



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución
educativa pública, Cajamarca-2023

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Mejía Barturen, Rosa Elvira


Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0600-673X>

Asesor: Dr. Turriate Chávez, Jairo Jaime

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3238-251X>

Lima – Perú

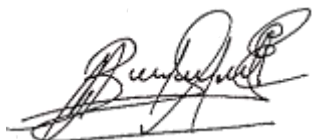
2024

	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01
		FECHA: 08/11/2022

Yo, Rosa Elvira, Mejía Barturen egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y Escuela Académica Profesional de Psicología Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023” Asesorado por el Dr. Jairo Jaime Turriate Chávez DNI 47490285 ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3238-251X>. tiene un índice de similitud de 15 % con código 14912297640268 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor 2

Nombres y apellidos del Egresado
DNI: 40459276

.....
.....
Firma de autor 1

Nombres y apellidos del Egresado
DNI:



.....
Firma

Nombres y apellidos del Asesor
DNI: 47490285

Lima, 16 de febrero de 2024

Tesis

“Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes
de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.”

Línea de investigación

Salud y bienestar

Asesor: Dr. Jairo Jaime Turriate Chávez

ORCID: 0000-0003-3238-251X

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023, la muestra estuvo formada por 286 adolescentes. Asimismo, la investigación se utilizó el enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, con diseño no experimental transversal, se aplicó el cuestionario de Bienestar psicológico BIEPSA y Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS), los instrumentos que presentan una adecuada consistencia interna. Se encontró una correlación baja en sentido inverso entre las variables bienestar psicológico y ciberadicción.

Palabras clave: bienestar psicológico, ciberadicción, adicción a las redes sociales, estudiantes.

Abstract

The present investigation aimed to determine the relationship between psychological well-being and addiction to social networks in health sciences students in Cajamarca-2023. The sample consisted of 286 young students. Likewise, the research used a quantitative approach, correlational in scope, with a non-experimental cross-sectional design. The Social Media Addiction Questionnaire (ARS) (Escurra & Salas, 2014) and the Psychological Well-being Scale (BIEPS-A) by Domínguez-Lara (2014). These instruments presented adequate internal consistency. An inverse correlation was found between psychological well-being and excessive use of social networks, as well as differences in addiction to social networks and psychological well-being according to sex and number of hours of connection.

Keywords: psychological well-being; cyber addiction; addiction to social networks; students.

Dedicatoria

Dedico este trabajo; en primer lugar, a Dios; en segundo lugar, a mi madre, por su gran amor, a mi padre que es mi ángel, que guarda de mí, quien sembró valores y enseñanzas; en tercer lugar, mi lindo André, Fabio, Clever y Manuel, los cuatro pilares de mi vida.

Agradecimiento

Agradezco a todos los profesores por la formación brindada a lo largo de toda mi carrera profesional: Dr. Barriento, Rolandy, Urbano, Piscoya, Tamayo, Mechita y demás docentes por brindar sus conocimientos en cumplimiento de mi meta.

A todas las personas que aportaron para mi crecimiento personal y profesional.

Al director colegio San Juan por la amable apertura, asimismo a los alumnos por su participación.

A mi asesor Dr. Turriate, mi guía en este proyecto, un gran aprendizaje en la línea de la investigación.

INDICE GENERAL

Portada	i
Título	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Indice general	v
Indice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
Introducción.....	12
CAPITULO I: EL PROBLEMA.....	14
1.1. Planteamiento de problema.....	14
1.2. Formulación de problema.....	17
1.2.1. Problema general.....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	18
1.3.1. Objetivo general.....	18
1.3.2. Objetivos específicos.....	18
1.4. Justificación de la investigación.....	19
1.4.1. Teórica.....	19
1.4.2. Metodológica.....	20
1.4.3. Práctica.....	20
1.5. Delimitaciones de la	

investigación.....	20
1.5.1. Temporal.....	21
1.5.2. Espacial.....	21
1.5.3. Recursos	21
CAPITULO II: MARCO TEORICO	21
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21
2.2.1. Antecedentes internacionales.....	21
2.2.2. Antecedentes nacionales	24
2.2. Bases teóricas.....	25
2.2.1. Definición de bienestar psicológico	25
2.2.2. Fundamentos teóricos sobre el bienestar psicológico.....	27
2.2.3. Escala de Bienestar psicológico Casullo (2002)	35
2.2.4. Definición sobre la adicción.....	36
2.2.5. Teorías neurobiológicas de la Adicción	38
2.3. Formulación de hipótesis.....	48
2.3.1. Hipótesis general.....	48
2.3.2. Hipótesis específicas.....	48
CAPITULO III: METODOLOGIA	50
3.1. Método de investigación.....	50
3.2. Enfoque de la investigación.....	50
3.3. Tipo de investigación.....	50
3.4. Diseño de investigación.....	50

