



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ATLACOMULCO
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

**RELACIÓN ENTRE LA REGULACIÓN EMOCIONAL, ADICCIÓN A
LAS REDES SOCIALES Y RENDIMIENTO ESCOLAR, EN
ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE IXTLAHUACA**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

PRESENTA

JOSÉ RODRIGO NICANOR HERNÁNDEZ

No. DE CUENTA

1674205

ASESOR

DR. ARTURO ENRIQUE OROZCO VARGAS.

Mayo de 2021

ÍNDICE

RESUMEN	IV
INTRODUCCIÓN	1
MARCO TEÓRICO	3
Capítulo. I Adicción a las redes sociales	3
1.1 Definición	3
1.2 Antecedes de las Redes Sociales	6
1.3 Tipos de redes sociales	10
1.4 Adicción a Internet	14
1.5 Características de usuarios que utilizan una red	16
1.6 Ventajas de las Redes Sociales	17
1.7 Desventajas de las Redes Sociales	20
1.8 Tipos de Redes Sociales más utilizadas en el Estado de México	23
1.9 Factores de Riesgo	25
Capítulo II. Regulación emocional	29
2.1 Definición de regulación emocional	29
2.2 Dimensiones de la regulación emocional	30
2.3 Características de la regulación emocional	31
2.4 Dificultades en la regulación emocional	32
2.4 Habilidades de regulación emocional	33
Capítulo III. Rendimiento Escolar	35
3.1 Definición de rendimiento escolar	35
3.2 Tipos de rendimiento escolar	36
3.3 Elementos que intervienen en el rendimiento escolar	37
3.3.1 Autoconcepto	37
3.3.2 Autoeficacia	38
3.3.3 El contexto escolar	38
3.3.4 Factores Socioeconómicos	38
3.3.5 El profesor	39
3.3.6 Móviles	39
3.4 Dimensiones que inciden en el Rendimiento Escolar	39
MÉTODO	42
Objetivos	42

Objetivo general.....	42
Objetivos específicos.....	42
Planteamiento del problema.....	42
Pregunta de investigación.....	45
Hipótesis.....	45
Hipótesis de trabajo (Ht).....	45
Hipótesis nula (Ho).....	45
Hipótesis alterna (Ha).....	45
Tipo de estudio.....	45
Variables.....	46
Instrumentos.....	47
Población y muestra.....	50
Diseño de la investigación.....	50
Captura de la información.....	50
Procesamiento de la información.....	51
RESULTADOS.....	52
DISCUSIÓN.....	70
CONCLUSIONES.....	73
SUGERENCIAS.....	74
REFERENCIAS.....	75

RESUMEN

Con la evolución de las nuevas tecnologías de la información ha habido un auge en la promoción de las redes sociales en internet. Estos son los sitios web, con servicio de redes sociales, los cuales se pueden acceder a partir de una extensa gama de dispositivos electrónicos con enlace a internet. Estos sitios se actualizan continuamente para un mejor servicio, de esta manera hay un aumento en el número de usuarios día a día, así mismo cada vez brindan una gran diversidad de información. De este dinamismo surge la importancia de una investigación continua en esta área, una indagación que constituya relaciones entre la obsesión, falta de control, y el uso excesivo de las redes sociales. Este fenómeno es importante por las consecuencias psicológicas que se pueden llegar a presentar tanto de manera emocional como en lo personal.

Las emociones son parte de la vida cotidiana, con la meta obtener aquello que nos planteamos. De esta manera, los individuos utilizamos diversas estrategias de regulación emocional, la cuales conforman el proceso por el que tratamos de transformar la expresión de una emoción ante una determinada situación. De este modo, debido a los bajos rendimientos que se muestran en nuestro país, es necesario efectuar indagaciones para determinar los orígenes de estos problemas.

La presente investigación se llevó a cabo con el propósito de establecer una posible relación entre la regulación emocional, adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en 105 adolescentes de la Escuela Preparatoria Oficial Número 136 del municipio de Ixtlahuaca de 5to semestre, teniendo en cuenta la edad y el sexo. Los instrumentos que se utilizaron fueron el cuestionario de Adicción a Redes sociales, el cuestionario de regulación emocional cognitiva y el promedio de notas que evalúa el rendimiento académico. Utilizando la prueba r de Pearson, la cual arrojó correlaciones positivas y estadísticamente significativas en las dimensiones de las variables estudiadas.

Los resultados mostraron la existencia de una relación entre las variables de estudio, la dimensión de regulación emocional y adicción a las redes sociales, puntúan en niveles altos, mientras que el rendimiento escolar con las redes sociales se encuentra en niveles bajos. Así mismo, los participantes manifiestan tener un control de sus emociones, de ello se infiere que sean capaces de controlar el uso de las redes sociales sin llegar a una adicción. Sin embargo, en algunos participantes, el uso excesivo de las redes sociales se ve reflejado en su rendimiento escolar bajo.

Palabras claves: redes sociales, regulación emocional, rendimiento escolar.

ABSTRACT

With the evolution of new information technologies there has been a boom in the promotion of social networks on the internet. These are the websites, with social networking service, which can be accessed from a wide range of electronic devices with an internet link. These sites are continually updated for a better service, in this way there is an increase in the number of users day by day, as well as each time they provide a great diversity of information. From this dynamism arises the importance of continuous research in this area, an inquiry that constitutes relationships between obsession, lack of control, and excessive use of social networks. This phenomenon is important due to the psychological consequences that can occur both emotionally and personally.

Emotions are part of everyday life, with the goal of obtaining what we set ourselves. In this way, individuals use various emotional regulation strategies, which make up the process by which we try to transform the expression of an emotion in a given situation. In this way, due to the low performances that are shown in our country, it is necessary to carry out inquiries to determine the origins of these problems.

This research was carried out with the purpose of establishing a possible relationship between emotional regulation, addiction to social networks and school performance in 105 adolescents of the Official Preparatory School Number 136 of the municipality of Ixtlahuaca of the 5th semester, considering age and sex. The instruments used were the Social Media Addiction questionnaire, the cognitive emotional regulation questionnaire and the grade point average that evaluates academic performance. Using Pearson's r test, it presented positive and statistically significant correlations in the dimensions of the variables studied.

The results showed the existence of a relationship between the study variables, the dimension of emotional regulation and addiction to social networks, score at high levels, while school performance with social networks is at low levels. Likewise, the participants claim to have control of their emotions, then they are able to control the use of social networks without becoming addicted. However, in some participants, excessive use of social networks is reflected in their low school performance.

Key words: social networks, emotional regulation, school performance.

INTRODUCCIÓN

En la escuela es muy recurrente percibir que en las clases, como en las zonas de descanso, a los alumnos haciendo uso de su dispositivo electrónico, mediante el cual están conectados a una red social de internet, por lo que buscan diversa información, comunicación con numerosas personas de diferentes partes del mundo, abandonando a sus compañeros o familiares que están a su lado, dándole más importancia a un chat o una publicación en una red social, eso implica que los usuarios estén la mayoría de su tiempo revisando sus redes sociales, generando así una adicción a las redes sociales, quienes producto de su inmadurez son los más vulnerables a estos impactos, ejerciendo comportamientos en su rendimiento académico y estados emocionales por lo cual nos hace pensar si está realizando un uso adecuado o representa una distracción.

Hace tiempo se han realizado investigaciones sobre el uso del internet, por razones problemáticas de adicciones (Ahmadi, 2014; Cho et al., 2014; Carbonell, Fúster, Chamarro y Oberst, 2012; Kuss y Griffiths, 2011; Young, 1998). Por lo que se le atrae como consecuencia una pérdida de control del tiempo de uso, falta de ejercicio físico, desvelarse a altas horas de la noche, mentir sobre su uso, estar al pendiente de la web, falta de diversificar sus tiempos, abandono de actividades, falta de interés, ansiedad y angustia por estar conectados. Así mismo las adicciones implican elementos biológicos, psicológicos y sociales, por lo que Griffiths (2014) expuso desde la perspectiva biopsicosocial un modelo de componentes de la adicción, en el que se le asignan características tales como cambios de estado de ánimo, síntomas de abstinencia, problemas y declives.

Hoy en día las redes sociales son la principal herramienta por la cual se conectan al internet en México, utilizado por el 83% de internautas mexicanos, por lo que es importante distinguir su estudio (Asociación de Internet MX, 2017). Por lo que se tiene el conflicto para apartarse del celular, estar atento, uso en lugares no adecuados e inclusive frente a otras personas, descuido de acciones importantes, optar por comunicarse mediante este, tenerlo junto del lugar de descanso para

utilizarlo a cualquier tiempo, así como ignorar las notificaciones de uso excesivo, minimizar los efectos e irritación al concebirse vulnerable con respecto a su uso (Corral, 2014).

Por lo habitual las emociones son vistas y distinguidas por las personas, como impulsos irresistibles con las que no se puede combatir y que infaliblemente afectan la conducta y la vida cotidiana de manera negativa. No obstante, esto no es así, puesto que hace un tiempo las emociones, los estados de ánimo y los afectos han emprendido a ganar importancia no solo entre los científicos, sino también en la sociedad en general. Así como menciona Zaccagnini (2004), la sociedad actual ha permitido un nuevo papel a las emociones. Estas han dejado de ser algo negativo a cohibir para cambiar en un componente positivo que ayuda a ejercer y tomar decisiones y, por tanto, a adecuarse a la vida cotidiana. Los individuos son capaces de aumentar, conservar o comprimir sus emociones positivas y negativas cuando lo apetezcan o requieran; por lo tanto, están preparados para transformar su conducta, dependiendo de sus intereses, motivos o de las circunstancias en las que se encuentran (Koole, 2009).

Si bien las emociones promueven las acciones, hay que tomar en cuenta que es preciso controlarlas y una parte significativa de este régimen de dominio sobre la conducta se relaciona con la regulación emocional (Gross & John, 2003).

Por último, resta marcar que estudios anteriores mencionan que el uso incorrecto de las estrategias de regulación emocional concibe más fragilidad frente a la presencia de acontecimientos negativos y extiende las posibilidades de desarrollar síntomas psicopatológicos (Garnefski & Kraaij, 2007), mientras que un uso apropiado de las mismas amplifica la tolerancia de experiencias vitales negativas.

MARCO TEÓRICO

Capítulo. I Adicción a las redes sociales

En el siguiente capítulo se abordará la variable Adicción a las redes sociales, donde se dará a conocer, en un primer momento, la definición de Adicción a las redes sociales con la finalidad de conocer el proceso de formación de la misma, su consolidación y los distintos enfoques que la explican. Posterior a ello, se presentan las diferentes conceptualizaciones de las adicciones que existen, etapas y tipos, para finalmente mostrar las investigaciones que han realizado de la misma y a qué resultados se ha llegado, permitiendo contextualizar al lector respecto a la variable de Adicción a las redes sociales.

1.1 Definición

Las redes sociales es un término actual que ha adquirido gran auge durante los últimos años. Este ha sido definido por varios autores quienes han retomado este término para adecuarlo a las necesidades de cada perspectiva. Para ello, “Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos”, afirma Celaya (2008). La razón es interactuar con diferentes personas, por medio de servidores electrónicos, fomentar las relaciones sociales, la autorrealización personal, aportar valor y entretener compartiendo fotos, páginas y noticias donde se hacen recomendaciones para satisfacer las necesidades de los usuarios.

Para Bartolomé (2008), las redes sociales muestran lo que en tiempos anteriores se expresaba mediante socio-gramas, por medio de una serie de puntos representando a sujetos, marcadamente unidos por líneas que componían relaciones, misma representación de una red social. Sin embargo, esta puede ser variada pues las redes sociales influyen en gran parte al ser humano, estas mismas a través de ello han transmitido una nueva orientación al internet y la forma en que los internautas le dan uso. El espacio virtual anteriormente era para investigar, mandar correos electrónicos, hoy en día el individuo hace uso de esta no obstante el proceso es mucho más fácil y rápido pues la información que se envía se recibe en segundos así mismo se pueden añadir imágenes, videos, grabaciones además de ello existe una extensa gama de gráficos que representan los estados emocionales de una persona expresando sus ideologías, sentimientos y emociones.

Deitel y Deitel (2008) mencionan que el objetivo de las redes sociales pueden ser para intercambios económicos, amistades, sin embargo también se considera para el medio de interacción de diferentes partes del mundo, estos espacios son muy populares hoy en día entre los jóvenes, de esta manera tienen una semejanza con una gran variedad de recursos para intercambiar información así mismo de ser entretenidos por lo que a través de ellos se puede jugar, adjuntar fotos y videos, realizar obsequios electrónicos, constituir grupos de usuarios para intercambiar todo tipo de información, la finalidad de ello es interactuar entre los sujetos colindantes y distantes.

Las redes sociales han sido definidas como el medio por el cual se facilita la socialización, por medio del intercambio de mensajes en texto así mismo el intercambio de fotos y videos. De esta manera, todas las particularidades que hacen interesantes a las redes sociales son especialmente apreciadas por los usuarios adolescentes con el objetivo de reconocimiento y popularidad en la sociedad (Echeburúa y Requesens, 2012).

Así mismo, Bao, Flores y Gonzales (2009), muestran que el enfoque de las redes sociales es integrar gran cantidad de usuarios posibles, esto se permite por las diversas herramientas que avalan la tenacidad de los consumidores, por medio de estos equipos se puede realizar diversas actividades como es la indagación de contactos, mensajería al momento, difusión de información particular, incluir fotos y videos. Es relevante considerar que esta tecnología está continuamente en mejora, ya que simplemente de este modo podrán adaptarse al cambio que exigen los consumidores.

Mientras tanto, para Ellison (2007), las redes sociales (SNS) permiten a los usuarios articular sus redes sociales estableciendo conexiones con otros, de esta manera pueden estar orientados hacia contextos relacionados con el trabajo, iniciación de una relación sentimental, vinculando aquellos intereses simultáneos como la música o la política. Así mismo, los usuarios logran disponer los espacios para interactuar con individuos que ya conocen o para conocer gente nueva, mediante diversas maneras de comunicación como el chat o audiencias que hacen que sea más fácil para las individuos conservar su comunicación y mantener a sus amistades, además de ello se crea un perfil similar o en ocasiones se hacen modificaciones diferentes por lo que el de internet hace posible que los usuarios decidan qué información presentar sobre su personalidad que desean compartir con otros.

Ha sido definido a los sitios de redes sociales como una herramienta de la web que reconocen a los individuos para fundar una organización o semipúblico entre un régimen acotado, emitiendo un directorio de otros consumidores con los que comparte un vínculo, percibir su directorio de enlaces y las ejecutadas por otros dentro del sistema. El entorno y la simbolización de estos enlaces consiguen modificarse de un enlace a otro (Pérez, 2013).

Andreassen (2015) refiere que integrar las redes sociales en la vida cotidiana es algo normal, puesto que es un recurso que necesita el ser humano para su vida diaria. Mientras que de esta forma ofrecen un servicio para tener en cuenta el carácter social del hombre y de ello consigue manifestar prontamente su reputación.

La demanda de agrupación en un mundo en que la existencia urbana innovadora desarrolla a distanciar a los sujetos es considerablemente integrada por las redes sociales y éstas consiguen compensar igualmente otras necesidades muy significativas: seguridad y beneficio (Kadushin, 2012). Hay mejorías innegables en la intercomunicación por medio del internet en general y sobre todo en las redes sociales, por mencionar algunos, la eventualidad de obtener “un aumento de tiempo para crear y editar mensajes con un excelente reconocimiento en la manera en que se muestra a otros” (Caplan y High, 2011).

De esta manera, la gran aproximación entre los adolescentes y la innovación de tecnologías implica un peligro elevado para el impulso de una adicción a las redes sociales en el caso de los adolescentes y adultos jóvenes (Thompson y Loughed, 2012). Como hemos visto, se consideran varias definiciones sobre las redes sociales, en las cuales los autores concuerdan que son un sitio con el propósito de interactuar, informar, compartir contenido y establecer sociedades.

1.2 Antecedes de las Redes Sociales

Concebir el origen de las redes sociales es complejo, su comienzo es confuso considerando su progreso acelerado, consta de diferentes opiniones al respecto, asimismo las plataformas van cambiando en lapsos muy cortos. De esta manera, hay páginas web que se tienen presentes hoy, sin embargo, quizá mañana no existan, innovando nuevas plataformas. Por tal motivo, en poco período en cualquier descripción que se pretenda mostrar de ellos será obsoleta. No obstante, está claro que en un principio los iniciales experimentos de comunicación fueron por medio del Internet siendo el origen que dio pauta a lo que después serían los servicios de redes sociales que conocemos en la actualidad, con la oportunidad de crear de un perfil y directorios. Por lo que con ello se creó lo que hoy conocemos como redes sociales puesto que de esta manera han surgido los aspectos que hacen distinguido al mundo del internet (Castillo, 2013).

Las redes sociales han tenido apertura en el período de 1997, sin embargo puede verse como un hecho nuevo, lo cual han surgido desde antes del origen de la Web 2.0, de esta manera se funda la web SixDegrees.com, por lo que las principales particularidades de este sitio web era la elaboración de perfiles, tener una lista de amistades, así como el envío de mensajes. Tal es el caso de la web AsianAve (1997), BlackPlanet (1999) y MiGente (2000) que podía realizar perfiles exclusivos, profesional o de contactos y se podía agregar colaboradores sin la autorización por parte de la persona que se deseaba añadir. Así mismo productos como CyWorld7 (2001) o LunarStorm (2000) se redefinieron para emprender a adicionar aspectos adecuados de red social tales como registros de conocidos, compendios de visita y páginas propias, después surgió la webs como Ryze.com (2001), Friendster (2002), Tribe.net (2003), LinkedIn (2003), todos ellos se apoyaron en su creación (Boyd y Ellison, 2007).

Por otra parte la idea era implantar una nueva concepción para el medio de las redes, el cual consistía en tener la posibilidad de conseguir conectar con diversos individuos de la tierra. Sin embargo, empezaron a extender los números de consumidores, de tal forma que los servidores tenían deficiencias en su servicio teniendo problema de conexión por el exceso de usuarios, se saturaban las paginas continuamente (Prato, 2010).

Por consiguiente, las redes se fueron conociendo mundialmente, asimismo se introdujeron otras páginas tales como eConozco en el año (2003), enfocada para un uso profesional mientras que Orkut en (2004), encaminada principalmente en un diseño restringido en el cual el individuo solo aceptaba a individuos que anticipadamente había realizado una invitación de otros. Simultáneamente, en Estados Unidos existieron diversas redes sociales que se popularizaron prontamente con una contribución propia de Google, los tags asociadas a una página web que permitía buscar fotos o vídeos. De esta forma, a través de los tags es permitido construir amistades entre individuos del cual ha concedido que florezca diversos productos sociales , tal es el caso de la red deLicio.us la cual permitía buscar enlaces a páginas web, mientras que la red social Flickr permitía un chat así

como la posibilidad de poder recibir y enviar fotografías al instante. No obstante, la modalidad dejó de funcionar de esta manera YouTube fue quien se dedicó a compartir vídeos, lo cual han generado conjuntamente ser una gran red social en la que constituyen sujeciones particulares, así mismo se crea lo que conocemos como inteligencia colectiva, lo que genera la concepción de innovaciones que variados usuarios han depositado a lo largo del tiempo (Lévy, 2010).

