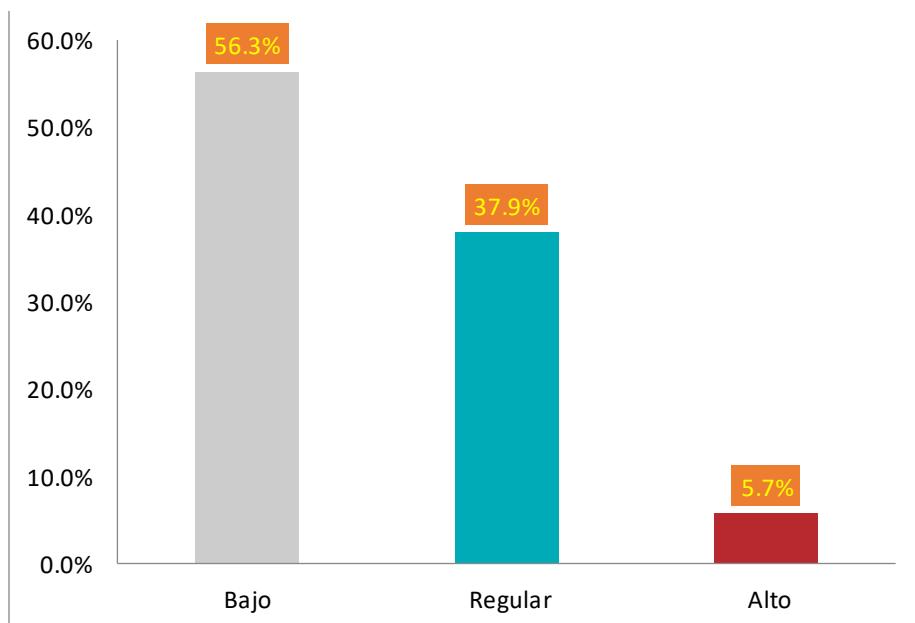
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	7	18	127	73.0%
Regular	19	31	40	23.0%
Alto	32	42	7	4.0%
Total			174	100.0%

Figura 6*Niveles en la dimensión: Ansiedad de separación*

En la dimensión de ansiedad de separación se observa que el 73.0% (127) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 23.0% (40) en nivel regular y un 4.0% (7) en nivel alto, situación que sugiere una capacidad predominante de manejar separaciones emocionales sin manifestar niveles elevados de angustia, lo que indica resiliencia y adaptabilidad frente a situaciones de distanciamiento.

Tabla 15*Dimensión: Expresión afectiva de la pareja*

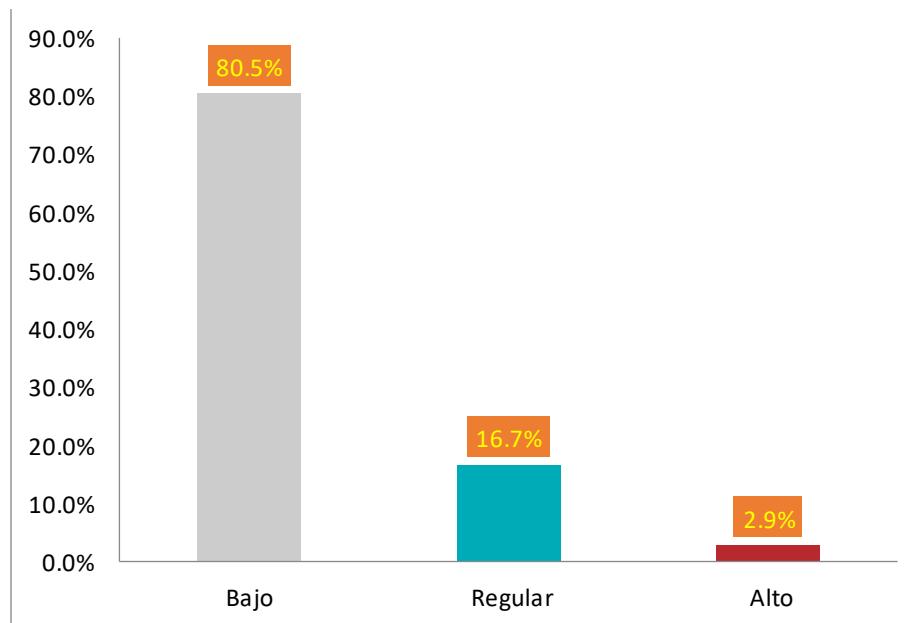
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	4	10	98	56.3%
Regular	11	18	66	37.9%
Alto	19	24	10	5.7%
Total			174	100.0%

Figura 7*Niveles en la dimensión: Expresión afectiva de la pareja*

En la dimensión de expresión afectiva se observa que el 56.3% (98) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 37.9% (66) en nivel regular y un 5.7% (10) en nivel alto, por ende, ello indica una capacidad significativa para manifestar emociones de manera equilibrada en las relaciones interpersonales.

Tabla 16*Dimensión: Modificación de planes*

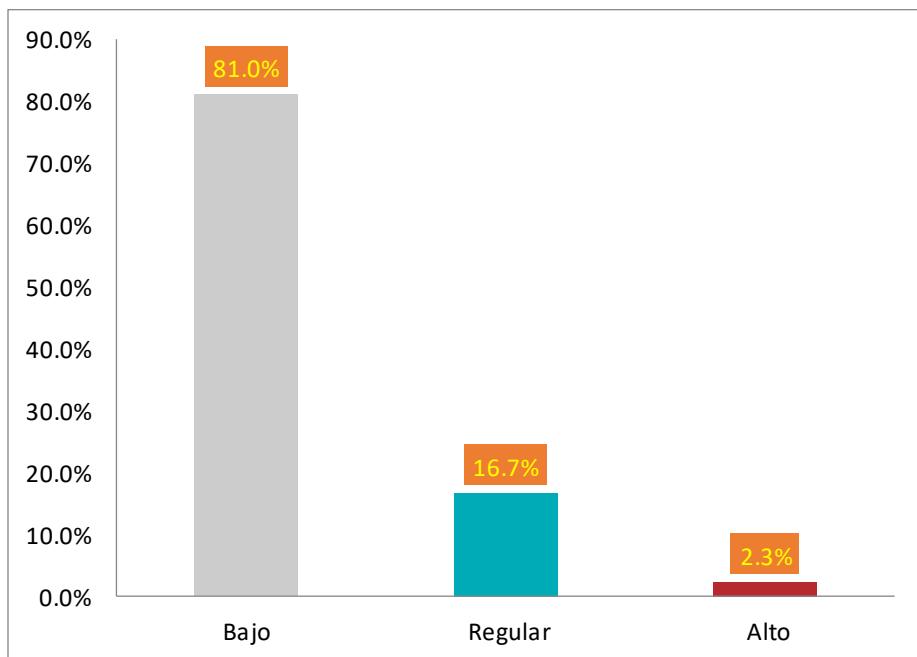
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	4	10	140	80.5%
Regular	11	18	29	16.7%
Alto	19	24	5	2.9%
Total			174	100.0%

Figura 8*Niveles en la dimensión: Modificación de planes*

En la dimensión de modificación de planes se observa que el 80.5% (140) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 16.7% (29) en nivel regular y un 2.9% (5) en nivel alto, por ende, se revela una capacidad predominante de mantener la autonomía en la planificación personal, sin modificar significativamente sus proyectos en función de influencias externas.

Tabla 17*Dimensión: Miedo a la soledad*

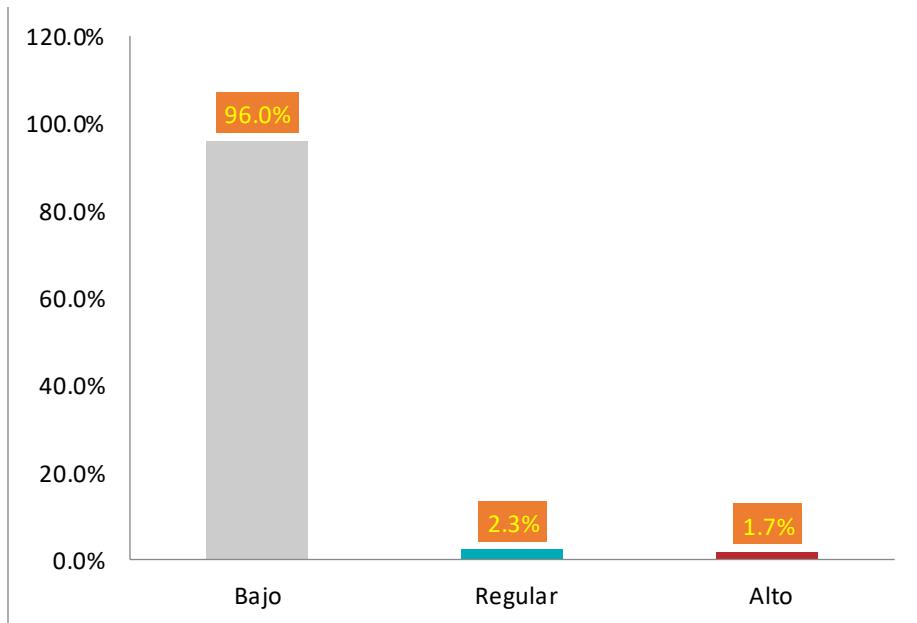
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	3	8	141	81.0%
Regular	9	14	29	16.7%
Alto	15	18	4	2.3%
Total			174	100.0%

Figura 9*Niveles en la dimensión: Miedo a la soledad*

En la dimensión de Miedo a la Soledad se observa que el 81.0% (141) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 16.7% (29) en nivel regular y un 2.3% (4) en nivel alto, por ende, esta distribución indica una capacidad significativa para manejar períodos de soledad sin experimentar angustia, lo que refleja un desarrollo emocional saludable.

Tabla 18*Dimensión: Expresión límite*

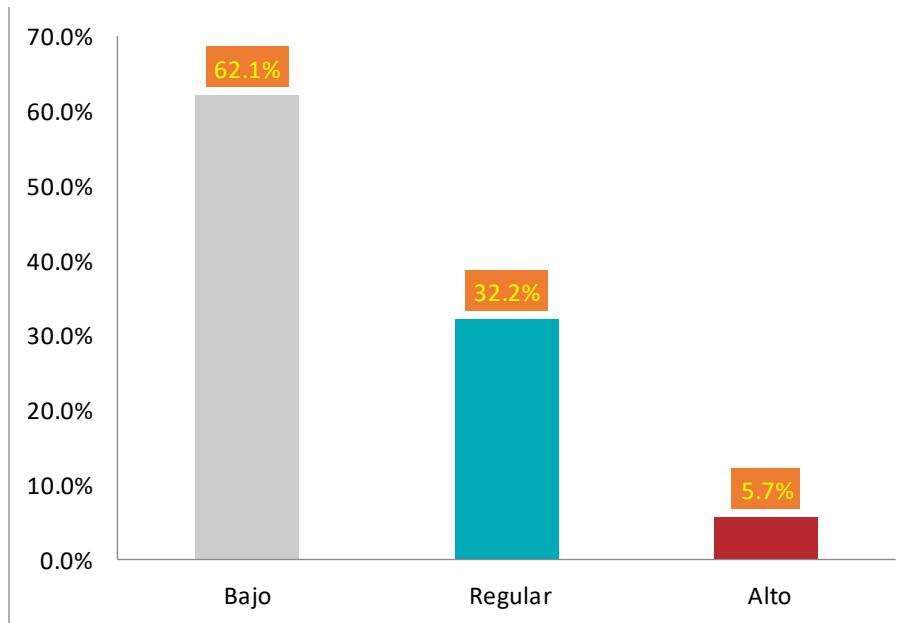
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	3	8	167	96.0%
Regular	9	14	4	2.3%
Alto	15	18	3	1.7%
Total			174	100.0%

Figura 10*Niveles en la dimensión: Expresión límite*

En la dimensión de expresión límite se observa que el 96.0% (167) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 2.3% (4) en nivel regular y un 1.7% (3) en nivel alto. Esta distribución muestra una capacidad extraordinariamente alta para establecer y mantener límites emocionales claros y saludables en las relaciones interpersonales.

Tabla 19*Dimensión: Búsqueda de atención*

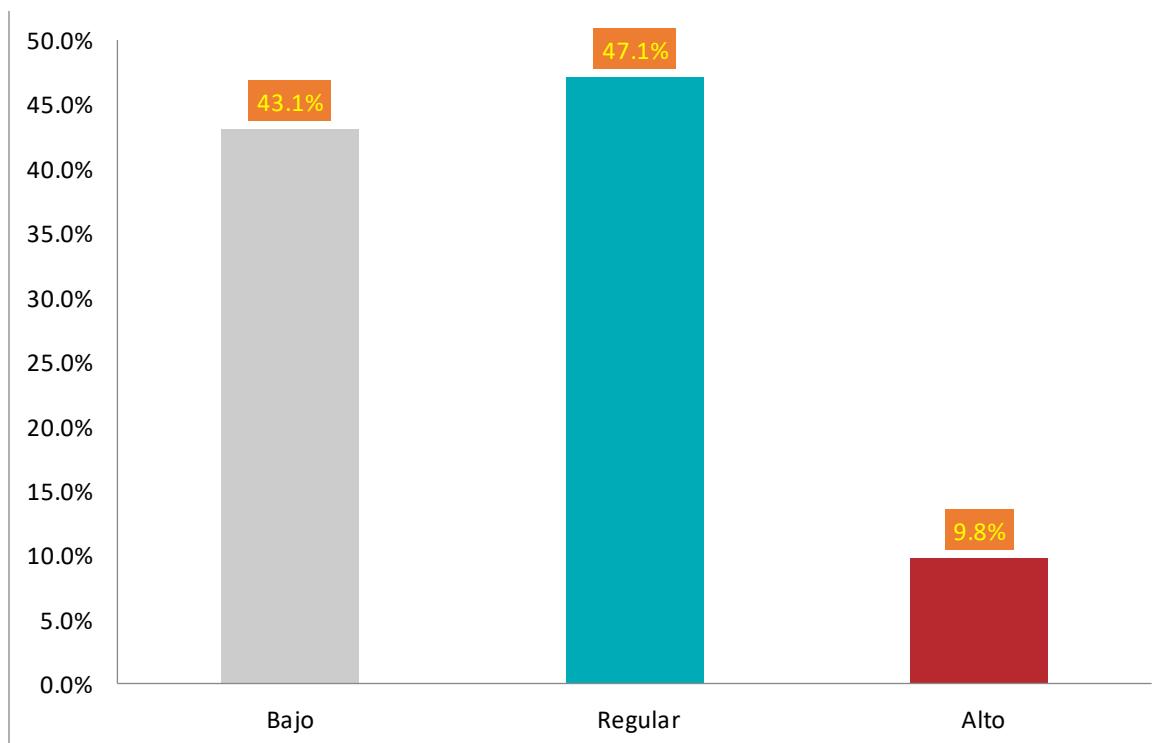
Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	2	5	108	62.1%
Regular	6	9	56	32.2%
Alto	10	12	10	5.7%
Total			174	100.0%

Figura 11*Niveles en la dimensión: Búsqueda de atención*

En la dimensión de Búsqueda de Atención se observa que el 62.1% (108) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 32.2% (56) en nivel regular y un 5.7% (10) en nivel alto, por lo que esta distribución indica una capacidad predominante de no depender de la validación externa o necesidad constante de atención.