3.5.	Población, muestra y muestreo.....	51
3.6.	Variables y operacionalización.....	53
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	54
3.8.	Descripción de instrumentos.....	55
3.9.	Plan de procesamiento y análisis de datos.....	57
3.10.	Aspectos éticos.....	58
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN		58
<u>4.1.</u>	Resultados.....	58
4.1.1	Resultados descriptivos de los resultados.....	58
<u>4.1.2.</u>	Prueba de hipótesis.....	60
4.2.	Discusiones.....	69
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENSACIONES		73
5.1.	Conclusiones.....	73
5.2.	Recomendaciones.....	74
REFERENCIAS		76
Anexo 2: Matriz de operacionalización de las variables bienestar psicológico y adicción a las redes sociales		89
<u>Anexo 3:</u>	Instrumento de la variable bienestar psicológico.....	90
<u>Anexo 4:</u>	Cuestionario de bienestar psicológico (BIEPS-A)	92
<u>Anexo 5:</u>	Instrumento de la variable adicción a redes sociales.....	93

<u>Anexo 6: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)</u>	94
Anexo 7: Asentamiento informado	97
Anexo 8: Consentimiento informado	98
Anexo 9: permiso uso de instrumentos	100
Anexo 10: Aprobación del Comité de Ética	100
Anexo 11: Carta de aprobación de la institución para la recolección de datos	101
Anexo 12: Informe del asesor de Turnitin	102

Índice de tablas

Tabla 1

Descripción de Población

Tabla 4

Frecuencia y porcentaje para la edad

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje para el sexo

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje para el grado de estudios

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje para la bienestar psicológico y dimensiones

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje para la dependencia a video juegos y dimensiones

Tabla 9

Prueba de ajuste de normalidad

Tabla 10

Correlación entre el bienestar psicológico y ciberadicción

Tabla 11

Correlación entre Control y ciberadicción

Tabla 12

Correlación entre autonomía y ciberadicción

Tabla 13

Correlación entre vínculos y ciberadicción

Tabla 14

Correlación entre proyectos y ciberadicción

Tabla 15

Correlación entre bienestar psicológico y obsesión por las redes sociales

Tabla 16

Correlación entre bienestar psicológico y falta de control personal

Tabla 17

Correlación entre bienestar psicológico y uso excesivo por las redes sociales

Introducción

La preocupación de la OMS por el bienestar de la salud mental donde la persona desarrolle su potencial, afrontando situaciones de la vida o trabajo y se desenvuelva de manera fructífera dentro de la comunidad, manteniendo la salud mental con el fin de promover el bienestar psicosocial previniendo trastornos de la salud mental (OMS, 2021)

Siendo la ciberadicción un problema muy serio, la Organización Mundial de la Salud, ha reconocido el uso excesivo de los video juegos como un trastorno mental; esto es el inicio de la categorización de las nacientes adicciones a las nuevas tecnologías. Lo anterior es un claro ejemplo de que estos problemas cada vez son más representativos y prevalentes en nuestra sociedad, además, menciona que la adicción a las redes se ha convertido en un problema que afectan la salud, tanto física como psicológica, trayendo consecuencias graves que influyen desfavorablemente en las relaciones con su entorno y actividades importantes que realizan en su vida, llegando a tener un impacto negativo en su salud mental (Caro et al., 2023).

En tal sentido el Instituto Nacional de Estadística e informática (INEI), menciona que la adicción las redes sociales en adolescentes constituyen un problema a nivel nacional con un 87.6 % de las niñas, niños y adolescentes entre las edades de 6 y 17 (INEI, 2023) con un conductual y afectivo importante que impacta en la población adolescente, (Instituto Nacional de Estadística e informática, s. f.) Además, pueden conllevar riesgos muy serios como violencia

digita, ciberacoso, contenido violento como: contenido que inducen a autolesiones o suicidio, abuso sexual en línea, invadir privacidad, comprometiendo la salud del niño y adolescente (Nations, s. f.)