Mientras tanto para Redondo (2010), menciona que para varios consumidores el conocimiento del origen de las redes sociales es algo nuevo, lo cual no es así, desde hace ya tiempo se creó la red social en Internet en el año de 1997, sin embargo hacia el año 2000 dejaron de brindar el servicio, así como ocurrió con diversas otras webs de este modo se percibe como Crisis del puntocom. Mientras tanto, Facebook nació en 2004 de modo que los precursores restringieron el periodo del sitio web a los alumnos de Harvard, pero consecutivamente se extendieron a organismos de escuelas con un nivel superior en el año de 2006, posteriormente quedó abierta para el público en general, enseguida se fundaba Twitter en un período rápido.

Para el año de 2006 Myspace fue la primordial red en destacar con millones de consumidores, aumentando con gran rapidez sin embargo posterior a ello inicio a estar para el público la red que hoy en día es muy utilizada por los usuarios, Facebook el cual funcionó partir de la validación del boom de Myspace. Muy rápidamente para el año 2010 Facebook reafirmaba la gran cantidad de usuarios por lo que las cuentas registradas eran elevadas, de esta manera una parte de los consumidores se conectaba por medio de dispositivos portátiles (Domínguez, 2009).

Después de ello en el año 2007, se inició la integración de diversas redes sociales, de esta manera la principal función radicaba en la comunicación instantánea basada en email, que ampliaban peculiaridades en los perfiles de los usuarios. La transformación los llevó a tener cambios específicos en sus relaciones sociales en Internet. Así mismo en ese periodo Myspace tuvo un gran realce por toda la comunidad, conocida por la gran mayoría de usuarios de esta manera existían

requisitos para aquellos que deseaban adquirirlos por lo que los registros de los usuario establecer perfiles concretos y específicos para conectarlos (Freire, 2008).

Otras redes mínimas destacaron también en 2009. Entre las cuales, YouTube, Flickr y Twitter enfatizan al aumento de usuarios que se integran diariamente así mismo como Facebook quien sobresale por ser una de las principales herramientas en las que los consumidores pasan gran parte de su tiempo usando la página. Hoy en día estas estructuras formadas de internet dominan enfoques por preferir hacer uso de ellas por parte del público en general, siendo las principales páginas web concurridas (Solís, 2011). De esta manera, en el año 2010 Google crea Google Buzz, constituida con Gmail, así mismo se origina Pinterest, mientras tanto en el 2011 se lanza una nueva aplicación llamada Google+ siendo de la misma línea de Google, fundando una más del mundo virtual (Prato, 2010).

Aunque supuestamente pueda considerarse que el triunfo de una plataforma virtual se mide por su aumento de subcripciones por toda la colectividad del mundo, la realidad es que se han desarrollado distintas plataformas específicas hacia la necesidad de los consumidores. De esta manera estas páginas de internet suministran el incremento de comunicaciones, lo cual radica más allá del acercamiento personal permitiendo instalar plataformas para cautivar y entretener a los usuarios. La concepción del gusto por las plataformas virtuales es un dato inseguro por parte de los internautas, sin embargo la magnitud y reputación ha forzado a numerosas agrupaciones y organizaciones generales a limitar su uso en la ejecución del trabajo, puesto que de esta manera la totalidad de las páginas de internet son la causa adquirir entretenimiento en lugar de obtener concentraciones y realizar acciones remuneradoras para la corporación. Más sin embargo, se considera el fomento de preferencia por el hecho de las diversas funciones que brindan las páginas sociales, puesto que se originan lazos de comunicaciones entre sociedades virtuales. Las cuales no solo se enfocan a un tema en específico sino forma parte de una costumbre para los usuarios, por el momento hasta las plataformas de internet han adquirido éxito por el hecho que funge como un medio para pasar el tiempo y entretenerse con las novedades, no obstante la idea es que

se apliquen para ejecutar labores colaborativas entre organizaciones e individuos de manera útil (Ponce, 2012).

Las tecnologías de la comunicación constituyen una razón en nuestras vidas, razón por la cual las nuevas representaciones de formación social influyen significativos cambios socio-económicos. De esta manera, la utilización de las páginas web se refleja por medio de las plataformas sociales que mantiene los modos comunicativos de manera sensata así como informal. La situación que presenta, el nivel más simbólico es el origen de un ambiente emblemático de socialización, siendo el principal factor sustituyendo los lugares de convivencia, estableciéndose como punto estratégico de la transformación de la concepción de los adolescentes. Por lo cual resulta un origen incuestionable de las razones por las que se refleja que las tecnologías están cambiando la manera de relacionarse de esta manera la evolución que se establece, sin duda, es el futuro de los sitios de comunicación (Ruiz y De Juanas, 2013).

1.3 Tipos de redes sociales

Las redes sociales ayudan a mantener relaciones entre individuos en un período real, por medio de aparatos electrónicos sociales, consignados para construir amistades y problemas, siguiendo esta misma línea se considera la siguiente categorización (Burgueño, 2009).

Por su público, objetivo y temática

- **Plataformas horizontales:** Se caracterizan por estar dirigida para el público, considerando un propósito en concreto, el cual es relacionar personas brindando las similares particularidades: establecer una cuenta personal, posibilidad de enviar y recibir información, agregar amigos y familiares, las aplicaciones web que tienen estas funciones son: Facebook, Hi5, MySpace, Orkut, Sonico, Tuenti, Bebo, Netlog, Google+ y Badoo.

- **Plataformas verticales:** Están instituidas con el fin de concentrar un compuesto concreto, es decir en función de su especialidad de compartir agrados e intereses por parte de los usuarios que requieren de un contexto de interacción común. Clasificándose en sub-plataformas:
 1. **Plataformas profesionales:** Son encaminadas para crear intercambios entre profesionales un ejemplo de ello son: Viadeo, Xing y Linked In.
 2. **Plataformas de ocio:** La particularidad es concentrar a usuarios que tienden a realizar actividades de pasatiempo, entretenimiento, diversión y distracción. Los cuales pueden ser: Wipley, Minube Dogster, Last.FM y Moterus.
 3. **Plataformas mixtas:** Brindan a individuos y organizaciones un contexto definido llevar a cabo acciones tanto profesionales como particulares de acuerdo a su identidad, estos son: Yuglo, Unience, PideCita, 11870.

Por usuario primordial de la comunicación

- **Plataformas humanas:** Se caracterizan por su principal función en promover interacción entre sujetos articulando a los consumidores de acuerdo a su identidad personal y de acuerdo de sus agrados, afinidades, zonas de labor y actividades personales. Ejemplos de este tipo son: Koornk, Dopplr, Youare y Tuenti.
- **Plataformas de contenidos:** Se crea por medio de cuentas personales por medio de publicaciones, los archivos que integran los sujetos están en su computadora. Por mencionar algunos: Scribd, Flickr, Bebo, Friendster.
- **Plataforma de objetos:** Consisten en formar parte de un fragmento peculiar entre páginas web, su particularidad es adherir etiquetas, vehículos y territorios. También para compartir los recuerdos de los seres queridos (difuntos). Un ejemplo de esta clasificación es: Respectance.

Localización geográfica

- **Plataformas sedentarias:** Son páginas web que se encargan de modificar la ocupación de la interacción entre sujetos, tales como archivos compartidos o los eventos creados. Algunas plataformas son: Rejaw, Blogger, Kwippy, Plaxo, Bitacoras.com, Plurk.
- **Plataformas nómadas:** Son particularidades adecuadas para localización geográfica del individuo. De esta manera su función es disponer y ubicar a los usuarios que se localizan en una zona o bien que se encuentren próximos al contexto donde este se sitúe el consumidor, a las zonas a las que ha concurrido. Ejemplo de ello son Latitud, Brighkite, Fire Eagle y Scout.

Por su plataforma

- **Plataforma MMORPG y Metaversos:** Regularmente edificados en la base técnica de consumidores-servidores entre ellas estas plataformas son: (Wow, SecondLife, Lineage).
- **Plataforma web:** La función de ella está fundada en una ordenación representativa de las páginas web, algunas de estas aplicaciones son MySpace, Friendfeed y Hi5.

Sin embargo, además de ello, existen otras clasificaciones de plataformas las cuales se dividen en redes profesionales, generalistas y especializadas (Celaya, 2008).

La primer clasificación son las redes profesionales son herramientas que se emplea para elevar y gestionar la comunicación con sus contactos, todo ello con la finalidad de utilizarse profesionalmente, libremente sin importar al grupo que corresponda, cualquier consumidor puede constituir nuevos contactos profesionales con diferentes personas realizando diversas estas pueden ser acciones académicas, profesionales, instaurar sugerencias de expertos, investigar trabajo, ser participe en programas, conocer otros opiniones de especialistas, un ejemplo de estas plataformas son: Xing, Linkedin y Viadeo. Por lo que se consideran por su integración mayoritaria de consumidores que las emplean para informar sobre

trabajos empleando una comunicación con los especialistas, compañías y asociaciones interesadas en la interacción para descubrir la competitividad.

Mientras tanto la segunda clasificación son las redes generalistas que sobresalen por tener un mayor número de integrantes con perfiles completamente diversos así como conductas desiguales. Sin embargo, es una red la cual los miembros presentan la emoción de corresponder a una corporación. Las páginas web generalistas admiten a que los consumidores creen subgrupos con las mismas preferencias semejantes con el fin de cubrir sus expectativas de manera concreta en un grupo determinado. Un ejemplo de ello son las redes tales como MySpace, Facebook, Tuenti, Hi5 de esta manera interactúan compartiendo, música, videos, fotografías, información personal estando cerca o lejos. Por otra parte, estas redes modifican la conducta de los consumidores que pueden determinar el futuro y evolución de las plataformas sociales, puesto que de esta manera las personas crean perfiles falsos (Celaya, 2008).

Por último, las redes especializadas dirigidas para atender las actividades sociales o económicas así mismo un deporte o una materia entre las cuales se destacan Flixster, quien permite descubrir nuevas películas, instruirse sobre películas y conocer a otros con gustos similares, así como SkiSpace especialista en el deporte de la nieve. De esta manera las plataformas tales como Ediciona, eBuga, CinemaVIP, 11870, que sirven para compartir conocimientos e información sobre un tema en concreto. Por tal motivo, se caracterizan por permitir satisfacer una necesidad esencial del ser humano creando grupos con particularidades e intereses comunes y de acuerdo con la pirámide de Maslow, satisface la necesidad del ser humano (Maslow, 1948).

No obstante, es posible que existan otro tipo de redes, sin embargo estas son en general las más conocidas, por lo tanto las redes sociales han tenido una evolución significativa que ha proporcionado un acceso fenomenal para relacionarse de modo público y privada, sin limitaciones de las condiciones anteriores, con un precio regular y en ocasiones gratis teniendo la posibilidad de tener una comunicación que

garantizada un contenido virtual de forma rápida. De esta manera, cada vez están en constante cambio con el fin de brindar una mejor interacción con sus diversos públicos (Hütt, 2012).

1.4 Adicción a Internet

Las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) fueron creadas con el fin de facilitar la comunicación e información; sin embargo, del mismo modo pueden complicárnosla. En algunas situaciones, perturban especialmente a adolescentes, el Internet y los utensilios técnicos logran transformarse en un desenlace y no en un medio. Si hay una alucinación extrema por adquirir el último invento tecnológico (tal es el caso de los celulares y aplicaciones de música) de esta manera se convierte en la herramienta primordial de pasatiempo, adquiriendo la necesidad de estar a la moda, sin embargo se adquieren escaseces en las actividades del ser humano. De esta manera, las plataformas sociales logran enganchar más fácilmente a un adolescente, por lo que estas tecnologías virtuales favorecen a establecer una concepción artificial de identificación y mantener una interacción personal o desfigurar la realidad en la que se vive (Becoña, 2006).

Cualquier tendencia excesiva hacia cualquier actividad puede manifestarse una adicción, esté presente o no, una sustancia química. El uso excesivo difiere al apego obsesivo por el que se crea una dependencia y disminuye la autonomía del individuo de modo de precisar su modo de conocimiento limitando la extensión de sus utilidades. Por lo tanto, constan prácticas de conducta aparentemente pacíficos en donde en ocasiones, logran transformarse en personas adictivas e interceptar arduamente en su vida diaria de los sujetos afectados, ya sea en la familia, en lo académico, en la sociedad o en su bienestar mental y físico (Echeburúa y Corral, 1994).

De esta manera se determina una adicción por el descontrol del tiempo en conexión a la red y la dependencia, por lo que los comportamientos constantes dependen de las actitudes positivas, considerando un elemento satisfactorio para el usuario, sin embargo a pesar de ellos se consideran como conductas negativas, por lo que se presenta la rigidez emocional, particularmente, por el motivo en el que el ser humano automáticamente hace uso de los medios de comunicación por ejemplo hacer uso del dispositivo móvil o en su caso hace uso de las red de internet, por tal motivo un sujeto adicto, por el contrario, lo hace inquiriendo el consuelo de molestia emocional estos pueden ser fastidio, aislamiento, furia, nerviosidad, entre otro aspectos (Griffiths, Kuss, & Demetrovics, 2014).

La ciberadicción se constituye cuando el infante abandona la relación con sus amistades y se coloca frente al televisor o algún dispositivo digital que le cause entretenimiento, el adolescente ofrece mayor vigilancia al móvil que prestar atención a su enamorada asimismo la dificultades en sobresalir en las notas académicas puesto que inspecciona relativamente sus redes de internet. Por todo ello se puede identificar claramente la obstrucción negativa de hacer un mal uso de las plataformas de internet en la vida diaria (Estallo, 2001). Estas características de la adicción es un descontrol, siendo frecuente a pesar de sus efectos secundarios así mismo menciona que la adicción a las redes sociales se manifiesta en problemas de conducta. De esta manera, algunas personas manejan excesivamente las redes sociales, mostrando comportamientos del abandono de sus actividades significativas, incurriendo en la intolerancia y modos de humor al momento de no hacer uso de ellos, inclusive desesperación por la sensación intuitiva de querer conectarse, calificados de esta manera como una adicción (West y Brown, 2013).

Echeborua (2009) menciona que se conoce como generación net a los individuos que nacieron en los años de 1977-1999, puesto que en esos años se desarrollaron los nuevos aparatos electrónicos los cuales se empleaban para divertirse con sus juegos o hacer uso de los servidores que contenían la red de internet.

De esta manera el Internet es uno de los métodos mayormente popular que se ha incrustado en las viviendas por todas las regiones, puesto que ha fundado un alcance social que admite la intercomunicación con otros individuos sin tener algún modo de restricción, proporcionando de modo sorprendente cualquiera de las curiosidades de búsqueda que se quiera conocer, solicitada con texto, imágenes y voz, accediendo igualmente a aspectos de pasatiempo, enseñanza y comercialización.

1.5 Características de usuarios que utilizan una red

Existe una gran variedad de definiciones sobre las características de las redes sociales sin embargo se presenta deficiencia de ello. Diferentes autores concuerdan en que una red social es un espacio en la red con el objetivo de admitir a los consumidores a tener interacción con otras personas con el fin de informar y construir comunidades, así mismo se considera como un instrumento que brinda un sin fin de datos de todo tipo, que convierte a los sujetos en receptores y en fabricantes de contenidos de todo tipo de entretenimiento (Morduchowicz, 2012).

Relacionarse con una red social, admite al consumidor edificar un conjunto de contactos, que consigue presentar como su “lista de amigos” por lo que estas amistades son personas que ya se conocen o bien se desconocen más sin embargo es una manera de conocerse virtualmente. De esta manera, el término “amigo” en las redes sociales, es cualquier persona que hace uso de esta misma, funcionando de un modo peculiar; el usuario que quiera formar parte de los amigos de alguien más, simplemente lo que tiene que hacer es enviar una solicitud de amistad a la persona que desea, la persona que ha sido selecciona decide aceptar o no la amistad digital, de esta manera logran ser amigos, expandiendo su lista cada vez más, por medio de los amigos que ha añadido puede tener sugerencias de otros amigos nuevos, frecuentando en el intercambio de todo tipo de información (Morduchowicz, Marcon, Sylvestre y Ballestrini, 2010).

La principal razón de las redes sociales es la posibilidad de interacción, no obstante el mal uso de ellas es un motivo por el cual surgen las llamadas adicciones a las estas plataformas sociales, por lo que es un círculo vicioso en mundo lleno de redes de internet. La ventaja de estas aplicaciones es que favorecen la comunicación con personas cercanas y lejanas, determinando esta cercanía para el ambiente en el que se encuentra sin importar el período, la comunicación siempre será establecerá en todo momento de esta manera, admiten la desvinculación en relaciones distantes, también espacial o transitoriamente hablando (Manpower, 2009).

Fumero, Sáez y Roca (2007) menciona que las principales particulares de los sujetos que hacen uso de las plataformas de internet se concretan ciertas especificaciones como es la voluntad y aspiración de comunicar ideologías y costumbres. Es decir, los consumidores adolescentes requieren expresar lo que consideran, independizarse y compartir sus estados emocionales que se van adquiriendo, transmiten aquellos gustos, sentires y discrepancias, por diversas situaciones entre las cuales la insuficiencia, la identidad que se tiene por parte de la sociedad, la impulsividad y la aprobación de las personas cercanas a su ambiente.

1.6 Ventajas de las Redes Sociales

Las plataformas de internet se involucran en gran medida en la sociedad lo cual es más frecuente en edades de la adolescencia teniendo el aumentado notablemente en el uso de las redes sociales y cuando se les utiliza apropiadamente existen ventajas, estos beneficios se traducen en la posibilidad de interactuar con otros individuos, ser fragmento de un categórico grupo, comunicar intereses y necesidades, destrozarse con la muralla del aislamiento admitiendo la igualdad y pluralidad (Martínez, 2007).

En la actualidad el conjunto de las tecnologías y el uso de las redes sociales están conquistando numerosos seguidores y son cada vez ascendentes las cifras de adolescentes que son participes de cualquiera de las redes sociales existentes hoy

en día, logrando enfatizar beneficios tomando en cuenta el uso no excesivo de las mismas. De esta manera, las más significativas localizan el ahorro de tiempo y coste, asimismo de que disminuyen distancias. El hecho de que sea un instrumento tecnológico nos permite estar en comunicación con conocidos, amistades así como interactuar virtualmente con otros individuos y comunicar intereses y necesidades (Sevilla, 2010).

Permaneciendo con las enunciaciones anteriores, Pérez (2011) indica que con la llegada de Internet, la web por perfección, ha favorecido la aparición de centenas de espacios virtuales que proporcionan la conformación de estas redes sociales en concordancia con su contexto académico, su lugar de trabajo, su territorio terrestre, sus beneficios, afinidades, agrados, entre otros, enfatizando así las siguientes ventajas:

- Reconoce el establecimiento de interacción con sujetos que conllevan las semejantes utilidades, inquietudes y gustos, tal es el caso de la modernización fija de la lista de contactos en comparación de la aplicación de correo electrónico.
- De acuerdo al área laboral y académico se ha incrementado numerosos estilos innovadores que se muestran en estas redes.
- Los financieros que utilizan estos medios presentan un incremento de eficacia así mismo un perfecto compromiso en conjunto con más personas, fortaleciendo propósitos de gestión del conocimiento.
- Pensamientos intensivos de ayuda, percibidos de manera inspiradora y en movimiento.

González, Merino y Cano (2009) muestran lo explicativo de enfatizar los sucesos auténticos, que las plataformas de internet suministran a la localidad, algunos ejemplos de ello son los siguientes aspectos: El estremecimiento de seguridad, que se localiza al pertenecer a un conjunto explícito, en el cual los sujetos aciertan influencias con sujetos que colaboran intereses en común.