Tabla 20*Adicción a las redes sociales*

Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	0	31	75	43.1%
Regular	32	63	82	47.1%
Alto	64	96	17	9.8%
Total			174	100.0%

Figura 12*Niveles de Adicción a Redes Sociales*

En la distribución de niveles de adicción a las redes sociales se observa que, 75 estudiantes (43,1%) se ubican en un nivel bajo de adicción, lo que indica un uso controlado y consciente de las plataformas digitales, por ende, mantienen una relación equilibrada con las tecnologías, sin mostrar patrones de consumo compulsivo o dependencia digital, por otro lado,

el 47.1% (82 estudiantes) se posicionan en un nivel regular de adicción, lo que sugiere un uso moderado pero potencialmente en riesgo de incrementarse, representando un segmento que requiere especial atención en términos de intervención y prevención de comportamientos adictivos digitales y, solo el 9.8% (17 estudiantes) presenta un nivel alto de adicción, lo cual, inferir que mientras la mayoría de los estudiantes mantiene un uso relativamente controlado de redes sociales, existe un porcentaje considerable en un nivel de uso que podría derivar en comportamientos adictivos si no se implementan estrategias de intervención temprana.

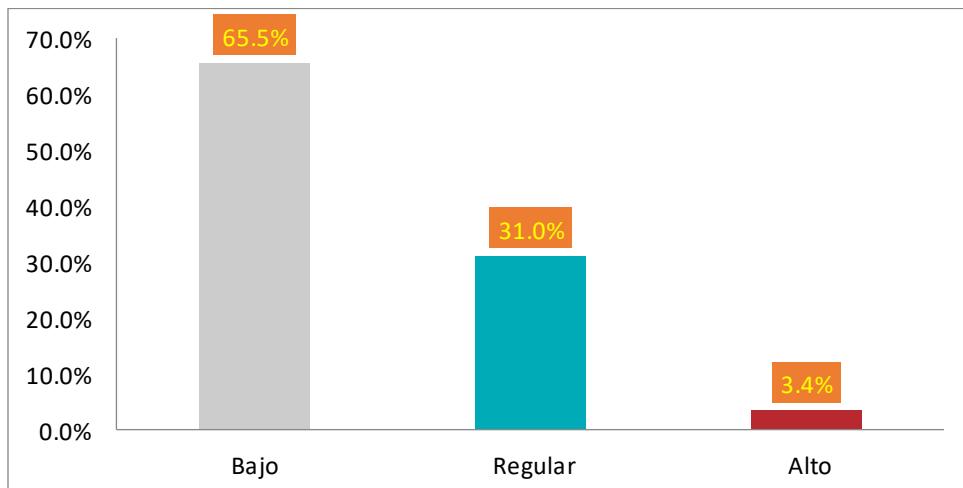
Tabla 21

Dimensión: Obsesión por las redes sociales

Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	0	13	114	65.5%
Regular	14	27	54	31.0%
Alto	28	40	6	3.4%
Total			174	100.0%

Figura 13

Niveles en la dimensión: Obsesión por las redes sociales



En la dimensión de Obsesión por las Redes Sociales se observa que el 65.5% (114) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido del 31.0% (54) en nivel regular y un 3.4% (6) en nivel alto, lo cual indica una capacidad predominante de mantener un distanciamiento crítico y no obsesivo de las redes sociales, lo que sugiere un uso consciente y controlado de las plataformas digitales.

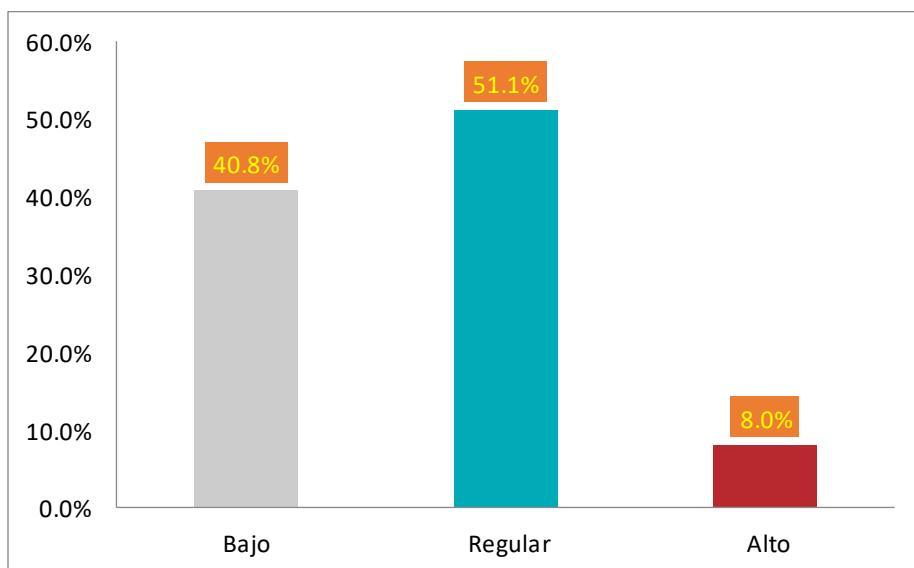
Tabla 22

Dimensión: Falta de control personal en el uso de redes sociales

Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	0	8	71	40.8%
Regular	9	17	89	51.1%
Alto	18	24	14	8.0%
Total			174	100.0%

Figura 14

Niveles en la dimensión: Falta de control en el uso de redes sociales



En la dimensión de Falta de Control Personal en el Uso de Redes Sociales se observa que el 40.8% (71) de estudiantes presentó un nivel bajo, seguido de un 51.1% (89) en nivel regular y un 8.0% (14) en nivel alto, lo cual revela una situación más compleja, donde la mayoría de los estudiantes se ubica en un nivel regular de control, lo que sugiere cierta vulnerabilidad en la gestión del uso de redes sociales.

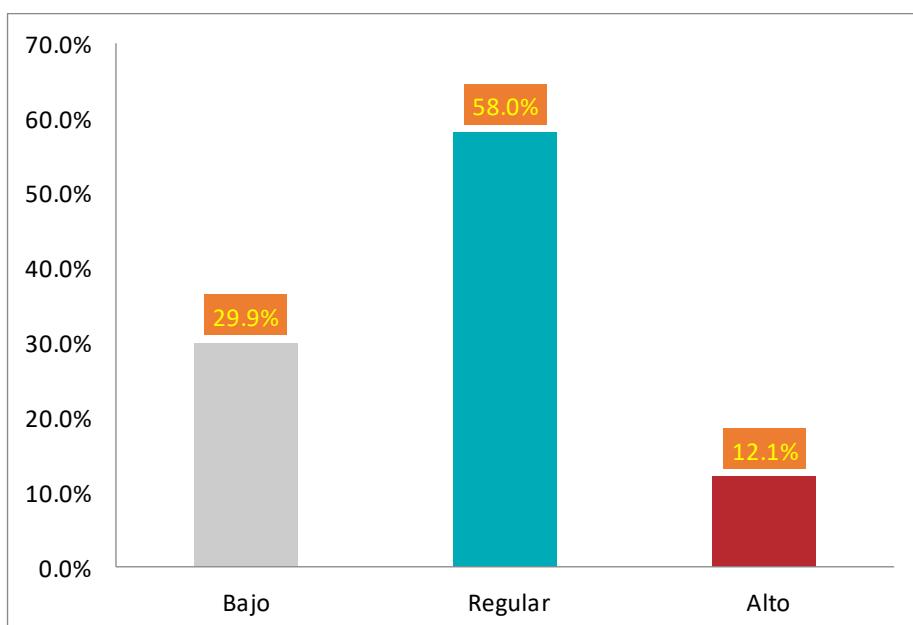
Tabla 23

Dimensión: Uso excesivo de redes sociales

Calificación	Rango		Frec.	%
	Desde	Hasta		
Bajo	0	10	52	29.9%
Regular	11	22	101	58.0%
Alto	23	32	21	12.1%
Total			174	100.0%

Figura 15

Niveles en la dimensión: Uso excesivo de redes sociales



En la dimensión de uso excesivo de redes sociales se observa que el 29.9% (52) de estudiantes presentaron un nivel bajo, seguido de un 58.0% (101) en nivel regular y un 12.1% (21) en nivel alto, en este sentido, una mayoría significativa en nivel regular de uso excesivo, lo que sugiere un consumo de redes sociales que podría estar bordeando los límites de un uso saludable.

Tabla 24

Tabla cruzada Género y Dependencia Emocional

Género	Masculino	Dependencia emocional			Total
		Bajo	Regular	Alto	
Femenino	Recuento	46	10	2	58
	% del total	26,4%	5,7%	1,1%	33,3%
Total	Recuento	91	24	1	116
	% del total	52,3%	13,8%	0,6%	66,7%
	Recuento	137	34	3	174
	% del total	78,7%	19,5%	1,7%	100,0%

En la distribución de la dependencia emocional según género se observa que el 52.3% (91) de mujeres presentan un nivel bajo, seguido del 13.8% (24) en nivel regular y un 0.6% (1) en nivel alto, en el caso de los hombres, el 26.4% (46) presenta un nivel bajo, el 5.7% (10) en nivel regular y el 1.1% (2) en nivel alto, por tanto, los hombres muestran una proporción relativamente mayor de dependencia emocional, con un 6.8% distribuido entre niveles regular

y alto, mientras que las mujeres presentan solo un 14.4% en estos mismos niveles, lo que indica una mayor tendencia a la dependencia emocional en el género masculino de la muestra.

Tabla 25

Tabla cruzada Género y Adicción a las Redes Sociales

		Adicción a las redes sociales			Total	
Género	Masculino	Bajo	Regular	Alto		
		Recuento	27	25	6	58
		% del total	15,5%	14,4%	3,4%	33,3%
		Recuento	48	57	11	116
		% del total	27,6%	32,8%	6,3%	66,7%
		Recuento	75	82	17	174
		% del total	43,1%	47,1%	9,8%	100,0%

En la distribución de la adicción a las redes sociales según género se observa que el 27.6% (48) de mujeres presentan un nivel bajo, el 32.8% (57) en nivel regular y un 6.3% (11) en nivel alto, en el caso de los hombres, el 15.5% (27) presenta un nivel bajo, el 14.4% (25) en nivel regular y el 3.4% (6) en nivel alto. En consecuencia, las mujeres muestran una mayor proporción de adicción a redes sociales, con un 39.1% distribuido entre niveles regular y alto, mientras que los hombres presentan un 17.8% en estos mismos niveles, lo que indica una tendencia más marcada a la adicción de redes sociales en el género femenino de la muestra.

5.3. Análisis inferencial

Considerando el tamaño de la muestra de 174 participantes, se empleó la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, recomendada para muestras grandes ($n>50$), por lo que, este análisis permitió determinar si la distribución de los datos se ajustaba a una curva normal, estableciendo como hipótesis nula la existencia de normalidad en la distribución, y como hipótesis alternativa la ausencia de esta, además, la evaluación se realizó con un nivel de significancia del 5% ($\alpha=0.05$), donde valores p menores a este umbral conducen al rechazo de la hipótesis nula.

Tabla 26

Prueba de normalidad

Kolmogórov-Smirnov			
Elementos	Estadístico	gl	Sig.
Dependencia emocional	0.100	174	0.000
Ansiedad de separación	0.121	174	0.000
Expresión afectiva	0.136	174	0.000
Modificación de planes	0.168	174	0.000
Miedo a la soledad	0.160	174	0.000
Expresión límite	0.273	174	0.000
Búsqueda de atención	0.129	174	0.000
Adición a las redes sociales	0.072	174	0.027

Los resultados obtenidos mostraron valores de significancia menores a 0.05 tanto para la variable dependencia emocional ($p=0.000$) como para la adicción a las redes sociales ($p=0.000$), evidenciando que los datos no seguían una distribución normal. Este hallazgo fue determinante para la selección de las pruebas estadísticas subsecuentes, orientando el análisis hacia métodos no paramétricos, específicamente el coeficiente de correlación de Spearman, para el análisis inferencial de las hipótesis planteadas.

Tabla 27

Escala para la interpretación del coeficiente de correlación de Spearman

Valor de Rho	Calificación
-1	Correlación negativa grande o perfecta
-0.90 a -0.99	Correlación negativa muy alta
-0.70 a -0.89	Correlación negativa alta
-0.40 a -0.69	Correlación negativa moderada
-0.20 a -0.39	Correlación negativa baja
-0.01 a -0.19	Correlación negativa muy baja
0.00	Correlación nula
+0.01 a +0.19	Correlación positiva muy baja
+0.20 a +0.39	Correlación positiva baja
+0.40 a +0.69	Correlación positiva moderada
+0.70 a +0.89	Correlación positiva alta
+0.90 a +0.99	Correlación positiva muy alta
+1	Correlación positiva grande o perfecta

Esta escala, al igual que el coeficiente de Pearson, adopta valores que van entre +1 y -1, indicando así el tipo de correlación, ya sea positiva (relación directa), negativa (relación inversa) o cero (que indica correlación nula). Martínez y Campos (2015).

5.3.1. Comprobación de hipótesis general

Este objetivo está dirigido a determinar la relación que existe entre la Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II

Ha: Existe relación entre la Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II.

Ho: No existe relación entre la Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC durante el periodo de estudios 2024-II.

Tabla 28

Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales

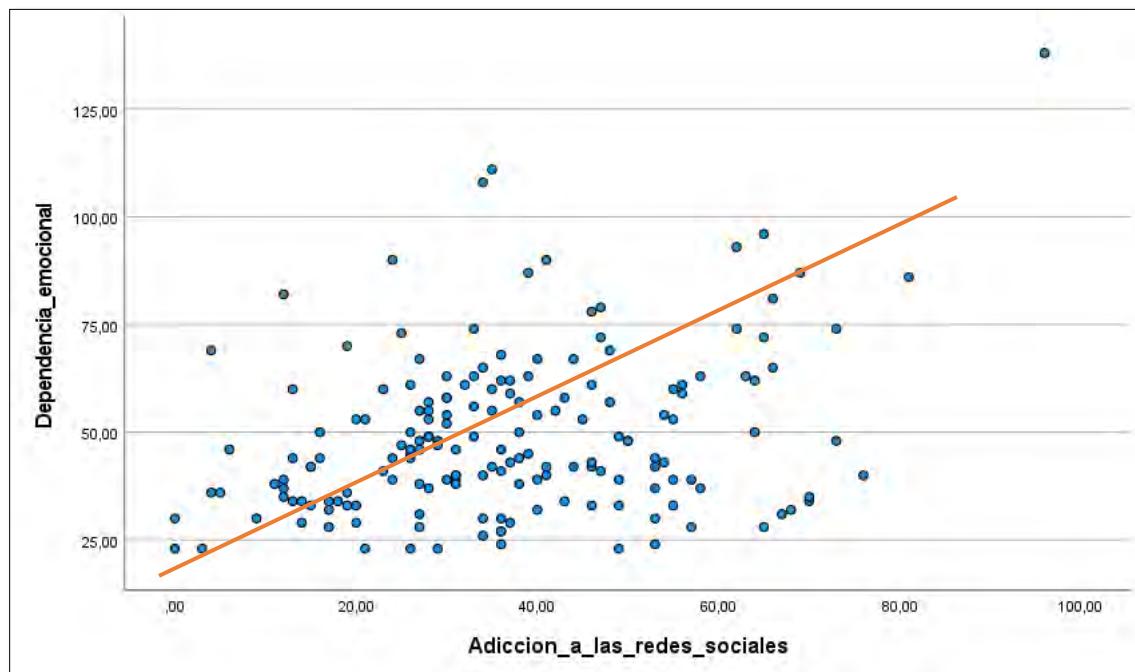
Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Dependencia Emocional	0.001	0.243	174

El análisis global de la dependencia emocional revela una relación estadísticamente significativa con la Adicción a las Redes Sociales, con un valor p de 0.001 y un coeficiente Rho de Spearman de 0.243, por ende, se confirma que existe una correlación positiva baja

entre ambas variables, lo que sugiere que la dependencia emocional puede ser un factor influyente en el desarrollo de comportamientos adictivos en las redes sociales.

Figura 16

Diagrama de Dispersion



5.3.2. Comprobación de hipótesis específicas 01

O_{e1}: Identificar si existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024-II.

H_{a1}: Existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H₀₁: No existe relación entre la dimensión Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 29

Ansiedad de Separación y Adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Ansiedad de Separación	0.011	0.191	174

El análisis estadístico de la dimensión Ansiedad de Separación revela una relación significativa con la Adicción a las Redes Sociales, evidenciada por un valor p de 0.011 ($p < 0.05$), que permite rechazar la hipótesis nula, además, el coeficiente de calificación Rho de Spearman de 0.191 indica una relación positiva baja pero estadísticamente significativa, lo que sugiere que los estudiantes con mayores niveles de ansiedad de separación tienden a desarrollar comportamientos más marcados de adicción a las redes sociales. Este hallazgo implica que la necesidad de mantener conexiones constantes y el miedo al distanciamiento emocional pueden manifestarse a través de un uso más intenso de plataformas digitales, donde los individuos buscan una sensación de cercanía y seguridad emocional mediante interacciones virtuales continuas.

5.3.3. Comprobación de hipótesis específicas 02

O_{e2}: Identificar si existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024-II.

H_{a2}: Existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva de la pareja y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H₀₂: No existe relación entre la dimensión Expresión Afectiva de la pareja y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 30

Expresión Afectiva y Adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Expresión Afectiva	0.004	0.217	174

Los resultados correspondientes a la dimensión Expresión Afectiva muestran una relación estadísticamente significativa con la Adicción a las Redes Sociales, con un valor p de 0.004 ($p < 0.05$) y un coeficiente Rho de Spearman de 0.217, que indica una correlación positiva baja. Esta evidencia sugiere que los estudiantes con dificultades para expresar afectivamente sus emociones en entornos presenciales podrían encontrar en las redes sociales un medio alternativo para comunicar y manifestar sus sentimientos, utilizando estas plataformas como un espacio de expresión emocional más cómodo y menos intimidante.

5.3.4. Comprobación de hipótesis específicas 03

O_{e3}: Identificar si existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024-II.

H_{a3}: Existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H_{o3}: No existe relación entre la dimensión Modificación de Planes y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 31

Modificación de Planes y Adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Modificación de Planes	0.001	0.248	174

El análisis de la dimensión Modificación de Planes presenta una relación estadísticamente significativa con la Adicción a las Redes Sociales, confirmada por un valor p de 0.001 ($p < 0.05$) y un coeficiente Rho de Spearman de 0.248, que representa una correlación positiva baja. Por lo tanto, este resultado indica que los estudiantes que tienden a modificar frecuentemente sus planes en función de influencias externas o sociales muestran una mayor propensión a la adicción a las redes sociales.

5.3.5. Comprobación de hipótesis específicas 04

O_{e4}: Identificar si existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024-II.

H_{a4}: Existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H_{o4}: No existe relación entre la dimensión Miedo a la Soledad y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 32

Miedo a la Soledad y Adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Miedo a la Soledad	0.009	0.197	174

La dimensión miedo a la soledad presenta una relación estadísticamente significativa con la Adicción a las Redes Sociales, evidenciada por un valor p de 0.009 ($p < 0.05$) y un coeficiente Rho de Spearman de 0.197, que indica una correlación positiva muy baja. Por tanto, este hallazgo sugiere que los estudiantes con un temor más pronunciado a la soledad desarrollan estrategias de conexión digital más intensas, utilizando las redes sociales como un mecanismo de compensación para evitar sentimientos de aislamiento.

5.3.6. Comprobación de hipótesis específica 05

- **Oe5:** Identificar si existe relación entre la dimensión Expresión Límite y la Adicción a las Redes Sociales alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024-II.

H₀₅: Existe relación entre la dimensión Expresión Límite y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H₀₅: No existe relación entre la dimensión Expresión Límite y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 33

Expresión Límite y adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Expresión Límite	0.028	0.166	174

La dimensión Expresión Límite muestra una relación estadísticamente significativa pero muy baja con la Adicción a las Redes Sociales, con un valor p de 0.028 ($p < 0.05$) y un coeficiente Rho de Spearman de 0.166, por ende, este resultado sugiere que los estudiantes con dificultades para establecer límites personales y emocionales podrían encontrar en las redes sociales un espacio donde pueden experimentar con diferentes formas de interacción y expresión, sin las restricciones tradicionales de los encuentros presenciales.

5.3.7. Comprobación de hipótesis específica 06

- **Oe₆:** Identificar si existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y la Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la carrera profesional de Psicología en la UNSAAC 2024-II.

H_{a6}: Existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

H₀₆: No existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la Escuela Profesional de Psicología en la UNSAAC que cursaron el semestre académico 2024 -II.

Tabla 34

Búsqueda de Atención y adicción a las Redes Sociales

Dimensión	Adicción a las Redes Sociales		
	P. valor	Rho	N
Búsqueda de Atención	0.337	0.073	174

En la dimensión búsqueda de atención, se obtuvo un valor p de 0.337, superior al nivel de significancia de 0.05, lo que implica que no se encuentra una relación estadísticamente significativa con la Adicción a las Redes Sociales, por lo que, sugiere que, para esta muestra específica de estudiantes de Psicología, la necesidad de obtener atención no constituye necesariamente un factor determinante en el uso y adicción a las plataformas digitales, indicando que pueden existir motivaciones más complejas y multifactoriales en el comportamiento de uso de redes sociales.

Capítulo VI

Discusión

Los hallazgos relacionados con el objetivo general permitieron comprobar que la dependencia emocional mantiene una relación positiva con la Adicción a las Redes Sociales ($\text{Rho}=0.243$, $p=0.001$), evidenciando una relación estadísticamente significativa, aunque de intensidad baja moderada. Este resultado sugiere que la dependencia emocional constituye un factor influyente en el comportamiento de uso de redes sociales, donde los estudiantes de Psicología de la UNSAAC encuentran en las plataformas digitales un espacio de compensación y vinculación emocional. El hallazgo encuentra respaldo en investigaciones previas de Momeñe J. et al. (2021), que identifican una relación positiva entre el consumo de sustancias y la dependencia emocional, así mismo, concuerdan con Gutiérrez & Vásquez (2019) que destacaron las modificaciones en las relaciones interpersonales mediadas por medios electrónicos. Alarcón y Salas (2021) documentaron correlaciones negativas entre adicción a redes sociales e inteligencia emocional, complementando nuestra comprensión de la complejidad del fenómeno. Por otro lado, Clemente, Guzmán & Salas (2019) corroboraron la relación significativa entre adicción a redes sociales e impulsividad, añadiendo profundidad a la comprensión de los comportamientos digitales.

Los hallazgos relacionados con el primer objetivo específico, correspondiente a la dimensión Ansiedad de Separación, permitieron comprobar su relación con la Adicción a las Redes Sociales ($\text{Rho}=0.191$, $p=0.011$), revelando una compensación positiva significativa. Se identificaron características críticas donde los estudiantes utilizan las plataformas digitales como mecanismo de reducción de la ansiedad asociada con la separación, generando una conectividad permanente que mitiga los sentimientos de distanciamiento emocional. Este

hallazgo encuentra fundamento en estudios de Yábar (2019) evidencia correlaciones entre dependencia emocional y manifestaciones interpersonales, sugiriendo mecanismos similares de correlación. Gutiérrez & Vásquez (2019) identifican factores de riesgo personal y social en el uso de redes sociales, así mismo, Vásquez, J. et al. (2023) destacaron que existe una relación significativa entre la dependencia emocional y las actitudes sobre el amor, especialmente en tipos como ludus ($\rho=0.405$), y manía ($\rho=0.391$).

Los resultados vinculados al segundo objetivo específico, referente a la Expresión Afectiva, presentaron una relación positiva moderada con la Adicción a las Redes Sociales ($\text{Rho}=0.217$, $p=0.004$). Se evidenciaron dificultades significativas en la expresión emocional presencial, donde las plataformas digitales se configuran como un espacio alternativo de comunicación, permitiendo a los estudiantes ensayar y experimentar formas de vinculación menos intimidantes. Este hallazgo se respalda en investigaciones de Alarcón y Salas (2021) documentaron correlaciones negativas entre adicción a redes sociales e inteligencia emocional, especialmente en aspectos de regulación emocional, también concuerdan con Momeñe J. et al. (2021) quienes identifican el papel mediador de la regulación emocional y los estilos de apego en la relación entre la dependencia emocional y el consumo de sustancias. Por otra parte, Yábar (2019) reveló una elevación moderada entre dependencia emocional y manifestaciones interpersonales y, por último, Clemente, Guzmán & Salas (2019) encontraron relaciones significativas entre comportamientos digitales e impulsividad, sugiriendo mecanismos complejos de expresión.

Los hallazgos relacionados con el tercer objetivo específico, correspondiente a la Modificación de Planes, mostraron una relación positiva significativa con la Adicción a las Redes Sociales ($\text{Rho}=0.248$, $p=0.001$). Se observó cómo los estudiantes desarrollan una

flexibilidad extrema en su planificación personal, adaptando constantemente sus dinámicas en función de estímulos e interacciones virtuales. Este resultado encuentra convergencia con estudios de Clemente, Guzmán & Salas (2019), que, como se mencionó, la relación significativa entre la adicción y redes sociales e impulsividad ayudan a comprender esta conducta impulsiva de modificar sus propios planes para estar con la pareja.

Los resultados vinculados al cuarto objetivo específico, referente al Miedo a la Soledad, revelaron una relación positiva con la Adicción a las Redes Sociales ($\text{Rho}=0.197$, $p=0.009$). Se identificaron estrategias de compensación donde las plataformas digitales funcionan como un mecanismo para evitar sentimientos de aislamiento, generando una conectividad permanente que mitiga la angustia asociada con la soledad. Este hallazgo se respalda en investigaciones de Alarcón y Salas (2021) revelaron correlaciones entre adicción a redes sociales e inteligencia emocional, sugiriendo mecanismos de compensación, así mismo, Solano & Ccorahua (2021) identifican asociaciones entre impacto psicológico y dependencia de redes sociales durante la pandemia. De igual forma, Momeñe J. et al. (2021) observaron que los estilos de apego funcionan como un regulador emocional respecto a la dependencia emocional. Clemente, Guzmán & Salas (2019) corroboraron relaciones significativas entre comportamientos digitales y características individuales.

El quinto objetivo específico, correspondiente a la Expresión Límite, mostró una relación estadísticamente significativa pero débil ($\text{Rho}=0.166$, $p=0.028$), sugiriendo que las redes sociales representan un espacio de experimentación donde los estudiantes pueden ensayar diferentes formas de expresión e interacción sin las restricciones de los encuentros presenciales. Estos hallazgos son similares a los de Yábar (2019) quien reveló correlaciones entre dependencia emocional y manifestaciones interpersonales, sugiriendo la complejidad de

los límites emocionales, por otro lado, Gutiérrez & Vásquez (2019) identifican factores de riesgo personal y social en el uso de redes sociales, además, Vásquez, J. et al. (2023), encontraron que los tipos de actitudes sobre el amor tiene una correlación significativa con la Dependencia Emocional.