Echeborua (2009) manifiesta el modo de desconocidos espacios sociales y la creciente tecnología, incitando de esta manera a un cambio radical en la vida diaria de las personas así mismo para toda la población en general. Algunos de estos beneficios que brinda la red social se logran aludir los siguientes aspectos:

- Proporcionan interacción con los sujetos que se localizan cercanos o lejanos.
- Brindan esmero y calidad sin excepción.
- Insisten en tener extensos espacios de períodos de calidad.
- Facilidad para adquirir y hacer uso de ellos en cualquier establecimiento.
- Ingreso fácil a la red en cualquier lugar y en todo momento desde un dispositivo electrónico.
- Proporcionan la facilidad de la información, conociendo lo que acontece con los individuos que existen en el entorno, asimismo de la sociedad en general, corporativo, público, informes, entre muchos temas sin infinidad.
- Facilidad en el trabajo y difusión de información.
- Facilitan la libre expresión, se consigue expresar lo que se piensa.
- Facilitan conocer lo que los individuos especulan, como actúan, lo que acontece en el medio.
- Facilitan el acercamiento a contextos privados y públicos que son inaccesibles hacia la generalidad.
- Conocer ideas de individuos de otras procedencias e ideologías.
- Facilitan el pasatiempo, a partir de juegos, bromas, baladas y páginas web atractivas, el consumidor consigue obtener un buen momento de entretenimiento.
- Son gratuitas, e inmediatas, solo se necesita un click.

De acuerdo con estas particularidades señaladas en el texto anterior se logra percibir la invención digital, logra aportar diversas utilidades que facilitan la vida diaria, brindando una gran variedad de información, comunicación con individuos distantes, instante comunicación entre otras personas. De esta manera estos cambios en la humanidad han trascendido de manera en el que el individuo se le

es más fácil tener acceso a la información de manera inmediata en cualquier momento o contexto en el que se encuentre. En este sentido, la cualidad en que los sujetos forjen el buen uso de las redes sociales dependerá de los beneficios o prejuicios que estos reciban de las plataformas virtuales.

1.7 Desventajas de las Redes Sociales

La seguridad y el modo de hacer un uso adecuado de las plataformas web y las redes sociales de los infantes es atención, compromiso de los progenitores de familia, pero en la mayor parte los adolescentes no consideran las medidas y prevenciones necesarias para que se encuentren seguros de los peligros que corren.

Corral (2010) indica que entre sus riesgos con el uso de redes sociales se encuentran el reemplazo de personalidad, insuficiente control de datos, estimulan adicción el mal uso, adherirse a todo tipo de información sin limitaciones y los sujetos logran ser víctimas de delitos y crímenes. La utilización de las plataformas sociales se ha transformado como elemento primordial para el transcurso de interacción entre adolescentes convirtiéndose en símbolos pertenecientes tanto para los jóvenes como para adultos. Actualmente constituir parte de una plataforma social se ha categorizado en un requisito, puesto que los sujetos necesitan estar actualizados y presentes socialmente. Pero Taber (2005) menciona que constan restricciones en el uso de estas y afirma que es una herramienta que si no se configura de una manera adecuada está en peligro sus datos personales , pues presentan la vida personal del interesado y estas llegan hacer manejadas por delincuentes utilizándolas con el objetivo de conocer a su víctima y convertirse en infracciones: como el acoso, abuso sexual, reptación, tráfico de personas, al mismo tiempo que concurren la incorrección de control de datos dejando vulnerable al consumidor. Pero lo más significativo es que logran ser adictivas y consumen gran parte de nuestro tiempo, pues son perfectas para el ocio.

La manera de utilización de las plataformas web tiene cuantiosos beneficios, pero del mismo modo aspectos negativos ya mencionados. Es importante proteger a millones de sujetos, puesto que no se trata de demonizar el instrumento, sino de instruir en su uso. En la actualidad tanto las computadoras de escritorio, como la utilización de tablets y otros dispositivos tecnológicos sirven para enlazarse a Internet, funcionan para intercambiar y conocer información de manera inmediata a través de las redes sociales, de esta manera en ocasiones la inexperiencia y otras por ser incrédulos a tantos peligros son demasiado ingenuos y no toman las moderaciones necesarias, existiendo numerosos componentes de riesgo existentes en los sitios sociales.

El uso incorrecto de la tecnología, que en varias ocasiones es el mayor origen de las vulnerabilidades y los peligros a los que se muestran los sujetos y la edad del consumidor cibernético ya que existe más debilidad en los adolescentes. Estévez (2009) muestra que los componentes de conflicto de la adicción más común, especialmente, tienen comienzo en la familia, a partir de circunstancias de crisis en el cual queda dañada una familia. El joven se resguarda detrás de las plataformas para considerarse amado y acompañado, por lo habitual las personas que presentan un cuadro de adicción hacia las plataformas sociales perciben aislamiento, depresión, baja autoestima y ansiedad, por lo tanto los adolescentes componen un conjunto de peligro más fácilmente puesto que tienden a indagar emociones nuevas y siendo estos individuos quienes tienen mayor relación a las páginas web. Al mismo tiempo están más habituados con las nuevas tecnologías, por lo cual estos sujetos son más vulnerables en cuanto a las adicciones tecnológicas, por la facilidad de conexión por esta razón se encuentran arriesgados constantemente.

Considerando los aspectos anteriormente existen algunas cuestiones en los que existen particularidades en donde a partir de las preferencias que se tengan así como un desequilibrio en regulación emocional presentan mayor índice de ser dependientes a las plataformas de internet en específico a los jóvenes. Según Echeburúa y Corral (2010) indican que las emociones que llegan a presentar son la

impulsividad, molestia, la intolerancia a estímulos físicos como psíquicos y la indagación excesiva de emociones. No obstante, hay veces que esta dependencia florece un inconveniente de personalidad, tal es el caso de la retraimiento excesivo, falta de autoestima o rechazo del perfil corporal y a la vez dificultades psiquiátricos como fobia social, depresión lo que hace que haya más posibilidad de que el adolescente se enganche con mayor facilidad a la dependencia de las plataformas sociales.

En la adicción a Internet o a los ordenadores existen aspectos perjudiciales en un individuo causando consecuencias negativas siendo la más inmediata la social. Para ello, Becoña (2009) alude que estos efectos resultan en los adolescentes en las destrezas cognitivas y en su salud, por lo que el exceso de tiempo que se derrocha por mantener una constante conexión a internet forman síntomas físicos conjuntamente el abandono de los adolescentes en cuanto a sus estudios y sociales. De esta manera, se excluye de sus seres queridos por lo que prefiere adentrarse la mayor parte de su tiempo a su dispositivo tecnológico.

Por otro lado las plataformas de internet representan las circunstancias culturales del siglo XXI, fundamentando el uso del móvil, la tv o la radio, no obstante, Quijano (2014) refiere que el uso de las redes tiene diferentes niveles de uso y de acuerdo a las mismas están en riesgo de las repercusiones, de las cuales se consideran el promedio, el excesivo y el compulsivo. De esta manera, en el uso compulsivo de las redes sociales se consideran las consecuencias patológicas, de las cuales requieren de un procedimiento psíquico puesto que se crea sentimientos patológicos de rencor de la vida ajena de otros individuos que solo manifiestan triunfo lo que puede estimular angustia profunda y depresión, y la más significativa es que estos sujetos ven al mundo virtual como propio y se trasladan a su mundo real. De acuerdo con ello, se considera que el modo excesivo de las redes sociales en específico los adolescentes, se emplean componentes psicológicos que resultaran perjudiciales para la mente del usuario.

Por otra parte, Rosen (2013), señala que los jóvenes que utilizan de forma más habitual las redes sociales son mucho más narcisistas presentando principalmente enfermedades y son más propensos a padecer dificultades de salud en el futuro en comparación de las personas que consideran las pautas instituidas de control del modo de estas tecnologías. Las desventajas del uso de las plataformas sociales son inmersas por el mal uso de ellas, para suprimir dicho problema es importante situar límites, puesto que las secuelas psicológicas son frecuentes en los sujetos que muestran adicción a las plataformas sociales transfiriendo consecuencias en la vida del sujeto adicto. En específico, en los adolescentes que manifiestan complicaciones de adaptación en el rol que desempeña habitualmente a nivel propio, familiar, social y escolar.

1.8 Tipos de Redes Sociales más utilizadas en el Estado de México

Cuando se menciona sobre las redes sociales nos referimos a una interacción social virtual, el deseo de comunicar experiencias y la necesidad de corresponder al conjunto social es muy factible en las plataformas que trasladan los sucesos cotidianos a una red virtual, proporcionando la comunicación de un modo totalmente nuevo. Si anteriormente nos comunicábamos mediante telefonía para contactar al conocido, para avisarle sobre cómo le iba en sus vacaciones, actualmente se puede dar a conocer en qué parte del mundo nos encontramos publicando aquellos datos en las plataformas sociales lo cual puede ser visto por todo los contactos añadidos y lo más relevante es que se conoce la información en el momento exacto que publique la persona. De este modo, las redes sociales en Internet, con una gran gama de servidores, comprende cuantiosas y múltiples plataformas, por lo que habitualmente se conocen por todo el público en general, siendo difícil de creer que una persona tenga una sola cuenta existiendo gran diversidad

Habitualmente, las personas son usuarios activos de diferentes servicios de internet, de esta manera construyen y conservan gran variedad amistades personales, por esta razón, con las últimas modernidades, las plataformas de las

redes sociales trabajaban de manera independiente. Conseguimos transportar nuestra información de una plataforma a otra, compartiendo todo tipo de información. Todo esto constituye a los beneficiarios de una manera complicada, por lo que la significación de servicio de red social se diluye, y termina existiendo una mezcla de posibilidades de comunicación (Castillo, 2013).

De esta forma, informar de las extensiones de Facebook es atrevido, puesto que asciende de modo continuo, y probablemente estos datos habrán sido pasados inmediatamente. A pesar de ello, no podemos evadir en nombrar los distintos datos sobre la plataforma, sin embargo, cabe resaltar que hoy en día un sujeto por cada diez se encuentra enlazado a esta misma. Siendo uno de los servidores al que concurren más personas globalmente, considerado uno de los principales sitios con mayor cantidad de usuarios, de acuerdo a un nuevo artículo se estima que poco más del 80% de los consumidores de Internet se conectan a las redes sociales, y en esta actividad, Facebook ocupa el primer lugar a nivel mundial (López y Ciuffoli, 2012).

En general la población de América latina se encuentra con una gran cantidad de personas que utilizan las plataformas sociales con un porcentaje aproximado del 96%, siendo Facebook el servicio que tiene mayor preferencia por los usuarios considerándose de esta manera como el país con más consumidores activos en Facebook. Por lo que México aparece como el país que tiene gran inmensidad de sujetos inscritos a esta red social a nivel mundial con 56 millones de suscriptores en el año de 2014, de los cuales el 50% son mujeres y el 50% son hombres; el 46% de este total son sujetos tienen la edad de entre 18 y 28 años de edad (Owloo, 2014).

Considerando lo antes mencionado, se dice que las primordiales razones que por la que los individuos adolescentes adquieren estas redes sociales es por el hecho de obtener una reputación de esta misma, así también ser conocido por parte de las diversas amistades, otro aspecto importante es por el hecho de no considerarse fuera de sociedad, también puede ser por aspectos personales tal es el caso de las personas que quieren comunicarse con alguien del pasado. De esta manera

actualmente estamos en un periodo el cual la mayor parte de la población se ha enlazado con las nuevas tecnologías de la comunicación, siendo utilizadas en la vida cotidiana como algo normal y necesario. Hoy en día es un tema que ha tenido bastante auge de investigación puesto que es lo más popular en todas las regiones del mundo, no hay otro esquema que los mantenga informados que las redes sociales. En la actualidad, numerosos estudios han analizado sobre las formas de incautación, así como el empleo de estas innovaciones tecnológicas (Loreto, Elgueta y Riffo, 2009)

Las plataformas sociales más consumidas son Facebook, YouTube, Instagram, Twitter Google, Pinterest, LinkedIn y Taringa, así mismo la mensajería instantánea más usadas son WhatsApp, FB Messenger, Skype y Snapchat. Se podría señalar que son las más manipuladas por los adolescentes en México, ya que de manera frecuente exploran las redes, mensajes y noticias. Esto induce un gran interés puesto que a pesar de las ventajas que proveen estos lugares, a la vez existen peligros que hay que reflexionar. Sin embargo, las particularidades sociodemográficas por sí solas no son razones suficientes como para segmentar este mercado. Por tanto, es significativo proporcionar cuidado a los criterios relacionados con el uso de las RS, es decir, segmentar en función a su uso (Alarcón, Lorenzo y Gómez, 2010).

1.9 Factores de Riesgo

Entre las primordiales características de un elemento de riesgo a las redes sociales se deben considerar las siguientes especificaciones (Young, 1998).

- a. Permanecer más de 5 horas conectado a la red, privándose del sueño.
- b. Desatender otras actividades significativas, teniendo preferencias a las redes sociales, desatendiendo las relaciones personales, de familia, sociales, educación, y salud.

- c. Presentar quejas de acuerdo con el exceso del modo de uso de la red ya sea de alguien colindante, en este caso los padres o lejano como docentes.
- d. Necesidad de estar continuamente conectado a la red, inclusive al momento de no estar conectado muestra irritabilidad así mismo al presentar una conexión deficiente.
- e. Pretender delimitar el lapso de conexión; sin embargo, se presenta dificultad de lograrlo, y perder la noción del tiempo.
- f. Falsificar sobre el período de conexión real a las redes sociales o videojuegos.
- g. Aislarse de su contexto, mostrarse irritable y disminuir el rendimiento escolar.
- h. Mostrar enojo y aceleración extraña cuando se está presente en la computadora.

A un nivel mundial, los jóvenes forman un conjunto de peligro puesto que tienden a buscar emociones nuevas y son los que más se enlazan al espacio virtual, asimismo al estar más habituados con las innovaciones tecnológicas. No obstante, hay individuos que son vulnerables a adquirir ciertas adicciones, puesto que son de gran facilidad acceder a estas tecnologías con mucha más frecuencia se denotan estos casos en contextos desarrollados ; sin embargo, sólo un limitado número de usuarios muestran problemas de adicción (Becoña, 2009).

En ciertas situaciones la personalidad que tiene cada individuo es muy diferente por las diversas emociones por las que estamos constituidos, de esta manera somos propensos a adquirir adicciones entre estas emociones que no llevan a ello es la impulsividad o la disforia presentando cambios de humor, teniendo impaciencia por los estímulos que presentan un desagrado, así mismo los físicos entre los cuales los dolores que manifiestan incomodidad en nuestro bienestar en la salud, más sin embargo los mentales son de igual manera una manera de influencia de las emociones los cuales pueden ser las inquietudes o compromisos, por último la busca excesiva de emociones fuertes. No obstante, la adicción origina una dificultad de personalidad, timidez excesiva, descenso en la autoestima o repercusión de la personalidad, tal es el caso del modo de resistencia inoportuno ante los conflictos

cotidianos. Por lo que los inconvenientes psiquiátricos previos (depresión, TDAH, aversión social y discrepancia) extienden el conflicto de adentrarse a las plataformas sociales (Estévez, Bayón, De la Cruz y Fernández, 2009).

Mas sin embargo los sujetos que manifiestan un disgusto en particular con su vida o que escasean de un afecto permanente y que pretenden transformar esa escasez con sustancias adictivas o bebidas alcohólicas así mismo con conductas sin sustancias es decir realizar compras, juegos, Internet o dispositivos electrónicos. En estas cuestiones el internet o los aparatos modernos operan como una prótesis tecnológica, por esta razón, conectarse a la computadora o al móvil enseguida de llegar al hogar, ingresar en internet al momento de despertar y realizar esta misma acción antes de descansar, tal es el caso de comprimir el período de los quehaceres habituales, ejemplo de ello la alimentación, descansar, la educación o pasar un buen rato con la familia, establecen el perfil de un adicto a las redes sociales. A pesar del tiempo que pasan conectados a estas mismas, lo que también enfatiza es el estado en el que se involucra en la vida diaria de las personas (Davis, 2001).

Sin más por mencionar es relevante mencionar que ciertamente la adicción a las redes sociales es en el momento por el pasa gran tiempo de conexión a estas plataformas sociales, teniendo como consecuencia enfermedades mental tales como la angustia, depresión, irritabilidad antes la presencia de usencia de estas mismas. Creando de esta manera la necesidad de mantenerse conectados por mucho más tiempo para sentirse satisfecho originando repercusiones en la vida diaria, un ejemplo de ello es adentrarse a la tv pues se enfoca la atención, reduciendo las actividades físicas, reprime diferenciar el período y revoca las posibilidades de conversar sobre otros temas, las personas que presentan una avaricia por las plataformas sociales crean una adicción a estas tecnologías, principalmente los adolescentes (Greenfield, 2009). Por todo lo anterior, se puede decir que la adicción a las plataformas sociales y el Internet es una preocupación alarmante ya que a partir de ello se origina otra adicción transcendental a nuevos problemas psicopatológicos, tales como la depresión, la fobia social u otros problemas de tipo impulsivo-compulsivo.

De esta manera los dispositivos electrónicos proporcionan el acceso a las plataformas de internet, hoy en día cada vez más es el uso de ello, por lo que usuarios de corta edad, como los adolescentes y adultos tienen el hábito de adentrarse la mayor parte del día en las redes sociales, dedicando la mayor parte de su tiempo en estar observando el teléfono celular, Tablet, laptop, y todos aquellos dispositivos en los que se puede ingresar a todos los tipos de plataformas que circulan por la red. Considerando ello es lo que implica a que se propicie a tener una adicción a las redes sociales, por lo que se hace una dependencia de las mismas, llegando a ocasionar graves problemas tanto en el bienestar físico como el mental, así mismo las comunicaciones entre los miembros de la familia es devastador pues los usuarios prefieren estar atento a las notificaciones, conversaciones digitales, a toda la diversidad de entretenimiento que brinda a los individuos pasando cada vez más tiempo en ellas, lo cual es preocupante ver como prefieren adentrarse en las redes sociales en vez de preferir un momento agradable en familia o con los seres queridos, siendo esta situación que está transformando a la sociedad a ser dependiente del mundo virtual (Callejas, 2016).

Capítulo II. Regulación emocional

2.1 Definición de regulación emocional

De acuerdo con Thompson (2014), la regulación emocional se refiere a "los procesos intrínsecos y extrínsecos, encargados de supervisar, evaluar y modificar las reacciones emocionales, especialmente sus características intensiva y temporal, para cumplir sus metas". De esta manera, el tener un equilibrio de las emociones ejecutamos el registro sobre ellas de acuerdo con peticiones que el ambiente nos demanda en todo instante. Para ello esta razón los factores que influyen son la autonomía y el compromiso al ambiente social, de este modo se emplean las normas sociales considerando los elementos intrínsecos regulatorios como los elementos extrínsecos sociales.

Sin embargo, Gross (2013) define la regulación emocional como el logro de un objetivo que crece y disminuye según su dimensión considerando la persistencia de la respuesta emocional; de esta manera, se impulsa en uno mismo o en otro individuo, por lo que van desde la regulación explícita, consciente, con energía y controlada hasta la regulación implícita, inconsciente, sin esfuerzo e involuntaria. La manera en la que regulamos nuestras emociones va transformándose en el transcurso de nuestra vida, teniendo una evolución, o la reducción en ciertos períodos dificultosos, por lo que depende de las aptitudes que el sujeto utiliza para regular adecuadamente sus emociones.