Finalmente, el sexto objetivo específico, referente a la Búsqueda de Atención, no presentó una relación estadísticamente significativa ($p=0.337$), indicando que, para esta muestra específica, la necesidad de atención no constituye un factor determinante en la adicción a redes sociales. Estos hallazgos son similares a los de Encinas (2021) en Trujillo identificó diversos niveles de adicción a redes sociales, sugiriendo que no todos los comportamientos digitales siguen patrones uniformes, mientras que, Alarcón y Salas (2021) documentaron correlaciones complejas entre adicción a redes sociales e inteligencia emocional. Por otro lado, Bustamante (2021) encontró correlaciones negativas bajas entre adicción a redes sociales y habilidades sociales. Lope y Concha (2020) observaron que no existe una correlación significativa entre la adicción a redes sociales y su tipo caracterológico, pero que, si existe una predominancia en los tipos flemático, amorfo y nervioso, lo que se alinea con nuestra comprensión de la búsqueda de atención.

Capítulo VII

Conclusiones y Resultados

7.1. Conclusiones

Primero. Se identificó que el tipo de correlación existente entre las variables estudiadas es una relación directa débil, pero con un nivel de significancia alta con un valor p de 0,01 para el coeficiente de Spearman. De esto se infiere que a mayor el nivel de dependencia emocional, mayor es la adicción a redes sociales.

Segundo. Respecto al primer objetivo específico, se halló que la dimensión Ansiedad por Separación, tiene un tipo de correlación positiva con la variable Adicción a Redes Sociales, lo cual se interpreta, que las personas que tienen miedo a perder a su pareja, se refugian en cierta medida en las redes sociales.

Tercero. En cuanto al segundo objetivo, encontramos que la dimensión Expresión Afectiva, tiene una correlación positiva con la Adicción a Redes Sociales, ya que, al ser esta dimensión la necesidad de que tu pareja te exprese afecto, se intuye que ésta se demuestre por medios de mensaje de texto o llamadas en ausencia de la pareja, lo que aumentaría en menor medida, pero significativamente la Adicción a las Redes Sociales.

Cuarto. Aquí hablamos de la dimensión Modificación de Planes, por lo que se halló que esta dimensión presenta una relación estadísticamente significativa con la Adicción a Redes Sociales, lo que nos sugiere que los dependientes emocionales tienden a cambiar sus planes en función de influencias externas o sociales que le permitan estar con la pareja, siendo estas influencias las Redes Sociales.

Quinto. La dimensión Miedo a la Soledad también presenta una correlación positiva con la variable Adicción a Redes Sociales, por lo que se concluye que las personas que tienen miedo a no sentirse amados o aceptados, buscan conexiones digitales más intensas donde encuentra una falsa compañía y un lugar donde ser aceptado.

Sexto. Expresión Límite, esta dimensión posee una relación directa, aunque muy débil, con la Adicción a las Redes Sociales, lo que nos demuestra que las personas dependientes pueden hacer uso de las diversas plataformas digitales para expresar sus sentimientos sin las restricciones que suponen encuentros personales.

Séptimo. El último objetivo específico, responde a si existe relación entre la dimensión Búsqueda de Atención y la Adicción a Redes Sociales, por lo que en este punto se halló que no existe correlación significativa entre esta dimensión con la variable, lo que nos indica que para esta muestra específica, la adicción a redes sociales no es un factor determinante en la búsqueda de atención de los participantes.

7.2. Recomendaciones

Primero. Aunque los resultados indicaron una correlación baja, su significancia estadística sugiere que estos fenómenos están vinculados en cierta medida, por ende, es una problemática presente en nuestra sociedad, por lo que se recomienda diseñar e implementar programas de prevención y psicoeducación dirigidos a adolescentes y jóvenes, con el fin de promover un uso consciente y moderado de las redes sociales, así como el desarrollo de habilidades emocionales que fortalezcan su autonomía afectiva.

Segundo. Respecto a los resultados en la dimensión “Ansiedad por Separación”, se sugiere incorporar estrategias de manejo de ansiedad en intervenciones psicológicas o talleres

grupales, enfocadas en reducir el miedo a la pérdida de la pareja y en fomentar formas saludables de afrontamiento emocional que no dependan del uso excesivo de entornos digitales

Tercero. Dado que se identificó una relación directa y estadísticamente significativa entre la dependencia emocional con esta dimensión: “Expresión Afectiva”, se sugiere promover la comunicación afectiva presencial y el fortalecimiento de vínculos reales, a través de dinámicas que reduzcan la dependencia de la validación emocional por medio de mensajes o llamadas, y que favorezcan la expresión emocional cara a cara.

Cuarto. Acerca de la dimensión “Modificación de Planes”, se aconseja trabajar en el desarrollo de asertividad y la autonomía personal, de modo que las personas no modifiquen sus planes o proyectos personales por influencias externas o por la necesidad de complacer a la pareja a través de las redes sociales.

Quinto. Sobre la dimensión “Miedo a la Soledad”, resulta pertinente fomentar espacios de reflexión y acompañamiento que ayuden a las personas a tolerar y resignificar la soledad, así como a construir una identidad propia sólida, reduciendo así la búsqueda de compañía o aceptación en entornos digitales, se recomienda fortalecer redes de apoyo presencial, incentivar actividades sociales fuera de línea para reducir la sobreexposición a interacciones virtuales. Pasar más tiempo en familia y realizar actividades recreativas al aire libre, lejos de los aparatos tecnológicos que brinden acceso a las redes sociales y sobre todo pasar tiempo de calidad que fortalezca lazos familiares y mitigaría los problemas de la dependencia emocional.

Sexto. Respecto a la dimensión “Expresión Límite”, aunque la correlación fue débil, se recomienda incluir en programas educativos el uso saludable de las redes sociales como medio de expresión, sin que esto reemplace la comunicación interpersonal directa, especialmente en contextos de alta carga emocional.

Séptimo. En relación con la dimensión “Búsqueda de Atención”, dado que no se encontró una correlación significativa con la adicción a redes sociales, se sugiere profundizar en futuras investigaciones con muestras más amplias o en otros contextos, para determinar si esta relación puede variar según factores culturales, generacionales o de personalidad, realizar estudios longitudinales, para evaluar cómo evoluciona esta relación en el tiempo y determinar causalidad y utilizar un enfoque cualitativo, complementando con entrevistas para entender las experiencias subjetivas detrás de esta correlación.

BIBLIOGRAFÍA

- Andreassen, C. S. (05 de junio de 2015). Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. Obtenido de Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review: 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>.
- Alalú, D. (2016). Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló. Un estudio de caso. Lima. Universidad de Lima.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of Attachment
- Araque, Natividad. (2011). Karen Horney: una doctora que revolucionó el mundo de la psiquiatría durante la primera mitad del siglo XX. FAISCA Revista de Altas Capacidades. 15.
- Araujo, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 10(2), 48-58. doi: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Azuaga, María Alexandra Bogarín, Méreles, Andrea Isabel Gamarra, Peralta, Ana Laura Bagnoli, Gamarra, Nara Giuliana Mongelós, & Ramírez, Hugo Arsenio González. (2021). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal. Revista de la Sociedad Científica del Paraguay, 26(2), 9-23. Epub November 00, 2021. <https://doi.org/10.32480/rscp.2021.26.2.9>
- Behar, D. (2008). Metodología de la Investigación. Shalom.
- Bernal, C. (2010). Metodología de la Investigación. Colombia: Pearson.

- Bordignon, N. A., (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2), 50-63.
- Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, *112*(1), 3–23.
- Bornstein, R. F. (1993). *The Dependent Personality*. The Guilford Press.
- Bornstein, R. F. (2012). From dysfunction to adaptation: An interactionist model of dependency. *Annual Review of Clinical Psychology*, *8*, 291-316.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss* (Vol. 1). Basic Books.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Cabañas, M. &. (2015). Uso de celular e internet: su relación con planificación y control de la interferencia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 1.
- Cambridge Dictionary. (05 de marzo de 2017). Social network, Cambridge Dictionary.
Obtenido de Social network, Cambridge Dictionary: Dictionary:
<http://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/social-network>
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional: Características y tratamiento
- Castelló, J. (2005). Análisis del concepto de dependencia emocional. Universitat de València.
- Castelló, J. (2012). La superación de la dependencia emocional. España: Editorial Corona Borealis.
- Cazarez, J. R. (2016). Twitter en la Educación. *Revista Publicando*.

Chacolla, M. (2019). Correlación entre uso de redes sociales, soporte social percibido en redes sociales y autoestima en estudiantes de pregrado de la universidad nacional Jorge Basadre Grohmann de Tacna en el año 2017. Arequipa: Universidad Nacional de San

Agustín de Arequipa.

Clemente, A., Guzmán, I., & Salas, E. (2018). Adicción a redes sociales e impulsividad en universitarios de Cusco. (2019). *Revista De Psicología*, 8(1), 13-37.

<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/119>

Congost, S. (2013). Cuando amar demasiado es depender. Barcelona: Barcelona.

Contreras, P., & Curo, M. (2017). Dependencia a las redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de inteligencia emocional en estudiantes de Chiclayo 2017. Pimentel: Universidad Señor de Sipán.

Coolican, H. (2018). Research Methods and Statistics in Psychology (7th ed.). Routledge.

<https://doi.org/10.4324/9781315201009>

Cornetero, W, (2019). Adicción a redes sociales en estudiantes universitarios del séptimo y octavo ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada en Lima Metropolitana. Lima. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior". *Psychological Inquiry*.

Dioses, K. (2020). Adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes – 2019. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes.

- Echeburúa, E. (2014). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*.
- Echeburúa, E. & Corral, P. (2009). Adicción a las relaciones sentimentales. Alianza Editorial.
- Encina, S. (2021). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa estatal – Trujillo. Universidad Privada Antenor Orrego.
- Estévez Gutiérrez, A., Momeñe López, J., Iruarizaga, I., Olave Porrúa, L., & Urbiola, I. (2024). El modelo de Bornstein en el trastorno de la personalidad dependiente. En Tratamientos psicológicos en los trastornos de la personalidad: adaptado al DSM-5-TR y a la CIE-11 (Vol. 2, pp. 347-360). Pirámide.
- Garrido-Rojas, Luzmenia. (2006). Apego, emoción y regulación emocional: Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. Recuperada em 25 de noviembre de 2025, de
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000300004&lng=pt&tlang=es.
- González, M. (2015). Las redes sociales y su incidencia en la forma en que los jóvenes se comunican y utilizan la lengua: Perspectiva de los docentes de lenguaje y comunicación. Chile: Universidad de Chile.
- Griffiths, M. D. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197.

Gutiérrez, Y. y Vásquez, M. (2019). Dependencia de las redes sociales a través del internet: revisión documental. (Trabajo de grado). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bello-Colombia.

Hernández, Fernández, & Baptista. (2006). Metodología de la Investigación. McGrall Hill.

Hernández, R., Fernández, R., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill.

Horney, K. (1937). The Neurotic Personality of Our Time. Nueva York: W. W. Norton & Company.

Horney, K. (1945). Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis. Nueva York: W. W. Norton & Company.

Jiménez-Dalziel, M. P. (2021). Rasgos, características y ámbitos de afectación de la personalidad dependiente en una consultante en proceso de psicoterapia. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Psicoterapia. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.

Kina, H. (2011). Relación entre soporte social percibido y nivel de uso de internet de cachimbos en una universidad particular de lima. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. Obtenido de Relación entre soporte social percibido y nivel de uso de internet.

Lemos. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Informes psicológicos.

Lemos. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. Universitas Psychologica.

Martínez Rebollar, A., & Campos Francisco, W. (2015). Correlación entre Actividades de Interacción Social Registradas con Nuevas Tecnologías y el grado de Aislamiento Social en los Adultos Mayores. *Revista mexicana de ingeniería biomédica*, 36(3), 181-191. <https://doi.org/10.17488/RMIB.36.3.4>

Martín Critikián, D. y Medina Núñez, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76.
<https://doi.org/10.35669/rcys.2021.11.e281>

Muntané, J. (2010). Introducción a la investigación básica. *CBERehd*, 221-225.

Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., & Iruarizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 37(1), 121–132. <https://doi.org/10.6018/analesps.404671>

Oxford University. (05 de junio de 2017). Oxford Dictionary. Obtenido de Definition of social network in English: https://www.lexico.com/definition/social_network

Pérez, Y. (2015). La anatomía de la dependencia emocional. Eclipse.

Pintor, E. G. (2017). Percepción y realidad del uso de WhatsApp en estudiantes universitarios de ciencia de la salud. *Revista de la Fundación Educación Médica*, 1.

RAE. (15 de marzo de 2017). RAE. Obtenido de RAE: <https://dle.rae.es/?id=VXs6SD8>

Ramos, A. (2018). Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Andina del Cusco - 2017. Cusco: Universidad Andina del Cusco.

- Rayo, A. (2014). Influencia del uso de las redes sociales en las relaciones familiares de jóvenes de 18 y 24 años que presentan adicción a las mismas. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Real Academia Española. (2017). DLE: adicción - Diccionario de la lengua española. Madrid: Edición del Tricentenario.
- Riso, W. (2008). ¿Amar o depender?: Cómo superar el apego afectivo y hacer del amor una experiencia plena y saludable. Barcelona: Editorial Planeta.
- Riso, W. (2008). ¿Amar o Depender? Barcelona, España: Editorial Planeta.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. Guilford Press.
- Sánchez, F. (2013). Terapia sensoriomotriz del trauma. Revista digital de medicina psicosomática Psicoterapia.
- Santamaría. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia Emocional. Revista Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace.
- Simonelli, Alessandra & Parolin, Micol. (2017). Dependent Personality Disorder. 10.1007/978-3-319-28099-8_578-1.
- Solano, M., & Ccorahua, D. (2021). Impacto psicológico y adicción a redes sociales durante la pandemia por COVID - 19 en estudiantes de secundaria de la institución educativa nacional San Juan de Ayacucho, 2021. Ica: UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA.
- Solano, S. (2021). La influencia de la adicción a las redes sociales en las habilidades sociales en estudiantes de 14 a 25 años de Lima Este. Lima: Universidad Peruana Unión.

Vallejo Orellana, R. (2002). Karen Horney, una pionera de la ruptura con el modelo freudiano para explicar la psicología femenina y el desarrollo humano sano y neurótico. Apuntes de Psicología, 2, 10.

Vásquez Saldaña, J., Torres Ríos, F., Ruiz Rodríguez, K., Aranda Turpo, J. & Revelo Aulestia, S. (2023). Actitudes sobre el amor y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Tarapoto. Revista Científica De Ciencias De La Salud, 16(2), 1 - 7. ISSN. 2411-0094 DOI: <https://doi.org/10.17162/rccs.v16i2.2025>

Villa, M., & Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. Interamerican Journal of Psychology.

WhatsApp. (18 de enero de 2017). Acerca de WhatsApp. Obtenido de Acerca de WhatsApp: <https://www.whatsapp.com/about/>

Yabar, Z. (2019). Dependencia emocional y agresividad en parejas estudiantes de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. Cusco: Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

Zuckerberg, M. (15 de enero de 2017). Facebook. Obtenido de Facebook: https://www.facebook.com/facebook/about/?ref=page_internal

ANEXOS

Anexo A. Consentimiento informado firmado por los participantes

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Permiteme presentarme, mi nombre es Robin Gamarra Rodriguez, bachiller de la Carrera Profesional de Psicología en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco identificado con DNI: 71080559 y código universitario: 121210. Actualmente vengo realizando un trabajo de investigación intitulado "Dependencia Emocional y Adicción a Redes Sociales en estudiantes de la carrera profesional de Psicología durante el periodo de estudios 2024-II" el cual pretende estudiar la posible correlación entre estas dos variables. Para ello, se debe aplicar los instrumentos respectivos a cada variable: el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014).

Si acepta participar, usted se compromete a responder dichos test de manera clara y honesta, además, de brindar información que detallará en la ficha demográfica correspondiente al apartado de los datos personales.

Esta información recolectada durante esta etapa de la investigación tiene carácter netamente confidencial y será utilizada estrictamente para fines académicos.

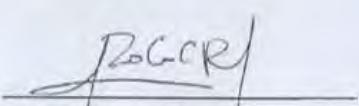
La participación de este proyecto es de manera voluntaria, en caso de que surjan dudas, usted podrá hacer preguntas en cualquier momento del proceso. Igualmente, si siente alguna incomodidad durante su participación, puede informar al investigador para recibir orientación o retirarse, sin que ello lo perjudique de manera alguna.

Para cualquier información adicional o incomodidad relacionada con su participación en la investigación, puede comunicarse con el investigador responsable o al correo electrónico 121210@unsaac.edu.pe.

Habiendo leido y entendido la información de este documento, además de conocer la finalidad de este proyecto y estar consciente sobre el trato de sus datos personales, proceda a firmar este documento en señal de aprobación y conformidad del mismo, caso contrario devuelva la hoja al investigador.

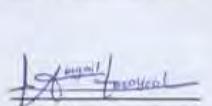
Muchas Gracias.

Cusco, 12 de noviembre del 2024.



Robin Gamarra Rodriguez

Firma del investigador responsable



Juan Luis Paredes

Firma del participante

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Permíteme presentarme, mi nombre es Robin Gamarra Rodriguez, bachiller de la Carrera Profesional de Psicología en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco Identificado con DNI: 71080559 y código universitario: 121210. Actualmente vengo realizando un trabajo de investigación intitulado "Dependencia Emocional y Adicción a Redes Sociales en estudiantes de la carrera profesional de Psicología durante el periodo de estudios 2024-II" el cual pretende estudiar la posible correlación entre estas dos variables. Para ello, se debe aplicar los instrumentos respectivos a cada variable: el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014).

Si acepta participar, usted se compromete a responder dichos test de manera clara y honesta, además, de brindar información que detallará en la ficha demográfica correspondiente al apartado de los datos personales.

Esta información recolectada durante esta etapa de la investigación tiene carácter netamente confidencial y será utilizada estrictamente para fines académicos.

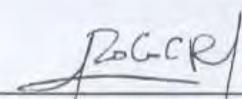
La participación de este proyecto es de manera voluntaria, en caso de que surjan dudas, usted podrá hacer preguntas en cualquier momento del proceso. Igualmente, si siente alguna incomodidad durante su participación, puede informar al investigador para recibir orientación o retirarse, sin que ello lo perjudique de manera alguna.

Para cualquier información adicional o incomodidad relacionada con su participación en la investigación, puede comunicarse con el Investigador responsable o al correo electrónico 121210@unsaac.edu.pe.

Habiendo leido y entendido la información de este documento, además de conocer la finalidad de este proyecto y estar consciente sobre el trato de sus datos personales, proceda a firmar este documento en señal de aprobación y conformidad del mismo, caso contrario devuelva la hoja al investigador.

Muchas Gracias.

Cusco, 5 de noviembre del 2024.



Firma del investigador responsable



Firma del participante

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Permitirme presentarme, mi nombre es Robin Gamarra Rodriguez, bachiller de la Carrera Profesional de Psicología en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco identificado con DNI: 71080559 y código universitario: 121210. Actualmente vengo realizando un trabajo de Investigación intitulado "Dependencia Emocional y Adicción a Redes Sociales en estudiantes de la carrera profesional de Psicología durante el periodo de estudios 2024-II" el cual pretende estudiar la posible correlación entre estas dos variables. Para ello, se debe aplicar los instrumentos respectivos a cada variable: el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014).

Si acepta participar, usted se compromete a responder dichos test de manera clara y honesta, además, de brindar información que detallará en la ficha demográfica correspondiente al apartado de los datos personales.

Esta información recolectada durante esta etapa de la investigación tiene carácter netamente confidencial y será utilizada estrictamente para fines académicos.

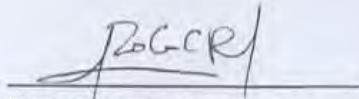
La participación de este proyecto es de manera voluntaria, en caso de que surjan dudas, usted podrá hacer preguntas en cualquier momento del proceso. Igualmente, si siente alguna incomodidad durante su participación, puede informar al investigador para recibir orientación o retirarse, sin que ello lo perjudique de manera alguna.

Para cualquier información adicional o incomodidad relacionada con su participación en la investigación, puede comunicarse con el investigador responsable o al correo electrónico 121210@unsaac.edu.pe.

Habiendo leido y entendido la información de este documento, además de conocer la finalidad de este proyecto y estar consciente sobre el trato de sus datos personales, proceda a firmar este documento en señal de aprobación y conformidad del mismo, caso contrario devuelva la hoja al investigador.

Muchas Gracias.

Cusco, 10 de noviembre del 2024.


Firma del investigador responsable
Firma del participante

Anexo B. Ficha demográfica
Datos Personales:

Nombre y Apellidos: [REDACTED]	
DNI: [REDACTED]	Fecha de Nacimiento: [REDACTED]
Celular: [REDACTED]	Sexo: <input checked="" type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
Lugar de Procedencia: Cusco	Correo electrónico: [REDACTED]@gmail.com
Señale las redes sociales que conozca y haya hecho uso de ellas (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> Facebook <input type="checkbox"/> Instagram <input checked="" type="checkbox"/> WhatsApp <input checked="" type="checkbox"/> TikTok <input type="checkbox"/> Twitter (ahora "X") <input type="checkbox"/> Threads <input type="checkbox"/> Otras:
¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> En mi casa <input checked="" type="checkbox"/> En cabinas de internet <input type="checkbox"/> A través del celular <input checked="" type="checkbox"/> En mi trabajo <input type="checkbox"/> En la Universidad <input type="checkbox"/> Otra:
¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?	<input type="checkbox"/> Todo el tiempo me encuentro conectado <input type="checkbox"/> Siempre que puedo reviso mis redes sociales <input type="checkbox"/> Entre siete a más veces al día <input type="checkbox"/> Entre una a seis veces por día <input checked="" type="checkbox"/> Entre dos a más veces por semana <input type="checkbox"/> Sólo una vez por semana <input type="checkbox"/>
De todas las personas que conoce a través de las redes sociales, ¿A cuántas conoce personalmente?	<input type="checkbox"/> 10% o menos <input type="checkbox"/> Entre 11% y 30% <input type="checkbox"/> Entre 31% y 50% <input type="checkbox"/> Entre 51% y 70% <input type="checkbox"/> Más del 70% <input checked="" type="checkbox"/>
Sus cuentas en las redes sociales contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, sexo, dirección, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Sí, pero también tengo mi cuenta falsa <input type="checkbox"/>
Sobre las relaciones amorosas:	<input type="checkbox"/> Actualmente SI estoy en una relación amorosa <input type="checkbox"/> Actualmente NO estoy en alguna relación amorosa, pero si lo estuve antes <input checked="" type="checkbox"/> NUNCA he estado en una relación amorosa <input type="checkbox"/>

Datos Personales:	
Nombre y Apellidos: [REDACTED]	
DNI: [REDACTED]	Fecha de Nacimiento: [REDACTED]
Celular: [REDACTED]	Sexo: <input checked="" type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/>
Lugar de Procedencia: Sicuani	Correo electrónico: [REDACTED] unsa.g.c.edu.pe
Señale las redes sociales que conozca y haya hecho uso de ellas (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> Facebook <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Instagram <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> WhatsApp <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> TikTok <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Twitter (ahora "X") <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Threads <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otras:
¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> En mi casa <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En cabinas de internet <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> A través del celular <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En mi trabajo <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En la Universidad <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otra:
¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?	<input type="checkbox"/> Todo el tiempo me encuentro conectado <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Siempre que puedo reviso mis redes sociales <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre siete a más veces al día <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre una a seis veces por día <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre dos a más veces por semana <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Sólo una vez por semana <input type="checkbox"/>
De todas las personas que conoce a través de las redes sociales, ¿A cuántas conoce personalmente?	<input type="checkbox"/> 10% o menos <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 11% y 30% <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 31% y 50% <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 51% y 70% <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Más del 70% <input type="checkbox"/>
Sus cuentas en las redes sociales contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, sexo, dirección, etc.)	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Sí, pero también tengo mi cuenta falsa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Actualmente Sí estoy en una relación amorosa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Actualmente NO estoy en alguna relación amorosa, pero si lo estuve antes <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> NUNCA he estado en una relación amorosa <input type="checkbox"/>
Sobre las relaciones amorosas:	

Datos Personales:	
Nombre y Apellidos: [REDACTED]	Fecha de Nacimiento: [REDACTED]
DNI: [REDACTED]	Sexo: <input checked="" type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F
Celular: [REDACTED]	Correo electrónico: [REDACTED]@gmail.com
Lugar de Procedencia: San Salvador	<input type="checkbox"/> Facebook <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Instagram <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> WhatsApp <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> TikTok <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Twitter (ahora "X") <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Threads <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otras:
Señale las redes sociales que conozca y haya hecho uso de ellas (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> En mi casa <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En cabinas de internet <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> A través del celular <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En mi trabajo <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> En la Universidad <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Otra:
¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta).	<input type="checkbox"/> Todo el tiempo me encuentro conectado <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Siempre que puedo reviso mis redes sociales <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Entre siete a más veces al día <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre una a seis veces por día <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre dos a más veces por semana <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Sólo una vez por semana <input type="checkbox"/>
De todas las personas que conoce a través de las redes sociales, ¿A cuántas conoce personalmente?	<input type="checkbox"/> 10% o menos <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 11% y 30% <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 31% y 50% <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Entre 51% y 70% <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Más del 70% <input checked="" type="checkbox"/>
Sus cuentas en las redes sociales contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, sexo, dirección, etc.)	<input checked="" type="checkbox"/> Si <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Si, pero también tengo mi cuenta falsa <input type="checkbox"/>
Sobre las relaciones amorosas:	<input type="checkbox"/> Actualmente SI estoy en una relación amorosa <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Actualmente NO estoy en alguna relación amorosa, pero si lo estuve antes <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> NUNCA he estado en una relación amorosa <input checked="" type="checkbox"/>

Anexo C. Respuestas al Cuestionario de Dependencia Emocional

	UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO Facultad de Ciencias Sociales Escuela Profesional de Psicología																																																		
Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)																																																			
LEMOS M. & LONDOÑO, N. H. (2006)																																																			
Instrucciones:																																																			
<p>Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.</p>																																																			
<p>Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:</p>																																																			
1 Completamente falso de mí	2 La mayor parte falso de mí	3 Ligeramente más verdadero que falso	4 Moderadamente verdadero de mí	5 La mayor parte verdadero de mí	6 Me describe perfectamente																																														
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr> <td style="width: 60%;">1. Me siento desamparado cuando estoy solo</td> <td style="width: 40%; text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>10. Soy alguien necesitado y débil</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>15. Siento temor a que mi pareja me abandone</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>19. No tolero la soledad</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> <tr> <td>23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja</td> <td style="text-align: right;">1 2 3 4 5 6</td> </tr> </tbody> </table>						1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6	2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1 2 3 4 5 6	3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1 2 3 4 5 6	4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1 2 3 4 5 6	5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1 2 3 4 5 6	6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 2 3 4 5 6	7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1 2 3 4 5 6	8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 2 3 4 5 6	9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1 2 3 4 5 6	10. Soy alguien necesitado y débil	1 2 3 4 5 6	11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1 2 3 4 5 6	12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1 2 3 4 5 6	13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1 2 3 4 5 6	14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1 2 3 4 5 6	15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1 2 3 4 5 6	16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 3 4 5 6	17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 2 3 4 5 6	18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6	19. No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6	20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6	21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6	22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6	23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6
1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6																																																		
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1 2 3 4 5 6																																																		
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1 2 3 4 5 6																																																		
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1 2 3 4 5 6																																																		
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1 2 3 4 5 6																																																		
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 2 3 4 5 6																																																		
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1 2 3 4 5 6																																																		
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 2 3 4 5 6																																																		
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1 2 3 4 5 6																																																		
10. Soy alguien necesitado y débil	1 2 3 4 5 6																																																		
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1 2 3 4 5 6																																																		
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1 2 3 4 5 6																																																		
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1 2 3 4 5 6																																																		
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1 2 3 4 5 6																																																		
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1 2 3 4 5 6																																																		
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 3 4 5 6																																																		
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 2 3 4 5 6																																																		
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6																																																		
19. No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6																																																		
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6																																																		
21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6																																																		
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6																																																		
23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6																																																		



Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

LEMOS M. & LONDOÑO, N. H. (2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1 Completamente falso de mí	2 La mayor parte falso de mí	3 Ligeramente más verdadero que falso	4 Moderadamente verdadero de mí	5 La mayor parte verdadero de mí	6 Me describe perfectamente
--------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------