De esta manera, en los iniciales años de existencia, las personas mayores consideran importante regular y transformar las etapas del bebé, forjando a que se adecúe y experimente a enfrentar las diversas circunstancias de los alcances emocionales regulados y adaptables. Inclusive para los iniciales períodos de

existencia, el infante es apto de emplear cualesquiera de las habilidades de regulación emocional como el desvío de la mirada para tranquilizarse por sí solo al momento de estar afligido (McRae et al., 2012). Por lo que conforme el infante se desenvuelve en su entorno, este control exterior de las correctas emociones va adquiriendo una evolución del lapso de la autonomía, por medio del cual aprende a valorar, controlar y transformar, dependiendo de la situación, adquiriendo sus adecuados períodos emocionales.

De este modo, la adolescencia establece un acontecimiento de cambio en la regulación de las emociones, por lo que se origina una continuación de cambios materiales relacionados con la juventud de los modos sociales y escolares relacionados con el ingreso del colegio. Conjuntamente, se suele reflexionar que el mundo interior y externo en la juventud es elevadamente un movimiento por el cual se tenía en la niñez. Este desorden diseña nuevas aperturas a retos en la regulación emocional para los períodos en los que en cualquiera de las formas de regulación emocional extrínseca, que brindan las familias pueden no ser recibidas. Además, la madurez de las regiones prefrontales accede a hechos y significativas modos cognitivos de regulación emocional (Riediger y Klipker, 2013).

De acuerdo con ello, la regulación emocional se puede decir que reside en la fijación de un objetivo, en un ambiente social, que incita en la intervención de nuestro comportamiento y de nuestros ideologías, apegos que se suscitan por las emociones que va a establecer la capacidad y la persistencia de la objeción emocional de acuerdo al contexto de normas sociales y al prosperidad personal.

2.2 Dimensiones de la regulación emocional

Se han realizado diversos estudios donde se han encontrado dimensiones asociados a la regulación emocional, los cuales determinan las acciones del sujeto, por ejemplo la investigación elaborada por Gratz y Romer (2004) en donde menciona que la regulación emocional es una capacidad que involucra el

reconocimiento y entendimiento de emociones por lo que se requiere de la aprobación de emociones. De este modo ayuda para reconocer conductas impulsivas cuando se aprecian emociones negativas y actuar de acuerdo con las metas deseadas, teniendo la habilidad para usar estrategias de regulación emocional de modo flexible moldeando las respuestas esperadas con el fin de conseguir las propias metas y peticiones del contexto. De acuerdo con ello, identifican los primordiales elementos que se favorecen en la regulación emocional.

La negación de respuestas emocionales: Indica la tendencia a reaccionar de manera negativa a su propio modo emocional y la del otro lo cual dificulta el proceso de regulación emocional.

- Conflictos para desempeñar metas: Este factor enlaza las emociones que interceptan con una acción segura hacia los desempeños de metas mientras se está experimentando emociones negativas.
- Problemas en el control de impulsos: Representado por la exaltación y la falta de habilidades para controlar el comportamiento, ante estados de inquietud.
- Acceso delimitado a habilidades de regulación emocional: se refiere a la insuficiente percepción de experiencias para modificar el estado emocional.
- Carencia de conciencia emocional: Cualidad que mide los conflictos en examinar y darse cuenta de sus propias emociones. “desinterés”
- Deficiencia en la claridad emocional: Evalúa los conflictos para diferenciar las emociones mientras éstas son practicadas. No se adquieren claras las emociones que se viven.

2.3 Características de la regulación emocional

Para Gross (2013) considera tres importantes particularidades de la regulación emocional:

- Todos los individuos poseemos la capacidad para valorar, reducir o aumentar las emociones negativas como las positivas, por lo que se espera es tratar

de reducir el impacto y la intensidad de las emociones desfavorables, que son las que pueden originar a corto plazo comportamientos de peligro, abandono de actividades escolares, o conductas que infringen hacia la calidad de vida.

- Los métodos para la regulación emocional logran ser sobresalientes o malos lo cual difiere de las necesidades contextuales del individuo.
- Otra peculiaridad con relación a la actividad regulatoria es permisible deducir que instruye de modo intencionada y en seguida suceda sin meditación reflexiva. En un intento por instruirse destrezas de regulación emocional, a largo plazo puede transformarse en una práctica automática y no consumir excesivos recursos cognitivos.

2.4 Dificultades en la regulación emocional

De acuerdo con el modelo planteado por Gross (2015), se menciona que las dificultades en regulación emocional tienen un proceso entre las cuales se divide en tres etapas.

- En primer momento es la “Identificación”: Carencia de conciencia emocional que acarrea al sujeto a tener conflicto en descubrir adecuadamente la emoción que se está viviendo.
- La siguiente etapa es la “Elección”: Teniendo el conflicto en la regulación emocional a causa de dificultades relacionados con la percepción y valoración de las habilidades de regulación emocional de las que el sujeto dispone en su repertorio.
- Por último, la “Implementación”: Los conflictos concernientes con la ejecución de respuestas involucran impedir utilizar una estrategia específica.

Mientras tanto para Hervás y Vázquez (2006) describen que constan 3 modos de regulación emocional deficitaria:

- Pérdida de regulación por abandono de activación: Cuando las personas no impulsan destrezas de regulación emocional, mientras perciben emociones inadaptadas.
- Pérdidas de regulación por falta de eficacia: En el momento que activan estrategias de regulación correctas, pero resultan nulas para transformar su estado afectivo en una situación personal.
- Carencias de regulación a falta de estrategias disfuncionales: La persona puede activar estrategias de regulación emocional que resultan eficaces o no; sin embargo, admiten en sí mismas conductas perjudiciales y desadaptación.

2.4 Habilidades de regulación emocional

Para ello, Linehan (2007) elaboró un manual de práctica en habilidades, en donde manifiesta un modelo completo de estrategias para regular emociones, considerando las siguientes características:

- Respetar su experiencia emocional: Seleccionando, tener precepción y detallar emociones, asimismo comprender lo que las emociones constituyen por ellos.
- Comprimir el tiempo de las emociones no deseadas: Demostrando y examinando si las emociones conciertan a los hechos, procurando transformar emociones fuertes y cambiar contextos que impulsan las mismas.
- Reducir la fragilidad emocional: Ampliar la resiliencia y la experiencia de emociones positivas.
- Disminuir la angustia emocional: Considera poner en práctica la conciencia plena para alejar emociones dolorosas, instruirse a manipular las emociones extremas para no agravar la situación.

Gratz y Tull (2010) mencionan que las destrezas que se hacen positivas en la práctica clínica con adolescentes, lo que se tiene que realizar es comprobar sucesos considerando la habilidad para demostrar si sus comportamientos emocionales concuerdan a los hechos de la situación. Por lo que en la resolución de problemas se debe de indagar distintas formas de solución, procediendo de manera contraria a los impulsos emocionales, en el instante cuando la emoción no concuerda con los hechos y no es efectiva. Por lo que se tienen que añadir experiencias, sucesos y acontecimientos positivos, invitándolo a realizar actividades que lo forjen a sentirse competente y seguro para luchar el desaliento e incompetencia, fortaleciendo con un procedimiento para enfrentar las diversas situaciones de manera hábil, cuidando la mente y tu cuerpo, el equilibrio del sueño, realizar ejercicios, evitación de sustancias que trastornan el estado de ánimo. Proporcionar además atención a cualquier malestar físico adquiriendo la habilidad para percibir las emociones, explorar las sensaciones corporales, asimismo habilidades para subsistir a las crisis.

Capítulo III. Rendimiento Escolar

3.1 Definición de rendimiento escolar

La dificultad que se adhiere para definir al rendimiento escolar varía desde las diferentes posturas por las que se conocen, se puede conocer como rendimiento académico, rendimiento educativo, desempeño académico, desempeño escolar logro académico o logro escolar por lo cual llegan a confundir para determinar el término y tener como tal una definición en específico. Sin embargo, la conceptualización que se le brinda al rendimiento académico depende de lo que se quiere evaluar o estudiar, en este caso ocuparé la definición de rendimiento escolar.

Para González (2012), menciona que el rendimiento escolar es propiamente una evaluación de inteligencia en un área o materia relacionada con la edad y el grado académico. De esta manera, se dice que los alumnos logran adquirir un curso determinado manifestándose en las calificaciones escolares. Con esta definición se conoce que el rendimiento escolar del estudiante es considerado de dos maneras, en primer momento como un proceso de desarrollo del estudiante y por otra parte como el resultado de ese proceso. Por esta razón, independientemente de la forma de evaluación se consigue calificaciones establecidas por maestros que están a cargo.

Así mismo el rendimiento escolar beneficia al maestro a establecer métodos que ayuden al estudiante a la elaboración de estrategias para la resolución de dificultades y con ello refuerce rendimiento académico (Zurita, 2013). De esta manera, el rendimiento escolar se ha relacionado de manera clásica con el proceso intelectual que tienen los alumnos, lo que se adquiere es la posibilidad de adquirir buenas notas no obstante hoy en día se establece que un equilibrio personal es elemento clave para un rendimiento académico positivo. Por ello es importante

conocer las emociones y sentimientos de los estudiantes para que de esta forma se genere una regulación emocional ante las anomalías logrando así un buen rendimiento escolar.

Erazo menciona que el rendimiento escolar es entendido como el procedimiento que calcula los logros y la edificación de conocimientos de los educandos, los cuales se crean por la intervención de enseñanzas educativas que son evaluadas a través de sistemáticas cualitativas y cuantitativas en una asignatura (Erazo, 2012).

Un rendimiento escolar responsable se utiliza como un factor para que el estudiante se motive y rinda más como acción de su propio esfuerzo (Acosta, 1998). Los alumnos que tengan disposición hacia un tema o una asignatura tendrán un beneficio de comprensión disminuyendo que tengan una idea superficial de lo que les interesa ya sea una materia o un tema. Es importante mencionar que las investigaciones relacionadas sobre el rendimiento escolar se relacionan las notas y calificaciones con puntajes altos que son indicadores del rendimiento. No obstante, las notas no siempre muestran con claridad el rendimiento (Jiménez, 2009).

De esta manera, el rendimiento escolar tiene diferencia con el aprendizaje por lo que el aprendizaje se emplea en el ámbito escolar, es más que reunir conocimientos que establece el currículo. De igual manera pasa con el examen que realiza en un determinado tiempo; sin embargo, no es un indicador que manifieste los resultados del aprendizaje ya que la elaboración del examen depende de la ansiedad del alumno, así como de la variable escala de los profesores.

3.2 Tipos de rendimiento escolar

Para Navarro (2003), indica que se consideran cuatro tipos de rendimiento escolar los cuales se representan de diversos modos en el alumno, todos ellos dirigidos hacia un éxito escolar. Los cuales son: rendimiento particular, rendimiento general, rendimiento determinado y rendimiento social.

- El rendimiento individual, se adquiere y se representa por medio de conocimientos, experiencias, habilidades y actitudes de esta manera considera como base los conocimientos previos la cultura y los aspectos afectivos.
- Mientras tanto para el rendimiento general se percibe el aprendizaje que hacen que el alumno consiga hábitos culturales pertenecientes a la escuela y modificaciones en su comportamiento.
- Por otra parte, el rendimiento específico se involucra la resolución de los problemas personales en el cual se influyen las relaciones con el docente, con su manera de ver la vida y con las demás personas.
- Por último, el rendimiento social implica, una institución educativa sobre el sujeto ejerciendo atribución en la sociedad en que se desenvuelve, tales casos son los padres y la sociedad educativa en general.

De acuerdo con ello, el estudio del rendimiento escolar presentan dificultades ya que es una definición multidimensional y ésta determinado por diferentes variables y ésta influenciada por diversos elementos personales, familiares y escolares.

3.3 Elementos que intervienen en el rendimiento escolar

Los factores que intervienen en el rendimiento escolar del estudiante son numerosos en los que participa el individuo como tal estos pueden ser en el ámbito personal, familia, escolares y sociales.

3.3.1 Autoconcepto

Para Rodríguez (1982), menciona que la relación que se tiene entre el autoconcepto y rendimiento escolar muestra que mientras más control el estudiante posee sobre su proceso de enseñanza, aumenta su autoestima y más intrínsecamente se motiva. De esta manera, ofrece una mayor estabilidad de esfuerzo, mayor firmeza al fracaso, en caso de frustración y principalmente mejorar los resultados escolares.

3.3.2 Autoeficacia

Menciona Papalia (2012) que la autoeficacia se considera para manipular la responsabilidad escolar y regular el aprendizaje del estudiante. De esta manera, presenta una mayor posibilidad de rendimiento al practicar sus habilidades y capacidades de lo que no creen en ellos mismos. Por lo que esta se da a partir de experiencias vivenciadas, determinando el éxito o fracaso en el momento siendo fuente principal para el desarrollo en su comportamiento del alumnado. Puesto que en ocasiones los estudiantes no creen en sus capacidades siendo propensos a la frustración y depresión lo cual repercute en obtener un buen rendimiento escolar.

3.3.3 El contexto escolar

Touron (2014) menciona que las relaciones que tiene un alumnado dentro de la escuela, es un elemento clave que tiene efecto sobre su rendimiento escolar, por lo que se considera si el estudiante se relaciona o no con sus compañeros en los primeros días de ingresar a la escuela. Por esta razón, los niños que se consideran integrados e incluidos por sus compañeros se desenvuelven mejor en la escuela.

3.3.4 Factores Socioeconómicos

La posición socioeconómica es un elemento en el rendimiento escolar porque por medio de su atribución en la colectividad familiar, la elección de escuela y las esperanzas que los padres tienen de los hijos. Para ello, Papalia (2012) alude que los estudiantes que provienen de las familias con recursos económicos altos llegan a desempeñarse mejor en lo escolar que los que pertenecen a viviendas con ingresos más bajos. De este modo, no tienen una colocación apropiada para estudiar y no obtienen recursos que estimulen el aprendizaje de sus hijos. Sin embargo, no siempre resulta así ya que existen estudiantes con carencias y tienen una buena productividad escolar mejorando su calidad de vida. Estos alumnos utilizan los recursos comunitarios que se les brinda para acceder a la escuela y a lo necesario para ello.

3.3.5 El profesor

Se considera al profesor como un factor importante que determina el rendimiento escolar en los estudiantes, puesto que se consideran las características como la conducta del docente, el material de equipo usado, así como las diferentes modos de evaluar para que con ello el estudiante aproveche estas herramientas y logre tener un buen rendimiento escolar (Rodríguez, 1982).

A todos los docentes les conciernen fomentar en sus estudiantes que estén dinámicos de acuerdo con lo que saben así como a lo que tengan dificultad, con esto se intenta que los alumnos cometan deslices y los aprovechen para mejorar sus aprendizajes y con esto obtener un aprendizaje positivo y significativo.

3.3.6 Móviles

Como bien sabemos, son elementos que se utilizan de manera cotidiana; sin embargo, pueden resultar con beneficio o desventaja originando un aumento o disminución en el esfuerzo concedido a las tareas emprendidas. En el caso de lo académico estos aparatos tecnológicos admiten que el alumno estudie, orientado hacia un objetivo ya sea el éxito o el fracaso en el colegio, al tener una meta nace la motivación que es la que permite que el estudiante tenga rendimiento en el estudio y sean buenos resultados a obtener (Borda, 1997).

3.4 Dimensiones que inciden en el Rendimiento Escolar

Para (Montes Gutiérrez y Lerner Matiz, 2010) mencionan que existen diversas dimensiones lo estructuran de la siguiente manera:

Dimensión académica, haciendo referencia al desarrollo académico del individuo en su proceso didáctico, en este sentido se suponen tanto variables que afligen específicamente la consecución del efecto de dicho proceso, como aquellas que lo aseguran. El rendimiento académico se ve perjudicado por la calidad de la relación

que constituye el alumno con el aprendizaje mismo, considerando el deseo del saber la curiosidad, la duda y la cuestión como elementos de una actitud investigativa.

Dimensión económica, se relaciona con las situaciones que tienen los alumnos para satisfacer las necesidades que proyecta mientras expide su programa académico: hogar, nutrición, vestimenta, transporte, herramienta de estudio, gastos en actividades de entretenimiento entre otros, inciden significativamente en el rendimiento académico.

Dimensión familiar, se entiende como el ambiente familiar donde se desenvuelve el sujeto, la cual beneficia o delimita su potencial personal y social, igualmente poseen efectos en la actitud que ocupa frente al estudio. Marcan la relación del capital cultural que la familia transfiere a los hijos, lo cual involucra la enseñanza formal admitida por ambos padres, es importante la relación entre padres e hijos para un buen desempeño escolar.

A lo largo de la existencia el ser humano, va obteniendo una serie de destrezas que admiten adaptarse a su contexto tanto físico como social; que en primer momento es la familia. Entre estas destrezas enfatizan aquellas que hacen posible interactuar con nuevas personas. Las habilidades sociales, que son capacidades que tiene el sujeto para solucionar sus propias dificultades y los del medio sin afectar a los demás, la familia es el mejor lugar para encontrar la identidad personal, pues con ella se logra la procedencia y el obsequio para obtener gran parte de nuestra personalidad, concluyendo que la familia es un elemento esencial para adquirir nuestra propio ser.

Dimensión personal, indica que el aprendizaje se edifica en las experiencias de cada individuo, irreplicable, que tiene una historia particular, tanto en su manera de pensar, escuchar, descubrir e interpretar el mundo, como en sus capacidades, habilidades y el deseo que establece sus indagaciones, dentro de un contexto de relaciones entrelazados con el otro y los otros con los cuales se relaciona en la indagación del saber.

Dimensión institucional, destaca en la percepción que tienen los alumnos de la labor del maestro para examinar el rendimiento académico de los mismos. Los educadores poseen un papel esencial en la enseñanza y son altamente comprometidos por lo bueno o lo malo que este resulte, debido a que no detectan anticipadamente las dificultades de aprendizaje de sus estudiantes ni orientan su labor a subsanarlos.

MÉTODO

Objetivos

Objetivo general

- Relacionar la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.

Objetivos específicos

- Describir la regulación emocional en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.
- Describir el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.
- Describir la adicción a las redes sociales en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.

Planteamiento del problema

Las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) surgieron para facilitarnos la vida, pero también en algunas circunstancias afectan sobre todo a adolescentes. De esta manera las redes sociales logran atrapar a un adolescente por el mundo virtual donde contribuye a crear en él una falsa identidad y a distanciarlo de las relaciones persona a persona o a distorsionar el mundo real (Becoña, 2006). El 98% de los jóvenes españoles de 11 a 20 años son usuarios de Internet, afirmando que el tiempo al acceder a la red es al menos de 1 a 5 horas y el 2% hace un uso abusivo de Internet, con ello refleja el alto grado de uso al internet (Pfizer, 2009).

A lo largo de la historia el ser humano ha pasado por diversos medios de comunicación esto implica que es un ser social que requiere de una interacción para poder subsistir. La adicción a redes sociales ha ido teniendo importancia en la medida en que los seres humanos tienen una mayor facilidad de comunicación. La Asociación Mexicana de Internet (AMIPICI) en el año 2012 reportó que el 90%, usan FaceBook, Twitter, YouTube, Google y LinkedIn, siendo la población de edad que más lo usa aquella que se encuentra entre los 12 y los 24 años. De esta manera, al usar un dispositivo tecnológico a internet al momento de llegar a casa, a la hora de levantarse, reducir actividades cotidianas como dormir, comer, estudiar, convivir con la familia, amigos, y ser lo último que se realiza antes de acostarse, establecen el perfil de un adicto a Internet, el cual es considerado como todo acto que implique una inestabilidad en la vida cotidiana (Davis, 2001).