1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1 2 3 4 5 6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1 2 3 4 5 6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1 2 3 4 5 6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1 2 3 4 5 6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 2 3 4 5 6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1 2 3 4 5 6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 2 3 4 5 6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1 2 3 4 5 6
10. Soy alguien necesitado y débil	1 2 3 4 5 6
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1 2 3 4 5 6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1 2 3 4 5 6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1 2 3 4 5 6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1 2 3 4 5 6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1 2 3 4 5 6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 3 4 5 6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 2 3 4 5 6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
19. No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6
23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6



Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

LEMOS M. & LONDOÑO, N. H. (2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1 Completamente falso de mí	2 La mayor parte falso de mí	3 Ligeramente más verdadero que falso	4 Moderadamente verdadero de mí	5 La mayor parte verdadero de mí	6 Me describe perfectamente
--------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------

1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 X 3 4 5 6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	X 2 3 4 5 6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	X 2 3 4 5 6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	X 2 3 4 5 6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	X 2 3 4 5 6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 X 3 4 5 6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	X 2 3 4 5 6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 X 3 4 5 6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	X 2 3 4 5 6
10. Soy alguien necesitado y débil	X 2 3 4 5 6
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	X 2 3 4 5 6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	X 2 3 4 5 6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	X 2 3 4 5 6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	X 2 3 4 5 6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	X 2 3 4 5 6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 X 4 5 6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 X 3 4 5 6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 X 3 4 5 6
19. No tolero la soledad	X 2 3 4 5 6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	X 2 3 4 5 6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella	1 X 3 4 5 6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 X 3 4 5 6
23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja	1 X 3 4 5 6

Anexo D. Respuestas al Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

 UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO Facultad de Ciencias Sociales Escuela Profesional de Psicología

Cuestionario de Adicción de Redes Sociales (ARS)

ESCURRA Y SALAS (2014)

Instrucciones:

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Elija el puntaje del 0 al 4 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Casi siempre	4 Siempre
------------	---------------	--------------	-------------------	--------------

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. 0 1 **2** 3 4
 4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. 0 **1** 2 3 4
 9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. 0 1 **2** 3 4
 10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. 0 **1** 2 3 4
 11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. 0 1 **2** 3 4
 14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono ó a la computadora. 0 **1** 2 3 4
 19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. 0 **1** 2 3 4
 22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. 0 1 **2** 3 4
 23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). 0 1 **2** 3 4
 24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. 0 1 **2** 3 4



Cuestionario de Adicción de Redes Sociales (ARS)

ESCURRA Y SALAS (2014)

Instrucciones:

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Elija el puntaje del 0 al 4 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Casi siempre	4 Siempre
------------	---------------	--------------	-------------------	--------------

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	0 1 2 3 4
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	0 1 2 3 4
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	0 1 2 3 4
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	0 1 2 3 4
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	0 1 2 3 4
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	0 1 2 3 4
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	0 1 2 3 4
11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	0 1 2 3 4
12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	0 1 2 3 4
14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	0 1 2 3 4
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	0 1 2 3 4
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	0 1 2 3 4
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	0 1 2 3 4
19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	0 1 2 3 4
22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	0 1 2 3 4
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	0 1 2 3 4
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	0 1 2 3 4



Cuestionario de Adicción de Redes Sociales (ARS)

ESCURRA Y SALAS (2014)

Instrucciones:

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Elija el puntaje del 0 al 4 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Casi siempre	4 Siempre
------------	---------------	--------------	-------------------	--------------

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 4
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	0 1 <input checked="" type="checkbox"/> 3 4
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectararme a las redes sociales.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/>
12. Pienso en qué debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales..	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/>
13. Puedo desconectararme de las redes sociales por varios días.	0 <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4
14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	0 <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	0 <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	0 1 <input checked="" type="checkbox"/> 3 4
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	0 1 <input checked="" type="checkbox"/> 3 4
19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/>
20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/>
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	0 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/>
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	0 1 2 <input checked="" type="checkbox"/> 4

Anexo E. Solicitud al centro de Cómputo para ser el total de la población

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

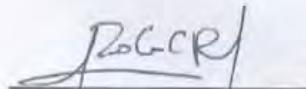
Cusco, 06 de agosto del 2024

A : Ing. Agustín Huamán Huanca
DIRECTOR DEL CENTRO DE CÓMPUTO - UNSAAC
DE : Bach. Robin Douglas Gamarra Rodríguez
TESISTA DE PREGRADO

ASUNTO : Solicitud información para realizar un trabajo de investigación.

De mi mayor consideración, reciba un cordial saludo, mediante el presente yo, ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRÍGUEZ, identificado con DNI: 71080559, y código: 121210 solicito INFORMACIÓN SOBRE EL NUMERO TOTAL DE ALUMNOS MATRICULADOS EN LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DEL SEMESTRE EN CURSO: 2024-II como parte del proceso de recolección de datos, siendo éste, conocer la POBLACIÓN concerniente al trabajo de investigación intitulado "Dependencia emocional y adicción a las redes sociales en alumnos de la escuela profesional de psicología en la UNSAAC, durante el período de estudios 2024-II". Dicha información sobre la cantidad de estudiantes regulares de la Escuela Profesional de Psicología posee estrictamente fines académicos para propósitos de esta investigación de pregrado.

Sin otro en particular aprovecho la oportunidad para expresar los sentimientos de alta estima hacia su distinguida persona.



Bach. Robin D. Gamarra Rodríguez
71080559

Anexo F. Respuesta del centro de cómputo a la solicitud para saber el total de la población.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

SEGUIMIENTO DE DOCUMENTOS

Nº EXP.	FECHAS	DIRECCION	ESTADO	ASUNTO	ESTADO	OBSERVACIONES
681119	2024-09-07 15:38:47	GAMARRA-RODRIGUEZ-ROBIN DOUGLAS	UTD - Unidad de Trámite Documentario	TRÁMITES ADMINISTRATIVOS C (UNSAAC)	DERIVADO a: UCC- Unidad de Centro de Cómputo Fecha: 2024-09-09 09:34:03	solicito información sobre el numero total de alumnos matriculados en la escuela profesional de psicología del semestre en curso: 2024-II para realizar un trabajo de investigación
681119	2024-09-09 09:27:19	UTD - Unidad de Trámite Documentario	UCC- Unidad de Centro de Cómputo	TRÁMITES ADMINISTRATIVOS C (UNSAAC)	ASIGNADO a: Gazzani Lavilla, Quispe Fecha: 2024-09-09 09:35:09	
681119	2024-09-11 11:03:57	UCC- Unidad de Centro de Cómputo	Gazzani Lavilla Quispe	TRÁMITES ADMINISTRATIVOS C (UNSAAC)	ARCHIVADO	El numero de matriculados es 400

Anexo G. Solicitud al director de la Escuela Profesional de Psicología para la aplicación de los instrumentos.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Cusco, 12 de agosto del 2024

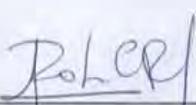
A : Mgt. Percy Yáñez Mujica
DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA – UNSAAC

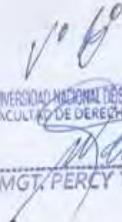
DE : Bach. Robín Douglas Gamarra Rodríguez
TESISTA DE PREGRADO

ASUNTO : Solicitud Autorización para Aplicar Instrumentos de Recolección de Datos en Estudiantes de la E.P. Psicología – UNSAAC.

De mi mayor consideración, reciba un cordial saludo, mediante el presente yo, ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRGUEZ, identificado con DNI: 71080559, y código: 121210 solicito AUTORIZACIÓN PARA APlicAR LOS INSTRUMENTOS de recolección de datos, siendo éstos: el CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL (Lemos y Londoño, 2006) y el CUESTIONARIO DE ADICCIONES A REDES SOCIALES (Escurra y Salas, 2014), concernientes al trabajo de investigación intitulado “Dependencia Emocional y Adicción a Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de psicología de la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II”. Dichos instrumentos serán aplicados en estudiantes regulares de la Escuela Profesional de Psicología por lo que el procedimiento será realizado estrictamente con fines académicos para propósitos de esta investigación de pregrado.

Sin otro en particular, aprovecho la oportunidad para expresar los sentimientos de alta estima hacia su distinguida persona.


Bach. Robín D. Gamarra Rodríguez
71080559


Vº 6º
UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES
MGT. PERCY YÁÑEZ MUJICA

Anexo H. Informe de Juicio de Expertos.



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Estimado Validador:

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su inapreciable colaboración como experto, para validar el instrumento de evaluación anexo, el cual lleva por nombre “*Cuestionario de Dependencia Emocional*” Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que vengo realizando, cuyo título es:

“Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II”

Considero que sus observaciones y subsecuentes aportes serán de utilidad, para realizar eficientemente este trabajo de investigación. Por lo que con su firma Ud. da fe de su bien obrar y afirma su participación como validador de experto del ya mencionado Instrumento.

Mis más sinceros agradecimientos.

Cusco, 03 de Setiembre del 2024

Grado, Título: Psicóloga,

Cargo e institución donde labora: terapeuta cognitivo conductual
especializada en Trastornos mentales

Nombre y Apellidos: Claudia Nía Teves Medrano

DNI: 72189217

Firma:

Claudia Nía Teves Medrano
PSICOLOGA
C.P.e.P. 30297



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE
INVESTIGACIÓN**

Estimado Validador:

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su inapreciable colaboración como experto, para validar el instrumento de evaluación anexo, el cual lleva por nombre "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que vengo realizando, cuyo título es:

"Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II"

Considero que sus observaciones y subsecuentes aportes serán de utilidad, para realizar eficientemente este trabajo de investigación. Por lo que con su firma Ud. da fe de su bien obrar y afirma su participación como validador de experto del ya mencionado Instrumento.

Mis más sinceros agradecimientos.

Cusco, 29 de noviembre del 2024

Grado, Título: Psicólogo Clínico
 Cargo e institución donde labora: Jefe de Departamento de Psicología
Rede de Colegios Diocesanos - Cusco - IES San José Obispo
 Nombre y Apellidos: José Luis Chacón Fernández
 DNI: 41935623

Firma:

José L. Chacón Fernández
 PSICOLOGO
 C.P.F. 24388



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Estimado Validador:

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su inapreciable colaboración como experto, para validar el instrumento de evaluación anexo, el cual lleva por nombre "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que vengo realizando, cuyo título es:

"Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II"

Considero que sus observaciones y subsecuentes aportes serán de utilidad, para realizar eficientemente este trabajo de investigación. Por lo que con su firma Ud. da fe de su bien obrar y afirma su participación como validador de experto del ya mencionado Instrumento.

Mis más sinceros agradecimientos.

Cusco, 07 de octubre del 2024

Grado, Titulo: Psicóloga

Cargo e institución donde labora: EESTP. PUCUTO

Docente

Nombre y Apellidos: Patricia Cavero Palacios

DNI: 23975289

Firma: _____


Patricia Cavero Palacios
PSICOLOGA
CP.P. 20



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Estimado Validador:

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su inapreciable colaboración como experto, para validar el instrumento de evaluación anexo, el cual lleva por nombre "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que vengo realizando, cuyo título es:

"Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II"

Considero que sus observaciones y subsecuentes aportes serán de utilidad, para realizar eficientemente este trabajo de investigación. Por lo que con su firma Ud. da fe de su bien obrar y afirma su participación como validador de experto del ya mencionado Instrumento.

Mis más sinceros agradecimientos.

Cusco, 10 de Octubre del 2024

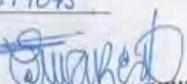
Grado, Titulo: lic. Psicología

Cargo e institución donde labora: Independiente - Ps. Clínica.

Nombre y Apellidos: Lorena Patricia Linares Párra C.Ps. P. 27140

DNI: 45817045

Firma


P.S. Lorena Patricia Linares Párra
TERAPISTA DE FAMILIA
C.Ps. P. 27140



**INFORME DE JUICIO DE EXPERTOS SOBRE LOS INSTRUMENTOS DE
 INVESTIGACIÓN**

Estimado Validador:

Me es grato dirigirme a usted, a fin de solicitar su inapreciable colaboración como experto, para validar el instrumento de evaluación anexo, el cual lleva por nombre "*Cuestionario de Dependencia Emocional*" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

El presente instrumento tiene como finalidad recoger información directa para la investigación que vengo realizando, cuyo título es:

"Dependencia Emocional y Adicción a las Redes Sociales en alumnos de la escuela profesional de Psicología en la UNSAAC, durante el periodo de estudios 2024-II"

Considero que sus observaciones y subsecuentes aportes serán de utilidad, para realizar eficientemente este trabajo de investigación. Por lo que con su firma Ud. da fe de su bien obrar y afirma su participación como validador de experto del ya mencionado Instrumento.

Mis más sinceros agradecimientos.

Cusco, 15 de Septiembre del 2024

Grado, Título: Lic. en Psicología

Cargo e institución donde labora: Movimiento Sacerdos de los Pobres

Nombre y Apellidos: José Raúl Merardo Andrade

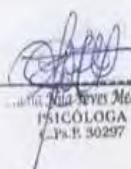
DNI: 74096123

Firma:

Anexo I. Valoración de los jueces expertos del Cuestionario de Dependencia Emocional

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).																				
ASPECTOS DE VALIDACIÓN:	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	Está formulado con lenguaje apropiado					Está expresado en conductas observables					Existe relación entre indicadores y las dimensiones					Establece una relación pertinente entre la formulación del problema, los objetivos y las hipótesis.				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			✗					✗							✗				✗	
2			✓						✗						✗				✗	
3			✗						✓						✓				✗	
4			✗						✗						✗				✗	
5			✗						✗						✗				✗	
6			✗						✗						✗				✗	
7			✗						✗						✗				✗	
8			✗						✗						✓				✗	
9			✗						✗						✓				✗	
10			✗						✗						✗				✗	
11			✗						✗						✗				✗	
12			✗						✗						✗				✗	
13			✗						✗						✗				✗	
14			✗						✗						✗				✗	
15			✗						✗						✗				✗	
16			✗						✗						✗				✗	
17			✗						✗						✗				✗	
18			✗						✗						✗				✗	
19			✗						✗						✗				✗	
20			✗						✗						✗				✗	
21			✗						✗						✗				✗	
22			✗						✗						✗				✗	
23			✗						✗						✗				✗	

Observaciones: Ninguna

Firma: 
 Ana María Neiva Meztrano
 PSICÓLOGA
 C.P.B. 30297



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Item	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			X					X					X							X
2			X					X					X							X
3			X					X					X							X
4			X					X					X							X
5			X					X					X							X
6			X					X					X							X
7			X					X					X							X
8			X					X					X							X
9			X					X					X							X
10			X					X					X							X
11			X					X					X							X
12			X					X					X							X
13			X					X					X							X
14			X					X					X							X
15			X					X					X							X
16			X					X					X							X
17			X					X					X							X
18			X					X					X							X
19			X					X					X							X
20			X					X					X							X
21			X					X					X							X
22			X					X					X							X
23			X					X					X							X

Firma


Josel Chacón Fernández
PSICOLOGO
C.P. 2000

Observaciones: El presente cuestionario
ofrece sustentos de validez y confiabilidad
(los cuales al momento de elaborar la
dependencia emocional).



INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Item	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			X						X						X					X
2			X						X						X					X
3			X						X						X					X
4			X					X							X					X
5			X						X						X					X
6			X						X						X					X
7			X						X						X					X
8			X						X						X					X
9			X					X							X					X
10			X						X						X					X
11			X						X						X					X
12			X						X						X					X
13			X						X						X					X
14			X						X						X					X
15			X						X						X					X
16			X						X						X					X
17			X						X						X					X
18			X						X						X					X
19			X						X						X					X
20			X						X						X					X
21			X						X						X					X
22			X						X						X					X
23			X						X						X					X

Firma:

Patricia Gámez Palacio
 PSICOLOGA
 C.Ps.P 24375

Observaciones:



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

INSTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Ítem	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1				X					X						X					X
2			X				X								X					X
3		X					X								X					X
4		X					X								X					X
5		X					X								X					X
6		X					X								X					X
7		X					X								X					X
8		X					X								X					X
9		X					X								X					X
10		X					X								X					X
11		X					X								X					X
12		X					X								X					X
13		X					X								X					X
14		X					X								X					X
15		X					X								X					X
16		X					X								X					X
17		X					X								X					X
18		X					X								X					X
19		X					X								X					X
20		Y					X								X					X
21		X					X								X					X
22		X					X								X					X
23		X					X								X					X

Firma: 
 P.D. ENRIQUE PACHECO VARELA Y FAMOL
 TECNÓLOGO EN PSICOLOGÍA

Observaciones: <u>Himayma</u> .	



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Dependencia Emocional" Lemos M. y Londoño N. H. (2006).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Ítem	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1				X					X						X					X
2			X					X							X					X
3		X					X								X					X
4	X						X								X					X
5	X						X								X					X
6	X						X								X					X
7	X						X								X					X
8	X						X								X					X
9	X						X								X					X
10		X					X								X					X
11		X					X								X					X
12		X					X								X					X
13		X					X								X					X
14		X					X								X					X
15		X					X								X					X
16		X					X								X					X
17		X					X								X					X
18		X					X								X					X
19		X					X								X					X
20		X					X								X					X
21		X					X								X					X
22		X					X								X					X
23		X					X								X					X

Firma:

Observaciones:

Anexo J. Valoración de los jueces expertos del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Adicción a Redes Sociales" Escurra y Salas (2014).																						
Item	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia						
	Está formulado con lenguaje apropiado					Está expresado en conductas observables					Existe relación entre indicadores y las dimensiones					Establece una relación pertinente entre la formulación del problema, los objetivos y las hipótesis.						
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1			X					X					X					X				X
2			X						X				X					X				X
3			X						X				X					X				X
4			X					X				X			X			X				X
5			X					X				X			X			X				X
6			X				X				X			X		X			X			X
7			X				X				X			X		X			X			X
8			X				X				X			X		X			X			X
9			X				X				X			X		X			X			X
10			X				X				X			X		X			X			X
11			X				X				X			X		X			X			X
12			X				X				X			X		X			X			X
13			X				X				X			X		X			X			X
14			X				X				X			X		X			X			X
15			X				X				X			X		X			X			X
16			X				X				X			X		X			X			X
17			X				X				X			X		X			X			X
18			X				X				X			X		X			X			X
19			X				X				X			X		X			X			X
20			X				X				X			X		X			X			X
21			X				X				X			X		X			X			X
22			X				X				X			X		X			X			X
23			X				X				X			X		X			X			X
24			X				X				X			X		X			X			X

Firma: _____

Natalia Teves Medrano
PSICOLOGA
C.Ps.B 30297

Observaciones: _____
Ingeniería



INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Adicción a Redes Sociales" Escurra y Salas (2014).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Ítem	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			X						X						X					X
2			X						X						X					X
3			X						X						X					X
4			X						X						X					X
5			X						X						X					X
6			X						X						X					X
7			X						X						X					X
8			X						X						X					X
9			X						X						X					X
10			X						X						X					X
11			Y						X						Y					X
12			X						X						X					X
13			Y						X						Z					X
14			X						X						Z					X
15			Z						X						X					X
16			Y						Z						X					X
17			X						Y						X					X
18			X						Z						Z					X
19			X						Y						Z					X
20			X						Z						Z					X
21			X						Y						X					X
22			X						Z						X					X
23			X						Y						X					X
24			X						Z						X					X

Firma: _____

Patricia Jiménez Ávila

Observaciones: Ninguna.



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Adicción a Redes Sociales" Escurra y Salas (2014).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

ítem	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			X					X							X					
2			X					X							X					X
3			X					X							X					X
4			X					X							X					X
5			X					X							X					X
6			X					X							X					X
7			X					X							X					X
8			X					X							X					X
9			X					X							X					X
10			X					X							X					X
11			X					X							X					X
12			X					X							X					X
13			X					X							X					X
14			X					X							X					X
15			X					X							X					X
16			X					X							X					X
17			X					X							X					X
18			X					X							X					X
19			X					X							X					X
20			X					X							X					X
21			X					X							X					X
22			X					X							X					X
23			X					X							X					X
24			X					X							X					X

Firma:

Observaciones:



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Adicción a Redes Sociales" Escurra y Salas (2014).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Item	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1			X						X						X					X
2			X						X						X					X
3			X						X						X					X
4			X						X						X					X
5			X						X						X					X
6			X						X						X					X
7			X						X						X					X
8			X						X						X					X
9			X						X						X					X
10			X						X						X					X
11			X						X						X					X
12			X						X						X					X
13			X						X						X					X
14			X						X						X					X
15			X						X						X					X
16			X						X						X					X
17			X						X						X					X
18			X						X						X					X
19			X						X						X					X
20			X						X						X					X
21			X						X						X					X
22			X						X						X					X
23			X						X						X					X
24			X						X						X					X

Firma:

José L. Chacón Fernández
 PSICOLOGO
 © PeP 2014

Observaciones: El presente cuestionario
 aporta evidencias de confiabilidad y
 validez para su aplicación.



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN: "Cuestionario de Adicción a Redes Sociales" Escurra y Salas (2014).

INTRUCCIONES: Para efectuar la validación del instrumento, usted deberá leer cuidadosamente cada enunciado y sus respectivas alternativas de respuesta, luego coloque en cada casilla una X correspondiente al aspecto cualitativo que le parezca que cumple cada pregunta, según los criterios indicados, es decir si están referidos a las variables que aparecen en el proyecto de investigación, considerando los ítems que a continuación se detallan. Por otra parte, cualquier sugerencia relativa a la redacción, contenido, pertenencia y congruencia u otro aspecto que se considere relevante la puede hacer en la casilla de observaciones.

1= Deficiente / 2= Malo / 3= Regular / 4= Bueno / 5= Muy bueno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

Ítem	Redacción					Contenido					Congruencia					Pertinencia				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1				X					X					X						X
2			X						X					X						X
3		X							X					X						X
4		X							X					X						X
5		X							X					X						X
6		X							X					X						X
7		X							X					X						X
8		X							X					X						X
9		X							X					X						X
10		X							X					X						X
11		X							X					X						X
12		X							X					X						X
13		X							X					X						X
14		X							X					X						X
15		X					X							X						X
16		X							X					X						X
17		X							X					X						X
18		X							X					X						X
19		X							X				X							X
20		X							X				X							X
21		X							X				X							X
22			X						X				X							X
23			X						X				X							X
24			X						X				X							X

Firma:

Observaciones:

Anexo K. Cuestionario de Dependencia Emocional



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
 Facultad de Ciencias Sociales
 Escuela Profesional de Psicología

Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

LEMOS M. & LONDOÑO, N. H. (2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1 Completamente falso de mí	2 La mayor parte falso de mí	3 Ligeramente más verdadero que falso	4 Moderadamente verdadero de mí	5 La mayor parte verdadero de mí	6 Me describe perfectamente
--------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------

1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1 2 3 4 5 6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1 2 3 4 5 6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1 2 3 4 5 6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1 2 3 4 5 6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1 2 3 4 5 6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1 2 3 4 5 6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1 2 3 4 5 6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1 2 3 4 5 6
10. Soy alguien necesitado y débil	1 2 3 4 5 6
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1 2 3 4 5 6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1 2 3 4 5 6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1 2 3 4 5 6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1 2 3 4 5 6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1 2 3 4 5 6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1 2 3 4 5 6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1 2 3 4 5 6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1 2 3 4 5 6
19. No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6
23. Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6

Anexo L Cuestionario de Adicción a Redes Sociales



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Psicología

Cuestionario de Adicción de Redes Sociales (ARS)

ESCURRA Y SALAS (2014)

Instrucciones:

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Elija el puntaje del 0 al 4 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

0 Nunca	1 Rara vez	2 A veces	3 Casi siempre	4 Siempre
------------	---------------	--------------	-------------------	--------------

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	0 1 2 3 4
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	0 1 2 3 4
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	0 1 2 3 4
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	0 1 2 3 4
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	0 1 2 3 4
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	0 1 2 3 4
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	0 1 2 3 4
11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	0 1 2 3 4
12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	0 1 2 3 4
13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	0 1 2 3 4
14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	0 1 2 3 4
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	0 1 2 3 4
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	0 1 2 3 4
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	0 1 2 3 4
19. Desculpo a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
20. Desculpo las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	0 1 2 3 4
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	0 1 2 3 4
22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	0 1 2 3 4
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	0 1 2 3 4
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	0 1 2 3 4

Anexo M. Base de datos en Excel

Base de Datos Tesis - Excel

The screenshot shows a Microsoft Excel spreadsheet titled "Base de Datos Tesis - Excel". The ribbon menu is visible at the top, with "Inicio" selected. The "Fuente" (Font) section shows Arial 11pt. The "Alineación" (Orientation) section shows "Ajustar texto" (Wrap Text). The active cell is D10, containing the date "10/11/1999". The data starts at row 2:

Demográficos			Test de Dependencia Emocional																						
fecha de nac.	sexo	Lugar de Procedencia	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
31/01/05	1	Cusco	2	1	1	3	3	1	1	1	1	4	2	1	2	1	2	3	2	2	1	2	4	1	1
04/02/03	1	Cusco	1	4	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1
10/11/99	2	Cusco	3	2	4	3	3	2	2	3	1	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3
04/02/03	2	Cusco	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25/01/04	1	Cusco	3	2	4	4	2	2	3	2	1	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2
10/09/05	2	Cusco	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10/11/99	2	Cusco	5	1	2	1	4	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1
31/01/05	2	Cusco	2	3	5	2	3	4	2	5	1	2	3	2	5	2	3	2	1	3	2	1	2	3	2
13/01/03	2	Cusco	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
14/07/01	1	Cusco	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1
13/04/02	2	Cusco	2	2	4	2	3	3	1	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2
02/07/03	2	Cusco	3	3	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1
22/11/02	2	Cusco	1	1	1	1	4	1	3	1	1	1	3	3	1	3	1	5	3	1	1	1	3	1	1
16/08/03	2	Cusco	1	1	6	1	5	1	1	1	1	1	5	1	3	5	1	1	1	1	1	1	3	1	1
30/05/04	2	Cusco	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2
13/04/04	2	Cusco	6	4	2	1	4	6	6	6	1	3	4	4	6	2	3	3	1	6	6	1	2	1	1
18/02/03	2	Cusco	2	2	1	1	4	2	2	1	1	1	4	4	2	4	1	1	2	2	2	1	2	1	2
05/01/04	2	Cusco	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	4	1	2	4	5	1	1	1	3
20/10/02	2	Cusco	3	2	2	1	1	3	4	1	1	3	2	3	3	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1
28/10/05	2	Cusco	2	3	3	4	5	4	4	2	1	1	4	1	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	1
07/08/99	2	Cusco	3	2	3	2	3	2	4	3	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1
15/09/99	2	Cusco	4	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	6	1	1	1	4
17/04/06	2	Cusco	3	5	2	2	2	2	3	1	1	2	2	6	2	2	3	5	2	3	3	2	5	2	2
01/02/06	2	Cusco	4	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1
02/05/03	2	Cusco	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2
16/11/03	1	Cusco	2	1	2	1	1	6	1	1	1	1	4	1	1	3	1	2	2	1	1	2	2	1	1

Hoja1

car Inicio

Vista Ayuda

Formato condicional Dar formato Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Celdas