Por otra parte, la dependencia a las redes sociales se manifiesta en el momento de un uso excesivo, perdiendo el control, apareciendo de esta manera los síntomas de ansiedad, depresión e irritabilidad ante el impedimento temporal de acceder a la Red. Estas personas tienen la gran necesidad de extender el periodo de conexión, produciendo consecuencias negativas en la vida cotidiana. Al estar atento de una pantalla, reducen la atención de su entorno, sin importar lo que suceda a su alrededor, tan entretenido es que se pierde la noción del tiempo (Greenfield, 2009; Griffiths, 2000).

La Asociación Mexicana de la Industria Publicitaria y Comercial en Internet (AMIPCI) en el año 2000, a partir de un estudio sobre los hábitos del uso del internet, menciona que el 90% de las personas utilizan Internet en México. Esta porción la utilizan para las redes sociales, en materia de ocio, como su principal actividad al hacer uso del internet. En la actualidad vivimos en la era de la tecnología en donde lo más importante y principal para la vida cotidiana es convivir en internet, celulares, laptops, aspecto preocupante dentro de la sociedad ya que se han cambiado las formas de relación tanto en lo social, personal, así como en lo familiar en especial en los adolescentes. Son precisamente los adolescentes quienes buscan encontrar

una identificación y adaptabilidad con la sociedad por lo que son más vulnerables de caer en un uso excesivo del internet.

De esta manera, el estudio de la Interactive Advertising Bureau-México (IAB-México), reveló que las redes sociales son utilizadas como la principal actividad de los internautas mexicanos en Internet. De acuerdo con los resultados que proyectó el estudio de la IAB-México, las redes sociales fueron los sitios más visitados en 2013, superando a los buscadores y a los servicios de correo electrónico. Conjuntamente con las redes sociales, los sitios que ofrecen son los más visitados por los jóvenes con el 41%, en edades que comprenden de 13-18 años, y el 38%, en edades que van de 19-25 años.

A partir de la encuesta sobre disponibilidad y uso de las tecnologías de la información, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) 2013 menciona que los usos que le dan al Internet, es adquirir información con un porcentaje elevado, como uno de los principales motivos 64.3%. Otro factor que resultó emblemático fue para comunicarse con un porcentaje del 42.1%, mientras que el 36.2% hace uso para el entretenimiento, otras personas lo utilizan para la educación y la capacitación con un 35.1%, y en general, la población accede a las redes sociales con porcentaje del 34.5.

La Asociación Mexicana de Internet (AMIPCI) en su informe sobre los Hábitos de los Usuarios de Internet en México 2010 encontró 34.9 millones de usuarios. El mayor porcentaje de usuarios se encontró en el rango de 12 a 17 años (27%), en segundo lugar los de 18 a 24 años (23%), en tercer lugar los de 25 a 34 años (17%). En general un 56% de la población revisa Facebook por lo menos una vez al día, el 12% cada par de horas. Todo ello se puede considerar un problema de salud porque los usuarios de entre 15 y 22 años no pueden apartarse de ellas por más de seis horas. Por otro lado, nos encontramos en una sociedad en la que hoy en día los padres no prestan atención a sus hijos, por lo que no existe la supervisión correcta de actividades que realizan los adolescentes, obteniendo así libertad excesiva para dedicar su tiempo en lo que ellos deseen. Por esta razón se llega a manifestar una adicción a las nuevas tecnologías, como lo son las redes sociales (Moragas, 2004).

Pregunta de investigación

- ¿Habrá relación entre la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca?

Hipótesis

Hipótesis de trabajo (Ht)

- Existe relación entre la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.

Hipótesis nula (H₀)

- No existe relación estadísticamente significativa entre la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.

Hipótesis alterna (H_a)

- Existe relación estadísticamente significativa entre la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar en adolescentes del municipio de Ixtlahuaca.

Tipo de estudio

- Siguiendo los objetivos que se proponen, la presente investigación es de tipo correlacional (Dankhe, 1986).

Variables

Regulación emocional

- **Definición conceptual:** Thompson (1994) la define como “toda estrategia dirigida a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo en curso”.
- **Definición operacional:** Son las respuestas que emitieron los participantes en el Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ (Garnesfski, 2001)).

Adicción a las redes sociales

- **Definición conceptual:** Young (1998) define a la adicción al internet como un trastorno caracterizado por una pauta de uso anómala, unos tiempos de conexión anormalmente altos, aislamiento del entorno y desatención a las obligaciones laborales, académicas y sociales.

Definición operacional: Son las respuestas que emitieron los participantes en el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Rendimiento escolar

- **Definición conceptual:** Figueroa (2004) define el rendimiento escolar como el conjunto de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza-aprendizaje que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación.
- **Definición operacional:** Se medirá por medio de las calificaciones del último semestre logradas por el estudiante.

Instrumentos

- **El Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ, Garnesfski, (2001).**

El CERQ es un instrumento de auto-informe compuesto por 36 ítems respondidos en una escala tipo Likert, en la que 1 es casi nunca y 5 es casi siempre.

Este cuestionario examina nueve estrategias cognitivas de regulación emocional que utilizan las personas luego de una experiencia desagradable o estresante. Cada estrategia es examinada por cuatro ítems: (a) Rumiación (ejemplo de ítem: “Estoy preocupado por lo que siento y pienso acerca de lo que me ha pasado”), (b) Catastrofización (ejemplo de ítem: “Normalmente pienso que lo que me ha pasado a mí es lo peor que le puede pasar a alguien”), (c) Auto-culparse (ejemplo de ítem: “Siento que yo soy el culpable de lo que pasó”), (d) Culpar a Otros (ejemplo de ítem: “Pienso que otros son culpables de lo que me pasó”), (e) Poner en Perspectiva (ejemplo de ítem: “Pienso que no ha sido tan malo comparado con otras cosas”), (f) Aceptación (ejemplo de ítem: “Pienso que tengo que aceptar lo que pasó”), (g) Focalización Positiva (ejemplo de ítem: “Pienso en cosas positivas que no tienen nada que ver con lo que he vivido”), (h) Reinterpretación Positiva (ejemplo de ítem: “Pienso que esa situación tiene también partes positivas”) e (i) Refocalización en los Planes (ejemplo de ítem: “Pienso en cómo cambiar la situación”).

Específicamente, el CERQ valora nueve estrategias de regulación cognitiva de las emociones. Una de las estrategias más usuales es la *Rumiación* o *Focalización en los Pensamientos*, la que se representa pensar excesivamente sobre los sentimientos y pensamientos asociados al evento desagradable. De modo parecido, la *Catastrofización* consta de tener pensamientos excesivos que enfatizan el terror experimentado. Otra estrategia evaluada por el CERQ es *Auto-culparse*, que se describe a los pensamientos que atribuyen la causa del evento negativo y la consecuente emoción desagradable a la propia persona. En contrapartida, la dimensión *Culpar a Otros* se refiere a pensamientos que atribuyen la causa del evento negativo a otras personas.

No todas las dimensiones estimadas por el CERQ evalúan estrategias cognitivas disfuncionales de regulación emocional. Así, la estrategia *Poner en Perspectiva* consiste en disminuir y relativizar la gravedad del evento, comparándolo con otros eventos. *Aceptación* reside en resignarse y tener pensamientos que acepten que el evento negativo ha ocurrido. La *Focalización Positiva* consiste en tener pensamientos agradables y alegres, en vez de pensar en el evento problemático. Otra estrategia es la *Reinterpretación Positiva*, la que involucra pensamientos que otorgan un significado positivo al evento displacentero, facilitando así el crecimiento personal. Finalmente, la *Refocalización en los Planes* consiste en pensar en los pasos que deben llevarse a cabo para solucionar el problema.

Escala de Adicción a las Redes Sociales ARS, (2014).

La Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), de los autores Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas fue elaborada en Lima, en el año 2014. Evalúa la adicción a redes sociales en adolescentes y jóvenes con estudios universitarios, para fines de diagnóstico de adicciones a las redes sociales, análisis clínicos y educativos o para investigación. Aunque esta escala fue creada en Perú, después de haber hecho un análisis de la sintaxis de cada uno de los reactivos se consideró que no había diferencias que pudiesen sesgar las respuestas de los participantes mexicanos. Además de ello, la escala fue construida en español y validada en una población de universitarios, igualando así las características de los participantes del presente estudio. Su administración puede ser individual o grupal. Su estructura interna consta de 3 subescalas, las cuales son: El I Factor, denominado obsesión por las redes sociales conceptualmente está relacionado al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes (Escurra y Salas, 2014). Ítems (10): 2, 3, 5, 6, 7,13, 15, 19,22, 23.

El II Factor, denominado falta de control personal en el uso de las redes sociales está relacionado a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales, con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios. (Escurra y Salas, 2014). Ítems (6): 4, 11, 12,14, 20,24.

El III Factor, denominado uso excesivo de las redes sociales se refiere a las dificultades para controlar el uso las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, indicando el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes (Escurra y Salas, 2014). Ítems (8): 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.

La calificación se obtiene un puntaje total (24 ítems) en cinco opciones de respuesta: Nunca, Raras veces, a veces, casi siempre y siempre, otorgándole una puntuación a cada alternativa de 0, 1, 2, 3 y 4 respectivamente. El ítem 13 de la escala se califica de manera inversa. S (0), CS (1), AV (2), RV (3), N (4).

Validez

En la validación del instrumento se utilizó el análisis factorial confirmatorio para corroborar la consistencia de los factores previamente identificados, correspondiente al de los tres factores relacionados, cuyas puntuaciones fueron: (χ^2 (238) = 35.23; $p < .05$; $\chi^2/gf = 1.48$; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .04; AIC = 477.28)

Confiabilidad

Se realizó a través del Alfa de Cronbach, obteniéndose en los tres factores: Obsesión por las Redes Sociales ($\alpha = 0.91$), Falta de Control Personal ($\alpha = 0.88$), Uso Excesivo de las Redes Sociales ($\alpha = 0.92$). Puntaje total, $\alpha = 0.95$.

Población y muestra

Población

La población de estudio estuvo representada por jóvenes adolescentes de la Escuela Preparatoria Oficial N°. 136, ubicada en el municipio de Ixtlahuaca.

Muestra

La muestra que se utilizó fue de tipo no probabilística de conveniencia, dicha investigación estuvo representada por 459 adolescentes de los cuales se desglosan 186 hombres y 273 mujeres. Se tomó una muestra de 105 adolescentes de los cuales 45 fueron hombres adolescentes y 60 mujeres adolescentes; con un rango de 16 años a 18 años de edad, aula del 3° año, de la Escuela Preparatoria Oficial N°. 136, ubicada en el municipio de Ixtlahuaca.

Criterios de inclusión

- Estar inscrito en la institución, Escuela Preparatoria Oficial N°. 136.
- Tener de 16 años a 18 años

Criterios de exclusión

- No estar inscrito en la institución, Escuela Preparatoria Oficial N°. 136
- Tener menos de 15 años y más de 19 años

Diseño de la investigación

De acuerdo con los objetivos propuestos, el diseño de la presente investigación fue de tipo no experimental transeccional (Campbell y Stanley, 2002).

Captura de la información

Los pasos a seguir para la recolección de datos de la presente investigación fueron los siguientes:

- Se creó un formulario de google, adjuntando los instrumentos a aplicar.

- Solicitar autorización a los usuarios adolescentes, en el área de orientación académica, de la institución educativa, Escuela Preparatoria Oficial N°. 136, ubicada en el municipio de Ixtlahuaca para participar en el estudio.
- Proporcionar la liga de google formularios de los instrumentos a contestar de manera digital por medio del correo electrónico y explicar la forma de llenado de este.
- En cuanto a los usuarios que acababan de contestar todos los instrumentos enviaron sus respuestas al correo establecido.
- Se les agradeció por su participación.

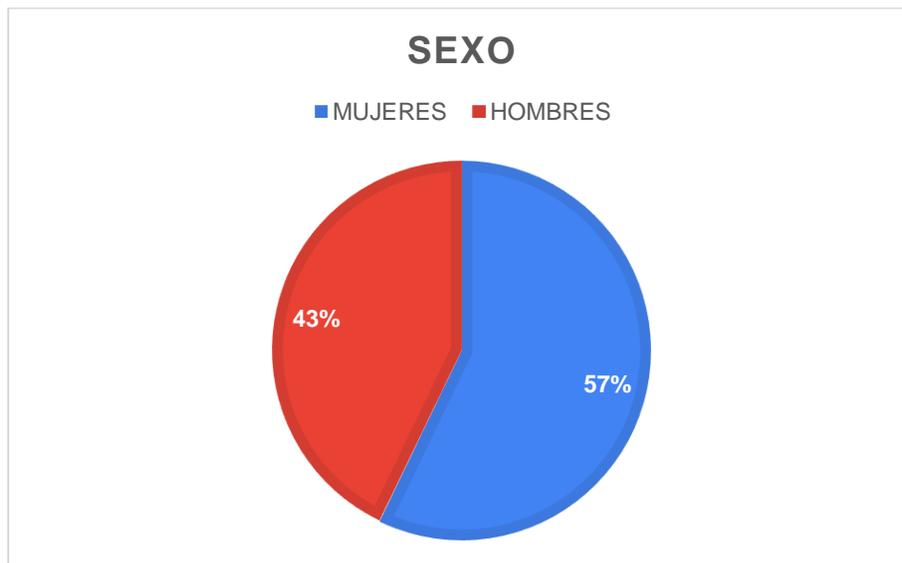
Procesamiento de la información

- Para hacer la correlación, los datos de los instrumentos se vaciaron a SPSS.
- En la investigación se trabajó con la estadística inferencial de tipo paramétrica.
- Se utilizó el análisis de correlación de Pearson .
- Con un nivel de significación de 0.05 y un intervalo de confianza de .95%.

RESULTADOS

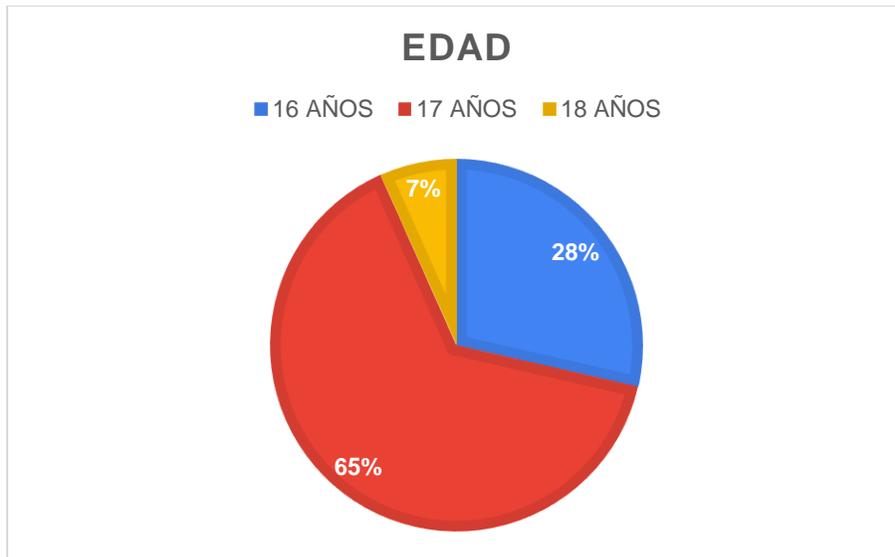
Con base en los instrumentos aplicados a cada una de las personas que componen la muestra, se realizó un análisis descriptivo tanto de las variables sociodemográficas como de las variables de estudio, obteniendo de las primeras los siguientes resultados.

Figura 1. Sexo de los participantes.



De acuerdo con el sexo de los participantes encuentran entre mujeres y hombres sin embargo el sexo que más predominan en la muestra son las mujeres (57%) (Véase Figura 1).

Figura 2. Edad de los participantes.



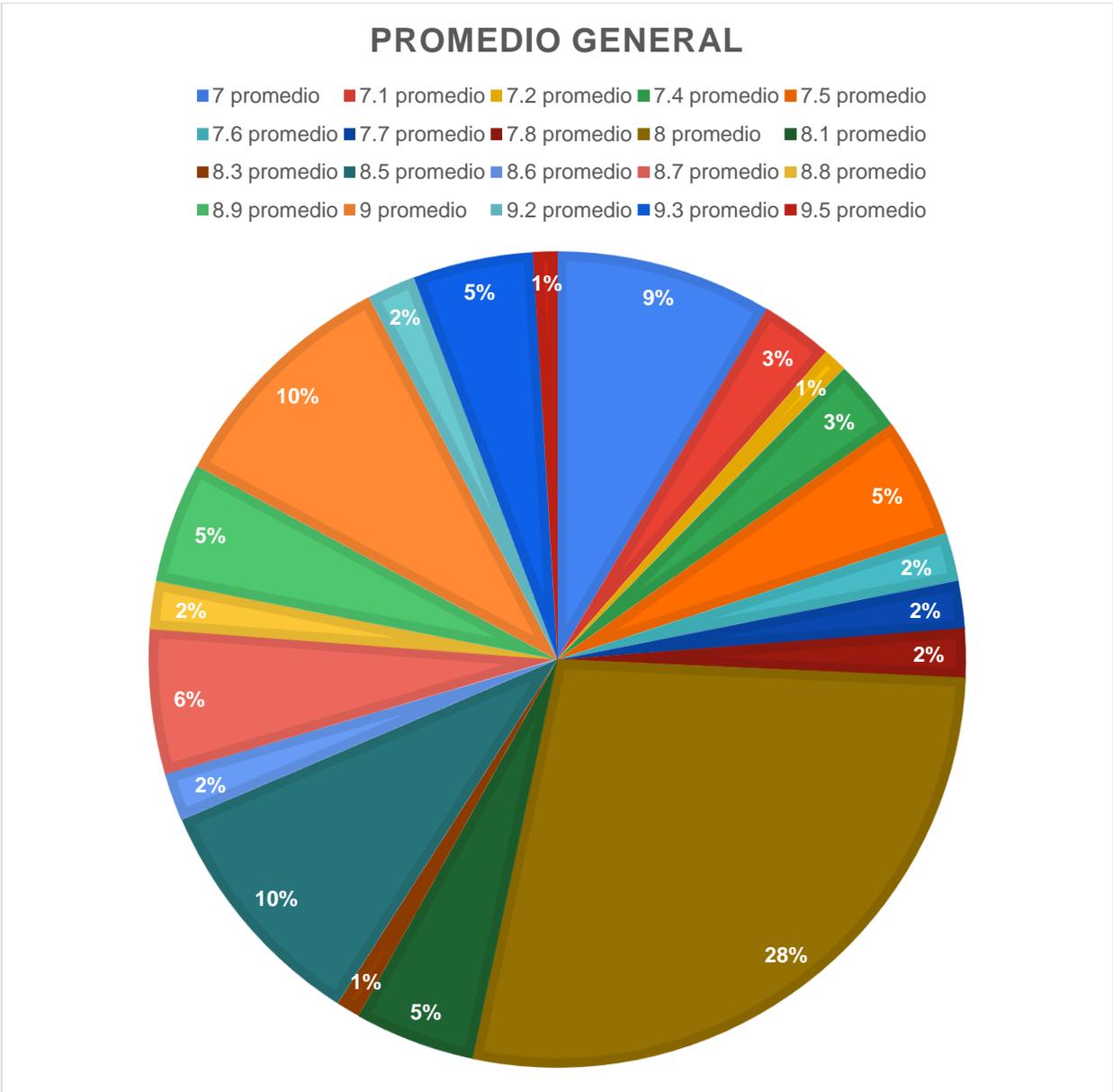
De acuerdo con la edad de los participantes se puede notar que estas se encuentran en un rango de 16 a 18 años de edad sin embargo las edades que más predominan en la muestra es de 17 años (65%) (Véase Figura 2).