Número

Barra de fórmulas

BB	BC	BD
Test de Adicción a Redes Sociales	Datos Sociodemográficos	
1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24.	Señale las redes sociales que más usa: Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram, YouTube, LinkedIn, Telegram, TikTok, Snapchat, Pinterest, Tumblr, Reddit, LinkedIn, Google+, etc.	
1 0 0 2 0 0 0 0 2 1 0 1 4 1 0 1 1 0 0 0 1 0 0 0	12 4 3 6 ✓ 3 5	
3 2 0 4 2 1 1 3 1 1 0 2 2 1 1 3 3 2 1 2 1 1 1 3	12 4 3 6 ✓ 13 5 5	
2 0 0 4 3 2 2 2 4 4 1 0 2 3 0 4 4 2 3 4 2 4 2 4	14 ✓ 1 6	
3 2 1 2 2 1 2 3 4 3 3 2 0 2 2 4 4 2 1 2 3 3 3 3	12 4 3 5 6 ✓ 14 5	
0 1 0 3 0 0 1 0 2 2 0 3 3 2 0 2 2 0 0 1 2 1 0 2	12 4 3 6 ✓ 13 5 6	
2 2 1 4 3 0 2 2 2 3 2 2 1 4 3 3 3 2 2 2 2 2 2 2	2 4 3 5 ✓ 13 5 6	
2 2 3 3 2 2 2 2 3 3 2 3 2 3 2 2 2 2 2 3 1 2 1 2	12 4 3 5 6 ✓ 13 5 6	
0 0 0 1 0 0 1 0 0 1 0 2 4 0 0 1 0 1 0 1 1 0 0 0	12 4 3 6 ✓ 13 5 5	
0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 0 0 0 0 0 0 1 0 0 1 0 0 0 0	14 3 5 6 ✓ 3 4	
3 2 1 1 1 0 1 1 2 4 1 4 3 2 1 1 2 1 2 2 2 1 1 1	14 6 ✓ 12 3 4 5 5	
1 0 0 1 1 1 2 3 2 1 0 1 2 2 0 0 1 2 2 1 0 1 2 2	12 4 3 6 7 ✓ 13 5 5	
1 2 0 2 0 0 0 2 1 2 1 4 4 2 0 2 1 0 2 1 1 2 0 1	12 4 6 ✓ 13 4 5	
3 3 2 1 1 1 1 2 2 3 1 3 1 2 1 1 2 2 1 0 1 0 0 1	2 4 3 5 6 ✓ 13 1	
0 0 0 1 0 0 0 1 1 2 0 1 3 3 0 1 1 0 0 1 1 0 0 0	12 4 3 6 ✓ 3 5	
1 1 0 3 1 0 0 1 2 3 0 2 1 1 1 1 1 0 1 3 2 1 1 1	12 4 3 6 ✓ 13 5 5	
3 2 2 1 2 2 2 2 2 2 3 1 2 1 1 3 2 2 2 2 2 2 2	12 4 3 6 ✓ 13 5 5	
1 1 2 2 1 0 1 2 3 3 1 3 3 3 0 3 2 1 1 2 1 0 0 3	12 3 4 ✓ 3 5	
3 1 2 4 1 2 0 1 2 3 0 3 3 3 1 3 3 3 1 1 1 0 2 3	12 3 4 ✓ 3 6	
0 0 0 1 0 0 0 0 0 1 0 0 1 0 0 1 1 1 0 0 0 0 0 0	12 3 4 ✓ 3 4	
3 2 2 3 2 1 2 3 4 3 2 2 0 3 1 3 3 2 1 3 3 2 3 3	12 4 3 6 ✓ 13 4 5 5	
1 1 1 4 3 2 3 2 4 4 1 2 3 1 0 1 4 1 1 3 4 3 2 3	12 4 3 5 6 ✓ 1 5	
2 1 1 2 1 0 1 2 1 2 1 1 3 1 1 2 2 1 0 1 1 1 2 1	12 4 3 5 6 ✓ 13 4 5 6	
1 1 0 3 3 1 1 1 4 3 0 1 1 1 1 2 2 1 1 2 2 1 1 2	14 ✓ 3 6	
1 0 0 1 0 0 0 0 1 1 0 0 3 1 1 1 1 0 0 1 1 0 0 0	12 4 3 6 ✓ 13 5 5	
2 0 0 3 1 0 1 0 2 3 1 4 1 1 0 1 1 1 0 1 1 0 1 2	12 4 3 5 6 ✓ 1 5	
1 3 1 3 0 0 0 1 3 2 1 3 3 1 0 3 2 1 0 0 2 0 0 0	12 3 4 ✓ 1 6	

Anexo N. Base de datos en el programa estadístico SPSS

Mi tesis s13 invertido NUEVO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiquet
22	p2	Numérico	8	0	
23	p3	Numérico	8	0	
24	p4	Numérico	8	0	
25	p5	Numérico	8	0	
26	p6	Numérico	8	0	
27	p7	Numérico	8	0	
28	p8	Numérico	8	0	
29	p9	Numérico	8	0	
30	p10	Numérico	8	0	
31	p11	Numérico	8	0	
32	p12	Numérico	8	0	
33	p13	Numérico	8	0	
34	p14	Numérico	8	0	
35	p15	Numérico	8	0	
36	p16	Numérico	8	0	
37	p17	Numérico	8	0	
38	p18	Numérico	8	0	
39	p19	Numérico	8	0	
40	p20	Numérico	8	0	
41	p21	Numérico	8	0	
42	p22	Numérico	8	0	
43	p23	Numérico	8	0	
44	s1	Numérico	8	0	
45	s2	Numérico	8	0	

ventana Ayuda

Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{1, Complet...}	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{0, nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
{0, nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada

IBM SPSS Statistics Processor está listo

Unicode:ACTIVADO

21/0

Mi tesis s13 invertido NUEVO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana

1 p1 p2 p3 p4 p5 p6 p7

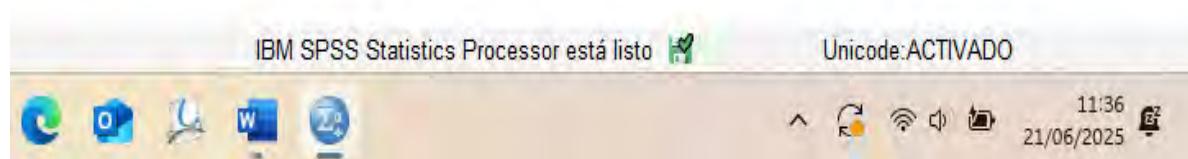
	1	2	1	1	3	3	1	1
1								
2		1	4	1	1	4	1	1
3		3	2	4	3	3	2	2
4		2	1	1	1	2	2	1
5		3	2	4	4	2	2	3
6		1	1	1	1	1	1	1
7		5	1	2	1	4	1	2
8		2	3	5	2	3	4	2
9		3	3	3	3	3	3	3
10		4	1	1	1	1	1	1
11		2	2	4	2	3	3	1
12		3	3	3	1	2	2	2
13		1	1	1	1	4	1	3
14		1	1	6	1	5	1	1
15		3	2	2	2	2	2	2
16		6	4	2	1	4	6	6
17		2	2	1	1	4	2	2
18		2	1	1	1	1	1	4
19		3	2	2	1	1	3	4
20		2	3	3	4	5	4	4
21		3	2	3	2	3	2	4
22		4	1	2	1	1	1	1

Vista de datos Vista de variables

tana Ayuda

Visible: 67 de 67 variables

	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	
1	1	1	4	2	1	2	1	2	1
1	1	2	2	1	1	4	1	4	1
2	3	1	3	3	1	4	2	3	1
1	1	1	1	3	1	1	1	1	1
3	2	1	2	2	4	3	2	2	1
1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
2	1	1	1	2	1	1	1	1	1
2	5	1	2	3	2	5	2	3	1
3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
1	1	1	4	1	1	1	1	1	1
1	3	1	1	2	1	2	2	2	1
2	2	1	1	2	2	1	1	2	1
3	1	1	1	3	3	1	3	1	1
1	1	1	1	5	1	3	5	1	1
2	1	1	1	1	2	2	2	2	1
3	6	1	3	4	4	6	2	3	1
2	1	1	1	4	4	2	4	1	1
1	1	1	3	1	1	1	4	1	1
1	1	1	3	2	3	2	3	3	1
2	2	1	1	4	1	3	3	3	1
3	3	1	2	3	2	3	2	2	1
1	4	1	1	1	1	1	3	1	1



Anexo O. Resoluciones Administrativas emitidas por la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

Facultad de Ciencias Sociales

RESOLUCIÓN N° D-292-2024-CS-FCS-UNSAAC.

Cusco, 07 de febrero del 2024

EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

Visto, el expediente N.º 608683, presentado por el Bachiller, **ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ** con código universitario N.º 121210 solicitando ser Declarado Apto, para optar al Título Profesional de Licenciado en Psicología, en la modalidad de TESIS UNIVERSITARIA;

CONSIDERANDO

Que, la Comisión de revisión de Expedientes de Títulos de la Escuela Profesional de Psicología, integrado por el presidente MGT. JUAN SEGISMUNDO DURAND GUZMAN, y los integrantes MGT. LUCIA ROMAN LANTARON y el MGT. PERCY EDGARD YÁÑEZ MUJICA, en la fecha alcanza a este Decanato el Dictamen N°013-2024-EPPs-UNSAAC con fecha de 31 de enero del 2024 sobre la conformidad del expediente del visto, organizado por el recurrente;

Que, de la revisión de su expediente se puede verificar que el Bachiller en mención aprobó DOSCIENTOS DIECISIETE (217) CRÉDITOS ACUMULADOS de los Doscientos Once Créditos exigidos por la Curricula de Estudios 2009, a la cual pertenece;

Estando, a las consideraciones señaladas, y a las atribuciones conferidas a este decanato de conformidad a los dispositivos legales vigentes.

RESUELVE

PRIMERO. - DECLARAR APTO a Don, **ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ** con código universitario N.º 121210, para optar al **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGIA** en la modalidad de TESIS UNIVERSITARIA.

SEGUNDO. - AUTORIZAR al recurrente, para que pueda proseguir con los demás trámites exigidos por el Reglamento de Grados y Títulos de la **Escuela Profesional de Psicología**

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE, ÚNASE A SUS ANTECEDENTES Y ARCHÍVESE.

c.c.:
Comisión Revisora CU,
File,
Interesado,
Archivo.
FMM/rmaf





**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
Facultad de Ciencias Sociales**

RESOLUCION N° D-1163-2025-EPPs-FCS-UNSAAC

Cusco, 27 de mayo del 2025

EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

Visto, el Expediente Nro. **840467** presentado por el Bachiller **ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ**, que solicita **NOMBRAMIENTO DE DICTAMINANTES** para su Trabajo de Tesis **INDIVIDUAL** adjunto;

CONSIDERANDO

Que, mediante la resolución N° **D-292-2024-CS-FCS-UNSAAC**, el recurrente ha sido declarado apto para optar al Título Profesional de Licenciado en Psicología, **Modalidad de Tesis Universitaria**;

Que, el expediente cuenta con un informe **TURNITIN antiplágio**, firmado por el **asesor de Tesis: Dr. Edgar Yarahuanan Luna**.

Que, el trabajo de tesis presentado, ha sido aprobado e inscrito en el Registro de Inscripción de Plan de Tesis de la Escuela Profesional de Psicología, mediante resolución N° **D-2607-2024-FCS-UNSAAC de fecha 3 de setiembre del 2024**;

Que, mediante el informe **N°022-2025/EPPs/PEYM** emitido en la fecha **21 de mayo del 2025**, por el director de la Escuela Profesional de Psicología, quien alcanza la propuesta de la conformación de los dictaminantes. El Decano de la Facultad de Ciencias Sociales, ha procedido con el sorteo de **Dictaminantes**.

Estando, a las consideraciones señaladas y a las atribuciones conferidas a este Decanato, por los dispositivos legales vigentes;

RESUELVE

PRIMERO. - NOMBRAR a los señores Docentes del Área:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ MGT. LUCIA ROMAN LANTARON ➤ MGT. HERNAN AGUIRRE COLPAERT | PRIMER DICTAMINANTE
SEGUNDO DICTAMINANTE |
|---|---|

Del Trabajo de Tesis individual intitulado: "**DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ALUMNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA UNSAAC, DURANTE EL PERÍODO DE ESTUDIOS 2024-II**", presentado por el bachiller **ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ**, para optar al Título Profesional de Licenciada en Psicología.

SEGUNDO. - LOS DOCENTES DICTAMINANTES nombrados en el acápite anterior, conforme al Art. 138 del Reglamento de Grados y Títulos, deberán emitir el Dictamen sobre la **SUFICIENCIA** del trabajo que se remite, **dentro de los 10 días hábiles**, bajo responsabilidad.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE ÚNASE A SUS ANTECEDENTES Y ARCHÍVESE.

C.C.:
Comisión Revisora CU (2)
Dictaminantes (2)
File (2)
Interesada
Archivo
FMM/cmaf





UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

RESOLUCION Nro. D-2607-2024-FCS-UNAAC

Cusco, 3 de setiembre del 2024

EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO.

VISTO, el expediente con Nro. 666986 presentado por el Bachiller ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ, con código de matrícula N°121210, solicitando APROBACIÓN DEL ANTEPROYECTO DE TESIS Y DESIGNACIÓN DE ASESOR(A).

CONSIDERANDO:

Que, mediante el MEMORANDUM N°48-UI-FDCS-UNAAC-2023, con fecha 1 de agosto del 2024, se nombra al MGT. HERNAN AGUIRRE COLPAERT, como docente Revisor del plan de Tesis individual intitulado "DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ALUMNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA UNSAAC, DURANTE EL PERÍODO DE ESTUDIOS 2024-II" Presentado por el Bachiller

VISTO, el expediente con Nro. 666986 presentado por el Bachiller ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ.

Que, en la fecha 16 de agosto del 2024, el docente revisor designado presenta a este Decanato el Dictamen favorable para la APROBACION del Plan de Tesis, referido.

Estando, a las consideraciones señaladas y a las atribuciones conferidas a este Decanato de conformidad a los dispositivos legales vigentes;

R E S U E L V E:

PRIMERO. - APROBAR el plan del Trabajo de Tesis individual como "DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ALUMNOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA EN LA UNSAAC, DURANTE EL PERÍODO DE ESTUDIOS 2024-II", presentado por el Bachiller ROBIN DOUGLAS GAMARRA RODRIGUEZ, para optar al título Profesional de Licenciado en Psicología, DISPONIENDO su inscripción en el **REGISTRO DE INSCRIPCIÓN DE PLAN DE TESIS N° 216 FOLIOS 136 Y 137** de la Escuela Profesional de Psicología.

SEGUNDO. – NOMBRAR al DR. EDGAR YARAHUAMAN LUNA como ASESOR del Plan de Tesis referido.

TERCERO. - DEJAR ESTABLECIDO que el Plan de Tesis aprobado será desarrollado dentro del término de 24 meses, vencido el cual debe ser actualizado, caso contrario queda sin efecto su inscripción, conforme al Art. 136 del Reglamento Académico de la UNSAAC aprobado por Resolución N° CU-093-2017-UNAAC de fecha 14 de febrero del 2017.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE.

C.C.
E.P. Psicología
Asesor:
Fte
Intendente
FMH/mal.