Figura 3. Escolaridad de los participantes.



De acuerdo con la escolaridad de los participantes, se observa que la gran parte de ellos pertenece al quinto semestre de preparatoria (100%) (Véase Figura 3).

Figura 4. Promedio general de los participantes.

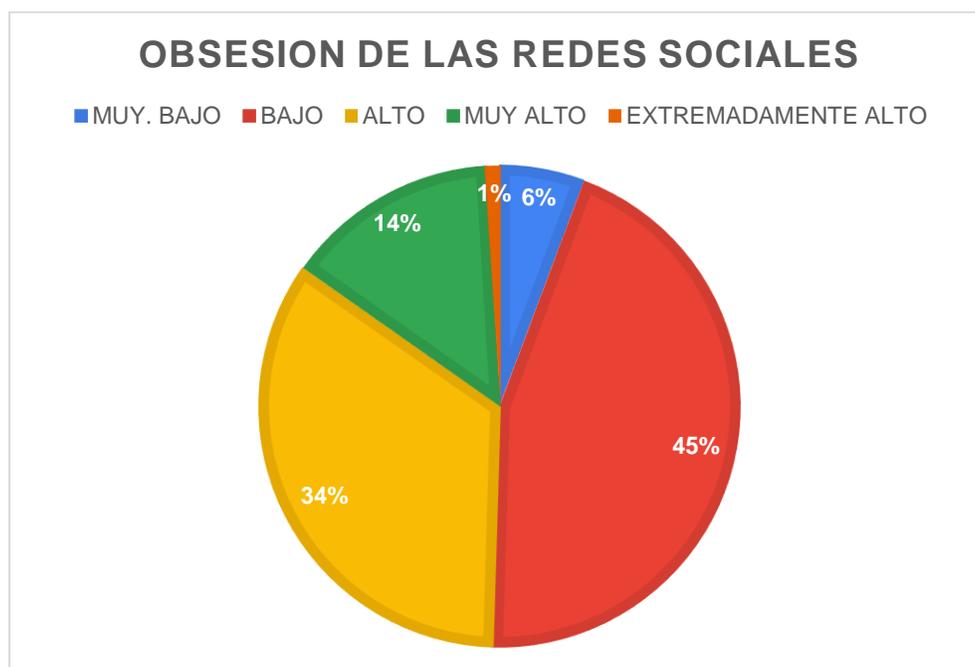


De acuerdo con el promedio general de los participantes, se aprecia que en su mayoría predomina el promedio de 8.0 (28%), seguido del promedio de 8.5 y 9.0 (10%) y 7.0 (9%) (Véase Figura 4).

Por otro lado, respecto a los análisis descriptivos correspondientes a la variable de Adicción a las Redes Sociales se obtuvieron los siguientes resultados.

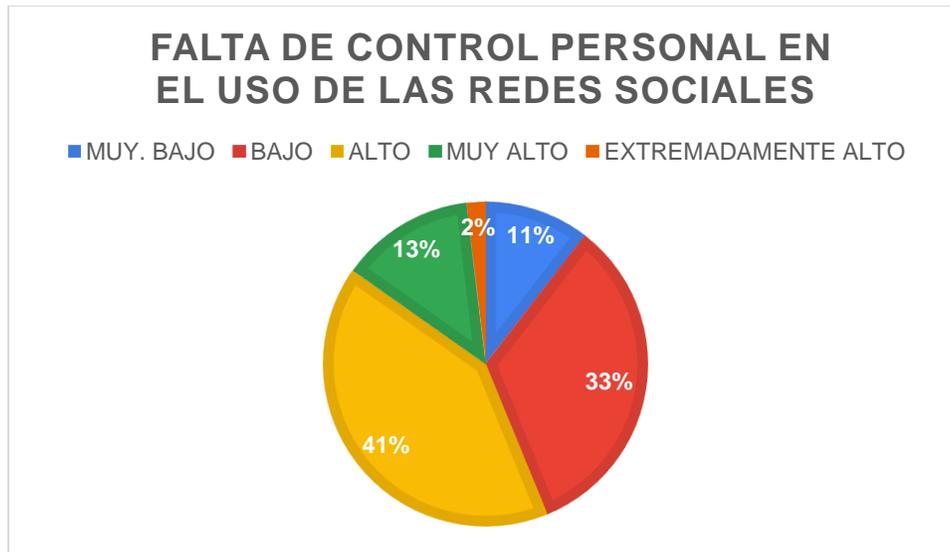
Nota: A partir de esta figura, TODAS las figuras que se muestran a continuación fueron realizadas bajo el mismo procedimiento estadístico; es decir, la categorización de los participantes con respecto al puntaje obtenido en esta variable se llevó a cabo con base en la media y la desviación estándar (3 desviaciones positivas y 3 desviaciones negativas).

Figura 5. Niveles de obsesión a las redes sociales



En cuanto al factor de obsesión de las redes sociales, el nivel predominante de obsesión es bajo, toda vez que el 45% de la muestra presenta tal característica (Véase Figura 5).

Figura 6. Niveles de falta de control personal en el uso de las redes sociales.



Respecto al factor de falta de control personal en el uso de las redes sociales, se distingue que el nivel predominante en los participantes es alto, ya que el 41% de la muestra se ubica en esta categoría (Véase Figura 6).

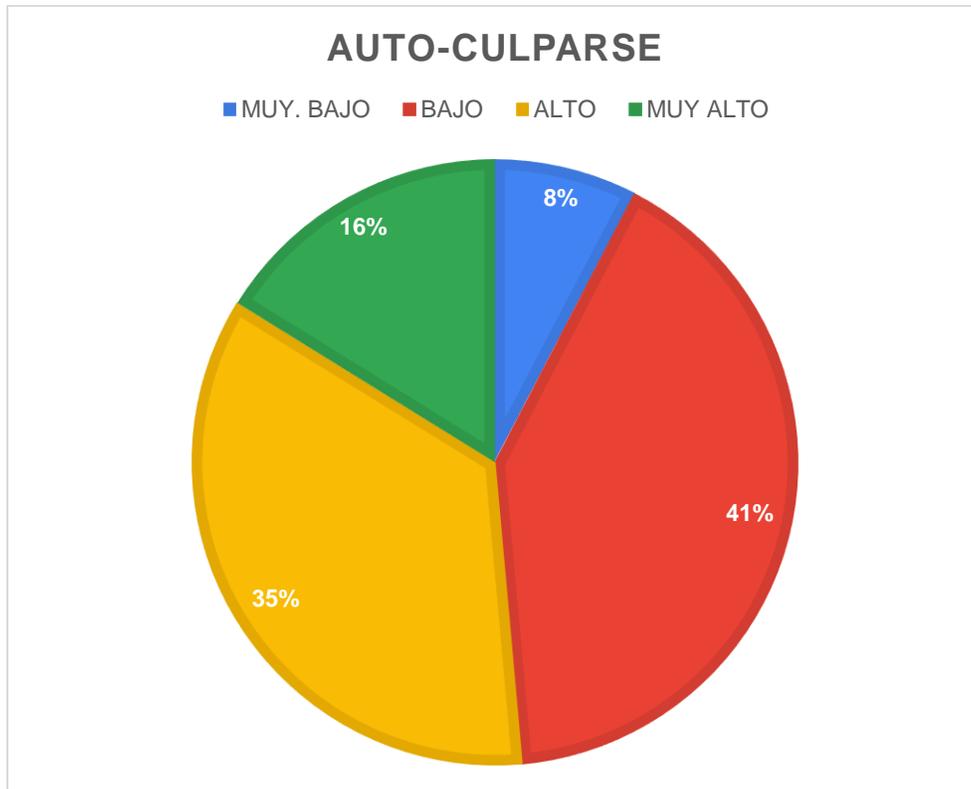
Figura 7. Niveles del uso excesivo de las redes sociales.



En el factor del uso excesivo de las redes sociales, el nivel predominante en los participantes es bajo, debido a que el 47% de la muestra presenta dicho nivel. (Véase Figura 7).

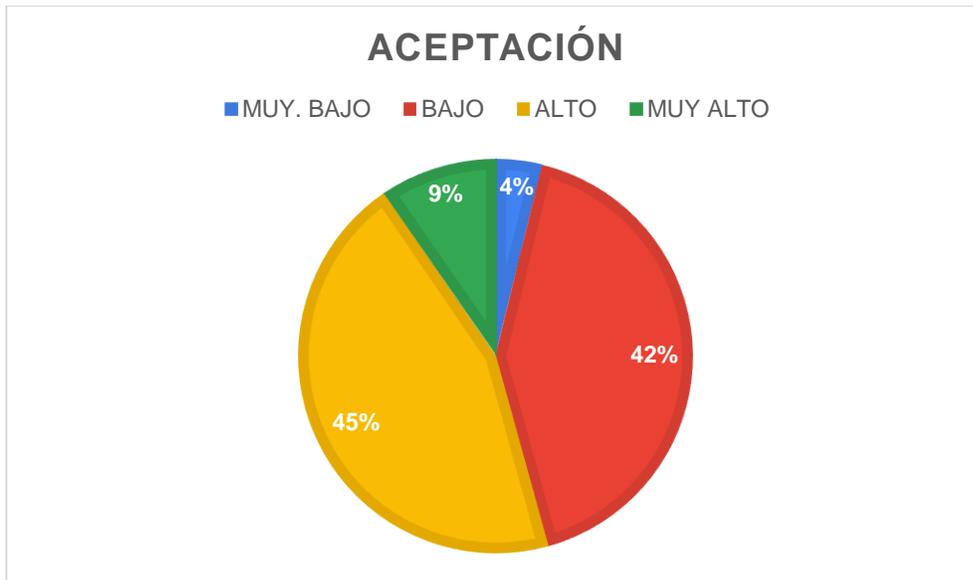
Así mismo, en los análisis descriptivos correspondientes a la variable de Regulación Emocional se obtuvieron los siguientes resultados.

Figura 8. Nivel de auto-culpa de los participantes



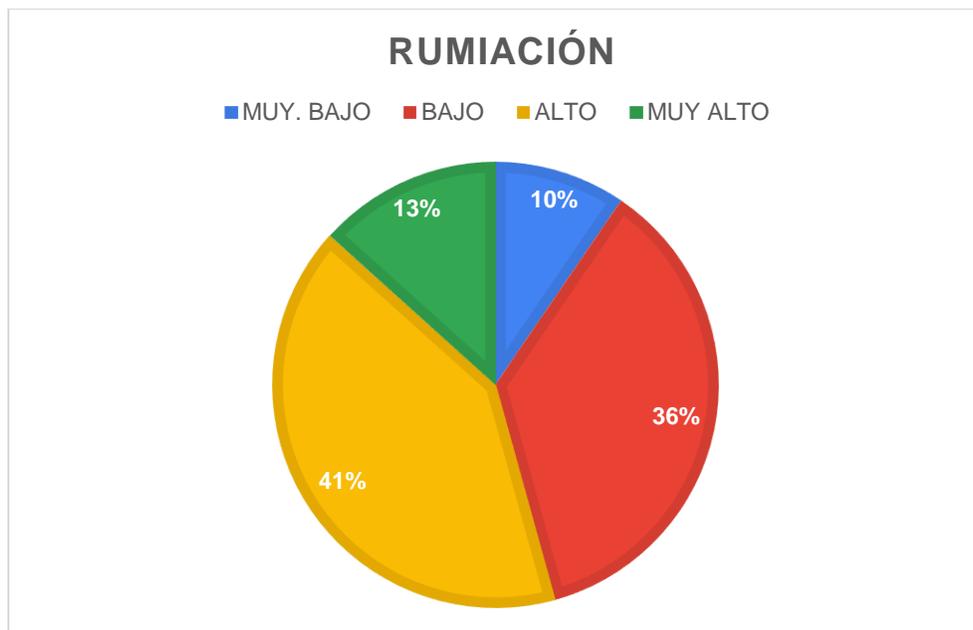
En cuanto al factor de auto-culparse, el nivel predominante de regulación emocional es bajo, toda vez que el 41% de los participantes se ubica en tal nivel (Véase Figura 8).

Figura 9. Niveles de aceptación de los participantes



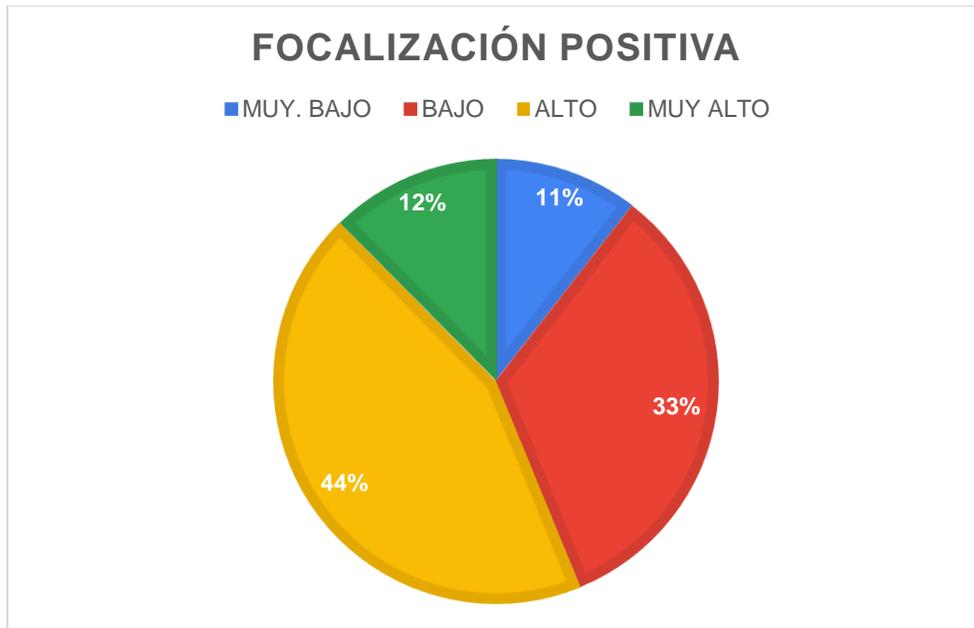
En el factor de aceptación, el nivel predominante en los participantes es alto, debido a que el 42% de la muestra se encuentra en tal categoría (Véase Figura 9).

Figura 10. Nivel de rumiación de los participantes.



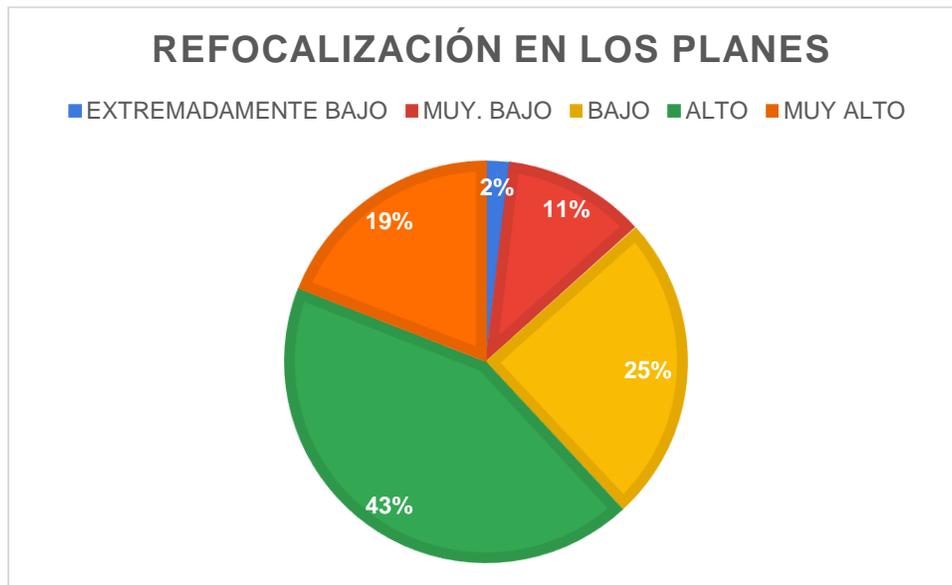
En cuanto al nivel de rumiación, el nivel predominante en regulación emocional es alto, toda vez que el 41% de la muestra se encuentra en dicho nivel (Véase Figura 10).

Figura 11. Niveles de focalización positiva



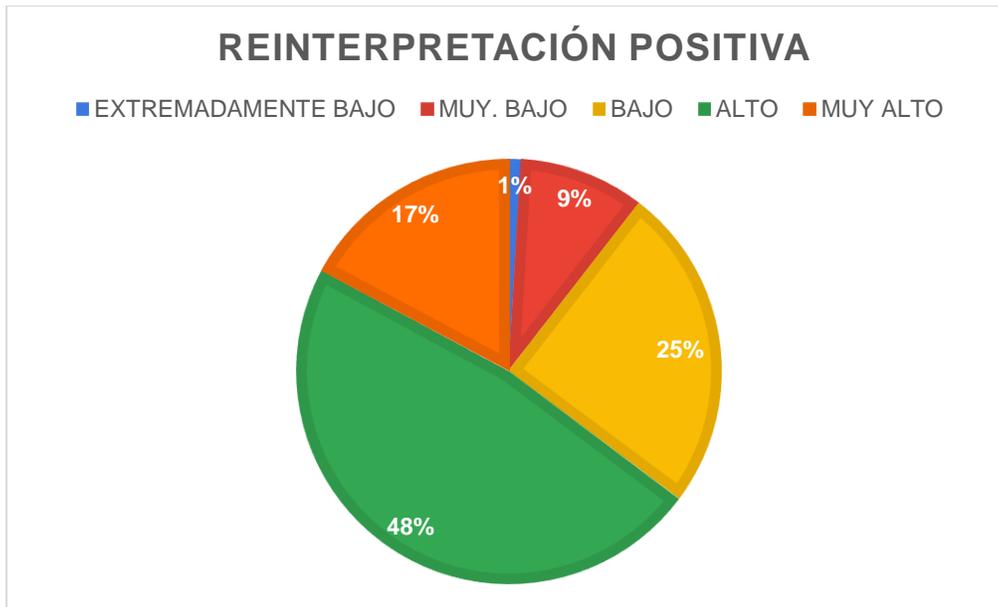
En el factor de focalización positiva, se puede percatar que el nivel predominante en regulación emocional es alto, debido a que el 44% de la muestra presenta esta característica (Véase Figura 11).

Figura 12. Niveles de refocalización en los planes de los participantes.



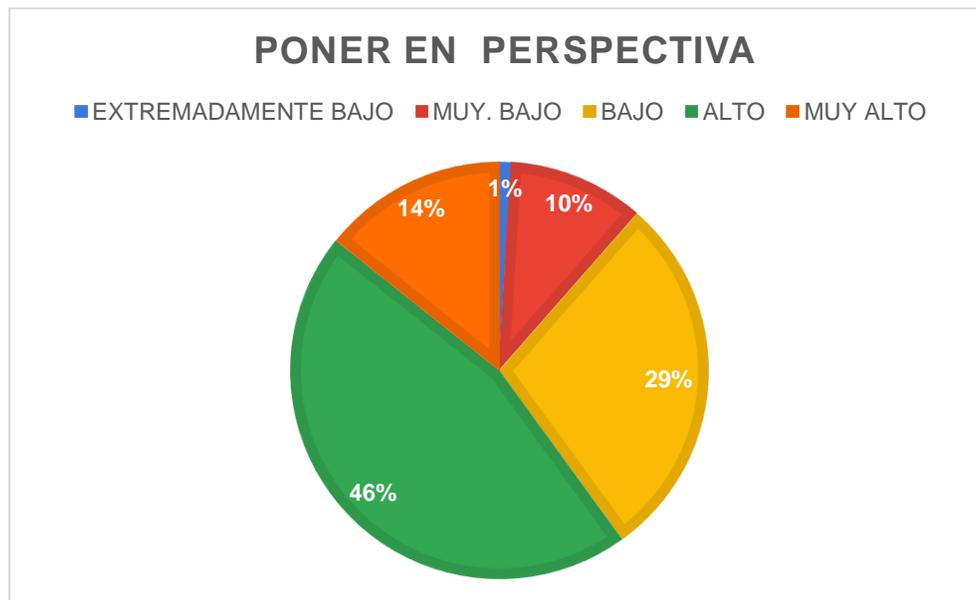
Respecto al factor de refocalización en los planes, se encontró que el nivel predominante en la regulación emocional es alto, ya que el 43% de la muestra presenta tal categoría (Véase Figura 12).

Figura 13. Niveles de reinterpretación positiva de los participantes



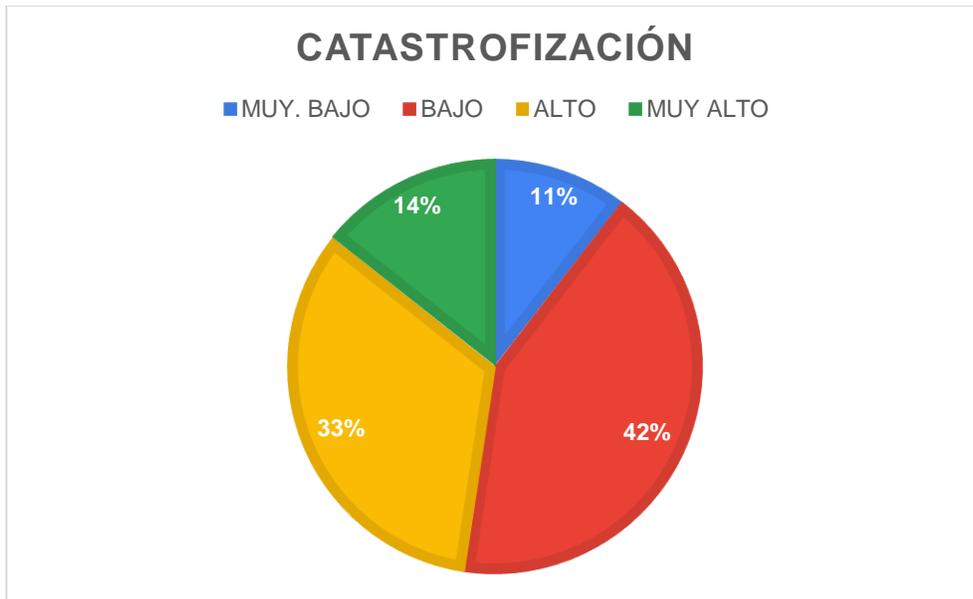
En el factor de reinterpretación positiva, se aprecia que el nivel predominante en las participaciones es alto, toda vez que el 48% de la muestra se ubica en dicho nivel (Véase Figura 13).

Figura 14. Nivel de perspectiva de los participantes.



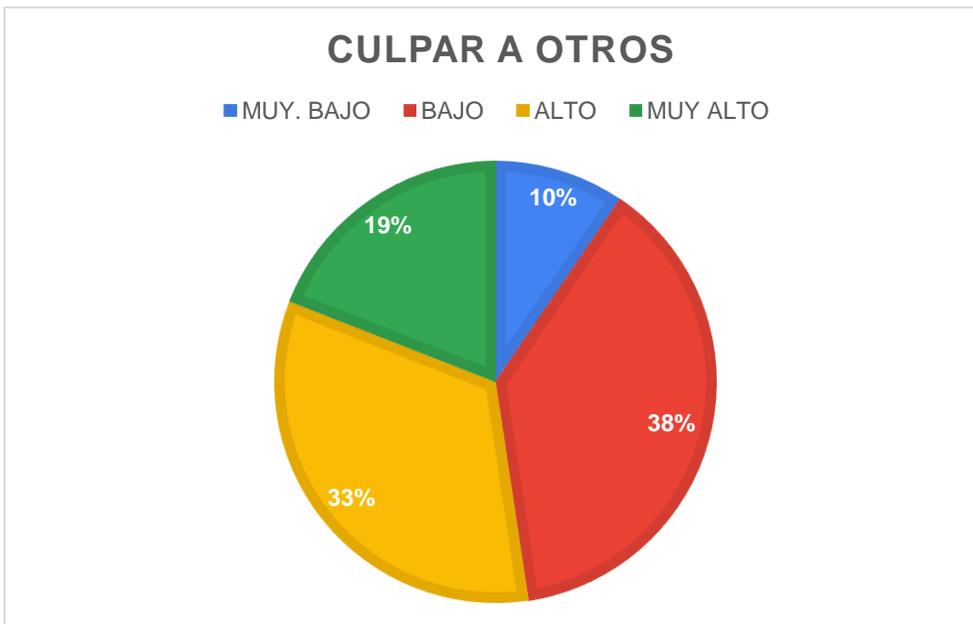
En cuanto al nivel de perspectiva, el nivel predominante en la regulación emocional es alto, toda vez que el 46% de la muestra se encuentra en esta categoría (Véase Figura 14).

Figura 15. Nivel de catastrofización por los participantes.



En el factor de catastrofización, se puede percatar que el nivel predominante en la regulación emocional es bajo, debido a que el 42% de la muestra presenta esta característica (Véase en Figura 15).

Figura 16. Niveles de culpa a otros en los participantes.



En cuanto al nivel de culpar a otros, el nivel predominante en la regulación emocional es bajo, toda vez que el 38% de la muestra se encuentra en esta categoría (Véase Figura 17).

Una vez que se realizaron los análisis descriptivos, en una segunda etapa se llevaron a cabo distintos análisis inferenciales. A continuación, se muestran los resultados encontrados derivados de los análisis de correlaciones bivariadas.

Tabla 1. Matriz de correlaciones

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Promedio general	_____												
2. Obsesión a las R.S	-.198*	_____											
3. Falta de control R.S	-.058	.643**	_____										
4. Uso excesivo R.S	-.107	.748**	.766**	_____									
5. Auto-culparse	-.074	.140	.252**	.312**	_____								
6. Aceptación	.088	-.082	-.190	-.196*	.493**	_____							
7. Rumiación	.103	.131	.320**	.328**	.511**	.621**	_____						
8. Focalización positiva	.016	-.242*	-.439**	-.429**	.254**	.294**	.449**	_____					
9. Refocalización en los planes	.075	-.078	-.318**	-.267**	.191	.347**	.322**	.672**	_____				
10. Reinterpretación positiva	.107	-.103	-.245*	-.209*	.188	.333**	.385**	.597**	.760**	_____			
11. Poner en perspectiva	.021	-.124	-.212*	-.182	.216*	.223*	.391**	.501**	.566**	.654**	_____		
12. Catastrofización	.047	.217*	.353**	.293**	.332**	.317**	.448**	.441**	.262**	.319**	.379**	_____	
13. Culpar a otros	.132	.268**	.328**	.235*	.277**	.315**	.416**	.354**	.174	.225*	.359**	.605**	_____

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

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

Los resultados mostraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de promedio general y la dimensión de obsesión a las redes sociales ($r = -.198^*$, $p < 0.05$); esto quiere decir que entre menos promedio tengan los adolescentes más obsesión a las redes sociales; es decir la baja calificación se debe a que están conectados mucho tiempo a las redes sociales y esto no les permite obtener buenas notas.

Los hallazgos revelaron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y la dimensión de falta de control de las redes sociales ($r = .643^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y la dimensión uso excesivo de las redes sociales ($r = .748^{**}$, $p < 0.01$), también, se encontró una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y la dimensión de focalización positiva ($r = -.242^*$, $p < 0.05$), asimismo, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y la dimensión de catastrofización ($r = .217^*$, $p < 0.05$), de la misma forma, se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de obsesión a las redes sociales y la dimensión de culpar a otros ($r = .268^{**}$, $p < 0.01$). Estas correlaciones enfatizan que entre más obsesión a las redes sociales se debe al hecho de pensar constantemente y fantasear con ellas, creando así una ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes, mas es la falta de control, teniendo un uso excesivo, considerándolo positivo en vez de suponer que es una acción problemática, adquiriendo pensamientos excesivos y culpando a los demás jóvenes adolescentes quienes son los que tienen la obsesión a las redes sociales.

Los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión de uso excesivo de las redes sociales ($r = .766^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de

control de las redes sociales y la dimensión de auto-culparse ($r = .252^{**}$, $p < 0.01$), también, se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión de rumiación ($r = .320^{**}$, $p < 0.01$)

Así mismo se obtuvo una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión de focalización positiva ($r = -.439^{**}$, $p < 0.01$), del mismo modo se obtuvo una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión de refocalización en los planes ($r = -.318^{**}$, $p < 0.01$); igualmente el análisis reveló una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión de reinterpretación positiva ($r = -.245^{*}$, $p < 0.05$), de la misma manera se obtuvo una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control a las redes sociales y la dimensión poner en perspectiva ($r = -.212^{*}$, $p < 0.05$).

Por otra parte, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control a las redes sociales y la dimensión catastrofización ($r = .353^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de control de las redes sociales y la dimensión culpar a otros ($r = .328^{**}$, $p < 0.01$). Esto significa que entre más es la falta de control a las redes sociales la preocupación por el descuido de las tareas y los estudios más es la dificultad para controlar las redes sociales considerando un exceso de tiempo de uso y no poder controlarse cuando las usa teniendo la dificultad de disminuir la cantidad de uso, adquiriendo pensamientos de auto-culpa que por consecuencia piensan excesivamente sobre las emociones y sentimientos asociados al evento desagradable, a pesar de ello tienen pensamientos agradables, pensando en los pasos para solucionar el problema, así lograr un crecimiento personal, disminuyendo la gravedad de sus acciones, no obstante tienen pensamientos excesivos y culpando a otros de sus acciones.

Los resultados mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de auto-culparse ($r = .312^{**}$, $p < 0.01$), los resultados mostraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de aceptación ($r = -.196^*$, $p < 0.05$). Los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de rumiación ($r = .328^{**}$, $p < 0.01$).

Los resultados mostraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de focalización positiva ($r = -.429^{**}$, $p < 0.01$), también, se encontró una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de refocalización ($r = -.267^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera, los resultados mostraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la reinterpretación positiva ($r = -.209^*$, $p < 0.05$).

Se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de catastrofización ($r = .293^{**}$, $p < 0.01$), del mismo modo, los resultados mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de culpar a otros ($r = .235^*$, $p < 0.05$).

Estas correlaciones enfatizan que entre más es el uso excesivo de las redes sociales, se tiene dificultad para controlar el tiempo de su uso, así como de no poder controlarse y no ser capaz de disminuir la cantidad, aceptando su acción, teniendo pensamientos desagradables, sin embargo evaden la problemática percibiéndolo de manera positiva, considerando los pasos para solucionar el problema, puesto que los ven de manera positiva en vez de negativas, ya que consideran que no es tan grave su acción en comparación a otras, aunque adquieren pensamientos excesivos que crean angustia, por lo que culpan a otros de su acción.

Los resultados mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión auto-culparse y la dimensión de aceptación ($r = .493^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera, los hallazgos revelaron una correlación positiva y

estadísticamente significativa en la dimensión auto-culparse y la dimensión rumiación ($r = .511^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los resultados mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de auto-culparse y la dimensión de focalización positiva ($r = .254^{**}$, $p < 0.01$), también, se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de auto-culparse y la dimensión de poner en perspectiva ($r = .216^*$, $p < 0.05$), del mismo modo, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de auto-culparse y la dimensión de catastrofización ($r = .332^{**}$, $p < 0.01$), así mismo, los resultados mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión auto-culparse y la dimensión de culpar a otros ($r = .277^{**}$, $p < 0.01$). Esta correlación explica que entre más es la auto-culpa los pensamientos que se le atribuyen es una causa negativa y la consecuente emoción desagradable a la propia persona; más es la resignación, teniendo pensamientos excesivos displacenteros, en vez de pensar en el evento problemático lo ven de manera positiva, disminuyendo la gravedad de su acción en comparación con otras acciones, involucrando pensamientos excesivos que enfatizan lo experimentado y atribuyéndole sus acciones a otras personas.

También, se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación y la dimensión de rumiación ($r = .621^{**}$, $p < 0.01$), así mismo, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación y la dimensión de focalización positiva ($r = .294^{**}$, $p < 0.01$), del mismo modo se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación y la dimensión de refocalización en los planes ($r = .347^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión falta de aceptación y la dimensión de reinterpretación positiva ($r = .333^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación y la dimensión de poner en perspectiva ($r = .223^*$, $p < 0.05$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de aceptación y la dimensión uso catastrofización ($r = .317^{**}$, $p <$

0.01), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación y la dimensión culpar a otros ($r = .315^{**}$, $p < 0.01$). Estas correlaciones enfatizan que entre más aceptación se debe al hecho de aceptar el evento negativo; consiste en resignarse y tener pensamientos que aceptan que el evento negativo ha ocurrido; más piensan excesivamente sobre las emociones y sentimientos asociados al evento desagradable, a pesar de ello tienen pensamientos agradables, piensan en los pasos para solucionar el problema, así lograr un crecimiento personal, disminuyendo la gravedad de sus acciones, teniendo pensamientos excesivos y culpando a otros de sus acciones.

Así mismo se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de rumiación y la dimensión de focalización positiva ($r = -.449^{**}$, $p < 0.01$), del mismo modo se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión rumiación y la dimensión de refocalización en los planes ($r = -.322^{**}$, $p < 0.01$), igualmente el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión rumiación y la dimensión de reinterpretación positiva ($r = -.385^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión rumiación y la dimensión de poner en perspectiva ($r = -.391^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de rumiación y la dimensión uso catastrofización ($r = -.448^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión rumiación y la dimensión culpar a otros ($r = -.416^{**}$, $p < 0.01$). Esta correlación explica que entre más rumiación el pensamiento es excesivamente sobre los sentimientos y pensamientos asociados al evento desagradable; más se tienen pensamientos agradables, especulando en los pasos para solucionar el problema, así lograr un desarrollo personal, reduciendo la gravedad de sus acciones, adquiriendo pensamientos excesivos y atribuyendo a otros de sus acciones.

Del mismo modo se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión focalización positiva y la dimensión de refocalización en los planes ($r = .672^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión focalización positiva y la dimensión de reinterpretación positiva ($r = .597^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión focalización positiva y la dimensión de poner en perspectiva ($r = .501^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de focalización positiva y la dimensión uso catastrofización ($r = .441^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión focalización positiva y la dimensión culpar a otros ($r = .354^{**}$, $p < 0.01$). Estas correlaciones enfatizan que entre más es la focalización positiva los pensamientos son agradables y alegres, en vez de pensar en el evento problemático; más piensan en los pasos para solucionar el problema, así lograr un progreso personal, reduciendo la gravedad de sus acciones, obteniendo pensamientos excesivos de la angustia de sus experiencias atribuyendo a otros sus acciones.

El análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión refocalización en los planes y la dimensión de reinterpretación positiva ($r = .760^{**}$, $p < 0.01$), de la misma manera, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión refocalización en los planes y la dimensión de poner en perspectiva ($r = .566^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión refocalización en los planes y la dimensión uso catastrofización ($r = .262^{**}$, $p < 0.01$). Estas correlaciones enfatizan que entre más refocalización en los planes los pasos que deben llevarse a cabo para solucionar el problema; más es la mejora personal, reduciendo el riesgo de sus acciones, obteniendo pensamientos excesivos de angustia de acuerdo con sus experiencias.

Se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión reinterpretación positiva y la dimensión de poner en perspectiva ($r = .654^{**}$, $p < 0.01$), igualmente, los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de reinterpretación positiva y la dimensión catastrofización ($r = .319^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión reinterpretación positiva y la dimensión culpar a otros ($r = .225^{*}$, $p < 0.05$). Estas correlaciones enfatizan que entre más reinterpretación positiva la involucración de pensamientos otorgan un significado positivo al evento desagradable, facilitando así el crecimiento personal; más es la reducción de la gravedad de sus acciones, adquiriendo pensamientos excesivos y atribuyendo a otros sus acciones.

Los hallazgos mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión de poner en perspectiva y la dimensión uso catastrofización ($r = .379^{**}$, $p < 0.01$), además, el análisis reveló una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión poner en perspectiva y la dimensión culpar a otros ($r = .359^{**}$, $p < 0.01$). Estas correlaciones enfatizan que entre más perspectiva disminuye la gravedad de sus acciones, comparándolo con otros eventos; más adquieren pensamientos excesivos que resaltan el terror experimentado y atribuyendo a otros sus acciones.

Por último, se obtuvo una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión catastrofización y la dimensión culpar a otros ($r = .605^{**}$, $p < 0.01$). Esto significa que mientras más catastrofización se involucran pensamientos excesivos que enfatizan el terror experimentado; más les atribuyen la causa del evento negativo a otras personas.

DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo central identificar la relación entre la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento escolar hacia adolescentes. Los resultados mostraron la existencia de una relación entre las variables de estudio. En este sentido, la regulación emocional con la que cuenta una persona desempeña un papel fundamental para poder controlar sus conductas, y en un conjunto, la regulación emocional, las adicciones a las redes sociales y rendimiento escolar impactan en el mismo comportamiento, por ello la importancia de estudiarlas.

Las adicciones a las redes sociales es un fenómeno que ha presentado un interés cada vez mayor durante las últimas dos décadas, en una investigación realizada con estudiantes de preparatoria en la Paz-Bolivia, los resultados mostraron que entre más tiempo están los estudiantes en las redes sociales su rendimiento académico disminuye (Mendoza, 2018). De la misma manera, en la presente investigación se identificó que los estudiantes de Ixtlahuaca arrojaron resultados negativos, se obtuvo que mientras más tiempo están los estudiantes en las redes sociales su rendimiento académico disminuye. Sin embargo, es una relación muy baja, por lo tanto no se puede determinar en su totalidad que el bajo rendimiento dependa del uso excesivo de las redes sociales, teniendo en cuenta que existen otras variables que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes. Por lo tanto, en ambos estudios se puede inferir que el uso de las TICS o de las redes sociales por tiempos prolongados afecta negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes.

Así mismo, en otra investigación la cual incluyó a estudiantes de 8° y 9° del Instituto Promoción Social del Norte, se pudo comprobar que los alumnos que utilizan las redes sociales con frecuencia muestran un rendimiento académico bajo. Se halló una correlación negativa muy baja donde se considera que una gran cantidad de horas al día en que se conectan los estudiantes a las redes sociales, aplazaban sus

actividades académicas. Por estar conectados a alguna red social y la importancia que le daban a las mismas, su rendimiento académico disminuía (Hernández y Castro 2014).

Por otra parte de acuerdo con la investigación, los participantes de Ixtlahuaca se obtuvo una correlación negativa entre el indicador obsesión por las redes sociales y la dimensión regulación emocional, de esta manera, con respecto a ello los adolescentes consideran positivo el uso de las redes sociales en vez de suponer que es una acción problemática, adquiriendo un control en cuanto a sus emociones, por lo tanto logran tener un equilibrio de ello evitando presentar una adicción a las redes sociales. De forma similar, en una investigación realizada con estudiantes de preparatoria de Lima-Perú examinando la dimensión regulación emocional junto con el indicador obsesión, se identificó que una buena regulación emocional implica un adecuado control de emociones, por ello, los estudiantes no presentarían pensamientos y fantasías recurrentes sobre las redes sociales (Santa Cruz, 2018).

En este sentido, de acuerdo con Mayer y Salovey (1997) esta habilidad demanda mayor exigencia en el procesamiento de información emocional y tiene una influencia importante en el bienestar personal, pues gracias a ella una persona ejerce naturalmente el control de sus impulsos y comprende el estado emocional de los demás, logrando manifestar comportamientos adaptativos y orientados al éxito.

Así mismo, la falta de control de las redes sociales y regulación emocional muestran correlaciones negativas y de intensidad baja, una posible explicación de este hallazgo refiere a que los adolescentes piensan sobre las emociones y sentimientos asociados sobre sus acciones que realizan, por lo que ellos al considerar que están pasando gran parte de su tiempo en las redes sociales utilizan sus estrategias cognitivas para solucionar dicho problema, de esta manera, logran un crecimiento personal, disminuyendo la gravedad de sus acciones en donde impliquen un riesgo, teniendo pensamientos de preocupación por el uso inadecuado de las redes sociales. Otras investigaciones explican que una buena regulación emocional sugiere la habilidad para manifestar conductas apropiadas, de ahí que, no haya una pérdida de control en el uso de las redes sociales (Santa Cruz, 2018). De acuerdo

con Galotti (2008), un puntaje muy alto en la regulación emocional es señal de un excelente procesamiento de la información emocional, una persona puede pasar varias horas consecutivas usando las RS, pensar frecuentemente en las cosas que realizará cuando acceda a estas e, incluso, perder la noción del tiempo cuando las usa, sin que eso represente necesariamente un problema significativo.

De igual manera el indicador del uso excesivo de las redes sociales y la dimensión de regulación emocional arrojó una correlación negativa, por lo que indica que aceptan sus acciones pensando sobre el daño que ocasiona gran tiempo de conexión a las redes sociales, sin embargo a pesar de que llegasen a estar por un determinado tiempo conectados, piensan en alguna estrategia para evitar adentrarse a ellas cambiando su acción por alguna otra actividad diferente, todo ello se logra gracias al buen equilibrio emocional que tenga el sujeto.

Este mismo patrón se ha encontrado en algunos estudios en los cuales la dimensión de regulación emocional se ha asociado con el indicador de uso excesivo de las redes sociales, lo cual permite priorizar las emociones positivas en situaciones conflictivas y salir airosos, por ello, el uso de las redes sociales no sería excesivo (Santa Cruz, 2018). Este hallazgo reafirma lo encontrado por Delgado (2016) quien señala que las personas habilidosas socialmente tienen un equilibrio emocional que se refleja en la calidad de sus relaciones interpersonales y actividades sociales dando señales de un correcto procesamiento de la información emocional.

Por otra parte, en una investigación en estudiantes de educación superior universitaria de Lima Metropolitana se menciona que el individuo que presenta un buen equilibrio en sus estados emocionales concibe una mejor proyección para controlar los estados de ánimo negativos por lo que la probabilidad de enfrascarse en las redes sociales es menor. No obstante, también exponen asociaciones negativas con la falta de control y el uso excesivo de las redes sociales, evidenciando que el uso excesivo representa gran impacto para el sujeto. Es decir, el individuo no sólo está pensando en las redes sociales, sino que ya está haciendo uso de ellas, por lo que inclusive los procesos regulatorios de los estados emocionales son más intensos (Rivera y Araujo, 2020).

CONCLUSIONES

En la presente investigación se obtuvieron correlaciones estadísticamente significativas en las dimensiones de las variables, aceptando de esta manera la hipótesis de trabajo. Cabe destacar que la regulación emocional, la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico tienen altos niveles de relación de acuerdo a la presente investigación, los participantes consideran que el bajo rendimiento escolar se debe por el uso de las redes sociales, sin embargo a pesar de su interés por las plataformas sociales, no presentan una adicción a las redes sociales. Es sustancial mencionar que un factor muy importante es la regulación emocional, pues los resultados de los participantes mostraron que al tener un buen equilibrio emocional radica en controlar sus emociones, de esta manera, se evita tener una adicción a las redes sociales puesto que pueden pasar gran tiempo en ellas y no presentar algún problema significativo.

Es importante dar a conocer que el buen uso de estas redes sociales es de bastante ayuda pues es un medio por el cual se transmite todo tipo de información siendo una herramienta muy fácil de usar estando al alcance de la población en general. Hoy en día nos brinda un servicio con una gran gama de diferente índole lo cual nos facilita el modo de interactuar con otras personas, así como de indagar el tema de interés que preferimos. Es un medio por el que la mayor parte de la sociedad se mantiene comunicado por su fácil acceso; sin embargo, esta facilidad involucra a que se dé un mal uso de ella, los resultados mencionan que los adolescentes descuidan sus actividades productivas prefiriendo adentrarse en ellas. Por ejemplo, tener distracción en sus deberes escolares y en su vida cotidiana puesto que su prioridad es estar atento de las novedades populares que circulan por la red. Por lo tanto un uso excesivo e inadecuado de las mismas puede incidir en el fracaso escolar así como de presentar algún trastorno mental, por mencionar algunos; la depresión, ansiedad y baja autoestima.

SUGERENCIAS

Se exhorta que en investigaciones posteriores se continúe analizando acerca de la adicción a las redes sociales debido a que aún es un tema con poca evidencia científica y empírica, por lo que se podría explorar cada una de las dimensiones que esta comprende o relacionarla con otras variables tales como aislamiento, baja autoestima, ansiedad o la depresión los cuales son algunas de las causas más habituales en las adicciones a las redes sociales.

Así mismo, para el Centro Universitario se sugiere impartir seminarios o talleres relacionados con psicología de las adicciones ya que dentro del programa educativo no se cuenta con unidades de aprendizaje que aborden tal temática y como es que un psicólogo puede intervenir en dicha problemática.

Por otro lado, para la institución en la que se llevó a cabo la presente investigación se propone la realización de campañas de prevención donde se impartan algunas conferencias y se brinde información sobre los indicadores de adicciones a las redes sociales y que acciones tomar en caso de que ya se esté siendo una adicción a las redes sociales puesto que suele originarse por las diversas emociones positivas y negativas que tiene el adolescente en esta etapa.

Finalmente, sería conveniente que se continúe con la investigación en otras regiones del Estado de México debido a que es una de las entidades federativas con mayor índice de adicción a las redes sociales, por lo que sería importante conocer cómo es que se comporta tanto la regulación emocional, como el rendimiento académico con las redes sociales con otro tipo de muestras y por consiguiente comprender mejor tales variables.

REFERENCIAS

- Acosta, C. (1998). *Creatividad, Motivación y Rendimiento escolar*. Málaga: ALJIBE.
- Alarcón, M., Lorenzo, C. y Gómez, M. (2011). *Segmentación latente de los usuarios de redes sociales virtuales*. XXII Congreso Nacional de Marketing. Oviedo, España.
- Andreassen, C. S. (2015). *Online social network site addiction: A comprehensive review*. Current Addiction Reports.
- Asociación Mexicana de Internet [AMIPCI] (2000). *Estudio sobre los hábitos de los usuarios de Internet en México*. Asociación Mexicana de Internet.
- Bao, R., Flores, J., y Gonzáles, F. (2009). *Las organizaciones virtuales y la evolución de la web*. Universidad San Martín de Porres Fondo Editorial. Lima Perú.
- Bartolomé, A. (2008). *Posibilidades de la web 2.0*. Educación superior. España.
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Vigo: Nova Galicia Edicións.
- Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. En F. y E. Echeburúa, *Factores de Riesgo y de Protección en la adicción a las nuevas tecnologías* (págs. 77-97). Madrid: Pirámide.
- Borda, A. (1997). *Rendimiento Académico. Técnicas para estudiar mejor*. Colombia. Cooperativa Editorial Magisterio.
- Boyd, D. M., Ellison, N. (2007). Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal of computer-mediated communication*.
- Burgueño, P. (2009). *Clasificación de las redes*. Madrid: Pirámide.

Callejas, M. (2016, 17 de abril). *Niños, jóvenes y adultos adictos a las redes sociales*.

El mundo Bolivia.

Campbell, D., & Stanley, J. (2002) *Diseños experimentales y cuasi experimentales en la investigación social*. Buenos Aires: Amorrortu Editores

Caplan, S. E., & High, A. C. (2011). Online social interaction, psychosocial well-being, and problematic internet use. En K. S. Young, & C. Nabuco de Abreu (Eds.), *Internet addiction. A handbook and guide to evaluation and treatment* (pp. 35-53). Hoboken, NJ: Wiley.

Castillo, A. (2013). *Ventajas y desventajas del uso de las redes sociales en el estudio universitario de alumnos de antiguo y nuevo ingreso de la universidad Francisco Gavidia*, UFG, San Salvador.

Celaya, J. (2008). *La Empresa en la WEB 2.0*. Editorial Grupo Planeta, España.

Celaya, J. y Herrera, P. (2007) *Comunicación empresarial 2.0. La función de las nuevas tecnologías sociales en la estrategia de comunicación empresarial*. Barcelona, Grupo MBO.

Checa García, F. (2013). La utilización del microblogging y de twitter como herramienta de enseñanza-aprendizaje. Espiral. *Cuadernos del Profesorado*, 6(11), 19-27.

Corral, E. E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 91-95.

- Danhke, G. L. (1986). Investigación y comunicación. En C. Fernández—Collado y G.L. Danhke (comps.). *La comunicación humana: ciencia social*. México, D.F.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Deitel, P. & Dietel, H (2008). *Ajax Rich Internet aplicación y desarrollo web*. Madrid España.
- Delgado, A. (2016). *Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de Lima Metropolitana* (Tesis posgrado) Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Echeburúa, E (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en los adolescentes y jóvenes*. Ediciones Pirámide España.
- Echeburúa, E. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Revista Adicciones, 22(2), 91-96.
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Madrid: Pirámide.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). *Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora*. Clínica y Salud, 5, 251-258.
- Echeburúa, E., Bravo de Medina, R. y Aizpiri, J. (2007). Comorbidity of alcohol dependence and personality disorders: A comparative study. *Alcohol and Alcoholism*, 42, 618-622.

- Echuburúa, E., y Corral, P. D. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. País Vasco.
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*.
- Ellison, N. B., Steinfield, C., Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook friends: social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of computermediated communication*, 20.
- Erazo, O. (2012). El rendimiento Académico, un fenómeno de múltiples relaciones y complejidades. *Revista Vanguardia Psicológica*, 2, 144-173.
- Escurre, M, Salas, B. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*. Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú.
- Estallo, J.A. (2001). Usos y abusos de Internet. *Anuario de Psicología*, 32, 95-108.
- Estévez, L. C.-L. (2009). Uso y Abuso de Internet en adolescentes. En F. L. E. Echeburúa, *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (págs. 101-128). Madrid: Pirámide.
- Estévez, L., Bayón, C., De la Cruz, J. y Fernández-Liria, A. (2009). Uso y abuso de Internet en adolescentes. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.), *Estudio de hábitos y percepciones de los mexicanos sobre Internet y diversas tecnologías asociadas*. WIP: México.
- Figuroa, C. (2004). *Sistemas de evaluación académica*. San Salvador: Editorial Universitaria.
- Freire, J. (2008). Redes sociales: ¿modelos organizativos o servicios digitales?". *El profesional de la información*, 17(6), 585-588.

- Fumero, A., Saez, F. & Roca, G. (2007). *Web 2.0*. España: Fundación Orange.
- Fundación Pfizer (2009). *La juventud y las redes sociales en Internet*. Madrid: Fundación Pfizer
- Galotti, K. (2008). *Cognitive psychology: in and Out of the laboratory*. Belmont, Vol (1), 15-20.
- Garnefski, N. & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 141-149.
- Garnefski, N., Kraaij, V. & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- González, V. Merino, L. & Cano, M. (2009). *Las adicciones*. Edita Nexus Medica Editores S.L Barcelona España.
- González, C. (2012). Rendimiento académico y factores asociados, aportaciones de algunas evaluaciones a gran escala. *Bordón*, 64(2) ,51-68.
- Gratz, K. y Roemer, L. (2004) Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41– 54.

- Gratz, K., y Tull, M. (2010). Emotion Regulation as a mechanism of Change in Acceptance and Mindfulness-based Treatments. En: Baer, R (Ed.), *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Greenfield, D.N. (2009). Tratamiento psicológico de la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (Eds.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 189-200). Madrid: Pirámide.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3, 211- 218.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J. & Demetrovics, Z. (2014). *Social networking addiction: An overview and preliminary findings*.
- Gross, J. (2013). Emotion Regulation: Taking Stock and Moving Forward. *Emotion*, 13, 359-365.
- Gross, J. (2015). The extended process model of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*, 26(1), 130-137
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Hernández, G & Castro, A. (2014). *Influencia de las redes sociales de internet en el rendimiento académico del área de informática en los estudiantes de los grados 8° y 9° del instituto promoción social del norte de Bucaramanga*. Ibagué-Tolima.

- Hervás, G., y Vázquez, C. (2006). La regulación afectiva: modelos, investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada*, 59(1-2), 9-36.
- Hütt, H. (2012). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. *Reflexiones*, 91(2), 121-128.
- Kadushin, C. (2012). *Understanding social networks*. Nueva York: Oxford University Press.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: towards a model of compensatory internet use. *Computers and Human Behavior*, 31, 351–354.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition & Emotion*, 23, 4-41.
- Lévy, P. (2004). *Inteligencia Colectiva. Por una antropología del ciberespacio*. Ebook
- Linehan, M. (2007). *Cognitive Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York, NY: The Guildford Press.
- Liu, H. (2007). Social network profiles as taste performances. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13 (1), 252-275.
- Loreto, K., Elgueta, Á., & Riffo, A. (2009). Motivación, consumo y apreciaciones de Facebook por parte de jóvenes universitarios: el caso de la Red UCSC Chile, *Última Década*, 31, 129-145.
- Manpower Group México, Caribe y Centroamérica, (2009). *El Impacto de las Redes Sociales de Internet en el Mundo del Trabajo*. México. Manpower Inc.

- Martínez A, M. B. (2007). La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima. *Anuario de Psicología*, 18, 293-303.
- Maslow, A. (1948). Higher and lower needs. *Journal of Psychology*, 25, 433-436.
- Mayer, J. (1997). ¿What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- McRae, K., Gross, J.J., Weber, J., Robertson, E.R., Sokol-Hessner, P., Ray, R.D. y Ochsner, K.N. (2012). The development of emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal in children, adolescents, and young adults. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7, 11-22.
- Mendoza, L. (2018). *Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología*. UMSA. La paz: Bolivia.
- Mendoza, R., Baena, G. y Baena, M. (2015). Un Análisis de la adicción a los Dispositivos Móviles y su impacto en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Licenciatura en Informática Administrativa del Centro Universitario UAEM Temascaltepec. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
- Monterroso, M. (2014). *La relación entre adicción a las TICS y el rendimiento académico en Adolescentes de 13 a 15 años en una institución privada*.
- Montes Gutiérrez, I., y Lerner Matiz, J. (2010). Rendimiento escolar de los estudiantes de pregrado.

- Moragas, M. (2004). *Internet: facilidades tecnológicas, dificultades de comunicación*. Portal de la Comunicación.
- Morduchowicz, R. (2012). *Los adolescentes y las redes sociales: la construcción de la identidad juvenil en Internet*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Morduchowicz, R., Marcon, A., Sylvestre, V., y Ballestrini, F. (2010). *Los adolescentes y las redes sociales*. Escuela y Medios. Ministerio de Educación de la Nación.
- Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 2- 15.
- Owloo. (2014). *Estadísticas de Facebook en México*.
- Papalia, D. (2012). *Desarrollo humano*. México: McGraw Hill.
- Pérez Loaiza, J. D. (2011). *Redes Sociales: Ventajas y Desventajas*. Armenia
- Pérez, D. (2013). Redes sociales como lugar en la educación. En A. Constante (Coord.), *Las redes sociales. Una manera de pensar el mundo* (pp. 51-68). México: UNAM-Ediciones Sin Nombre.
- Ponce, I. (2012). *Monográfico: Redes Sociales – Historia de las redes sociales*. Observatorio tecnológico.
- Prato, L (2010). *Utilización de la web 2.0 para aplicaciones educativas redes sociales*. EDUVIM
- Quijano, E. (miércoles 15 de enero de 2014). *Redes Sociales provocan problemas psicológicos*. El Universal.
- Redondo, J (2010). *Socialnets*. España: Edita Península.

- Riediger, M. y Klipker, K. (2013). Emotion regulation in adolescence. En J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York, NY: Guilford Press.
- Rivera, A y Araujo, E. (2020). *Relación entre inteligencia emocional y riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de educación superior no universitaria, Lima Metropolitana*.
- Rodríguez, S. (1982). *Factores de rendimiento escolar*. Barcelona: oikos-tau s.a.
- Rosen, L. (2013). *Los adolescentes y las redes sociales*. California.
- Ruiz de Miguel, C. (2002) Factores familiares vinculados al bajo rendimiento. *Revista Complutense de Educación*, 12 (1) 81-113.
- Ruiz, M. y De Juanas, A. (2013). Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la familia. *Estudios sobre Educación*, 25, 95-113.
- Salas, E. y Escurra, M. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales ARS*.
- Santa Cruz, J. (2018). *Relación entre inteligencia emocional con indicadores de adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto público de Tingo María*. Lima: Perú.
- Sevilla, D. (2010). *Adicciones Tecnológicas y sus Repercusiones Psicológicas, Sociales en el Canton Ambato*.
- Solís, B. (2011). *Piensa Primero 100 cuestiones a responder antes de iniciar tu estrategia de marketing*.
- Steinfeld, C, Ellison, N. B, & Lampe, C. (2008). Social capital, self-esteem, and use of online social network sites: a longitudinal analysis. *J Appl Dev Psychol*. 29, 434–445.

- Taber, B. (2005). *Familia, adolescentes, jóvenes desde una perspectiva de derechos*. Buenos Aires: Unicef.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, S. H., y Lougheed, E. (2012). An exploratory study of gender differences in social network communication among undergraduate men and women. *College Student Journal*, 46(1), 88-98.
- Touron, J. (2014). *10 Mitos sobre el rendimiento de los alumnos contados por John Hattie (Parte I y II)*.
- Urueña, A. (2011). *Las redes sociales en Internet*. Madrid: Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones.
- West, R. & Brown, J. (2013). *Theory of addiction* (2da. Ed.). Chichester, Inglaterra: John Wiley & Sons.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.
- Zaccagnini, J. L. (2004). *Qué es inteligencia emocional: la relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Zurita, E. (2013). *Relación entre la inteligencia emocional con el rendimiento escolar en estudiantes de tercer grado de secundaria* (Tesis de Licenciatura), Universidad Pedagógica Nacional, México.