Asimismo, resaltando que es una etapa llena de cambios físicos y emocionales, sumada a las consecuencias sociales e interpersonales, por ende, es importante una guía por personas apropiadas, con el fin de contribuir a desarrollar las aptitudes, capacidades y habilidades permitiendo afrontar de mejor manera, para lograr un bienestar psicológico.

En el Capítulo I, se describe el planteamiento y formulación del problema, los objetivos de la investigación, su justificación y delimitación de la investigación.

En el Capítulo II, se reseña los antecedentes, internacionales y nacionales, las bases teóricas y se plantearon las hipótesis.

En el capítulo III, se describe el marco teórico metodológico del estudio, delimitando su método, enfoque, diseño, tipo, nivel y corte; igualmente la población, muestra y muestreo estableciendo los criterios de inclusión y exclusión; finalmente se puntualiza la ficha técnica de los instrumentos y sus propiedades psicométricas.

Por lo expuesto, el presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y la ciberadicción en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública, Cajamarca-2023; de esta manera contribuir a la identificación de niveles de adicción a las redes sociales, bajo esta línea planificar y ejecutar programas preventivos promocionales e intervención en dicha institución educativa, potenciando factores de protección, además es muy oportuno la participación de estudiantes, profesores y padres de familia, con el fin de evitar o disminuir problemas psicológicos, afectivos, salud y académicos (Valencia-Ortiz et al., 2021), donde la promoción “La prevención se orienta a las acciones necesarias para evitar que una enfermedad mental ocurra y se enfoca principalmente en los factores de riesgo” para una mejora personal familiar comunidad y entorno (OMS, 2021b)

CAPITULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento de problema

A nivel global, la Organización Mundial de la Salud, últimamente ha brindado suma importancia al bienestar psicológico enfocado a la percepción del individuo con respecto a su entorno tomando en cuenta sus metas, valores, objetivos considerando la salud física, psicológica y entorno social; que se refiere “el bienestar como un componente fundamental de la definición de salud” haciendo posible que el individuo siendo consciente de sus propias capacidades, logre superar las situaciones normales y de estrés que se presentan en el ciclo de su vida, actuando y trabajando de forma productiva a la sociedad, siendo imprescindible para una vida satisfactoria, alcanzando al máximo el potencial (OMS, 2021) .

Ryff resalta que el bienestar es un componente básico e indispensable en la vida del ser humano, (Carbajal et al., 2022) en ese sentido, el bienestar psicológico se asocia al funcionamiento óptimo interno como es el dominio y crecimiento personal; considerado un constructo muy complejo, que va más allá de ausencia de síntomas psicopatológicos, contemplando como un continuo entre la enfermedad y el estado ideal de la persona, resistiendo las adversidades y florecer a lo largo de la vida; relevando las mejores condiciones posibles, con capacidad de disfrute pleno de los propios recursos orientado al funcionamiento óptimo dentro del contexto sociocultural (Álvarez et al., 2021) con suficiente facultad de

relacionarse positivamente con sus experiencias, incorporando medidas positivas y no solo ausencia de experiencias negativas.(Ferrer, 2020)

Además, el constructo de bienestar psicológico se ha convertido para la ciencia como eje fundamental de discusión a favor de la salud mental de las personas proponiéndose como metas entender al bienestar psicológico través de la psicología Positiva, así, crear condiciones para una vida digna, donde Seligman con su teoría de bienestar fomenta y mide el crecimiento personal, dando valor al concepto de salud mental indagando el potencial humano (Cabrera-Gómez et al., 2019) Por otro lado Barrientos y colaboradores afirma que el constructo se puede medir por medio de los componentes que posee; la cognición, afectos que son analizados bajo diversos contextos ya sea; estudio, familia, trabajo (Ferrer, 2020) buscando un equilibrio, sobresaliendo tanto actitudes positivas como sentimientos de satisfacción (Solano, 2009a) considerando aspectos globales a un funcionamiento positivo, por ello debe ver a la persona de manera integral teniendo en cuenta la etapa de desarrollo en que se encuentre. (Ryff & Singer, 2008, en las frases de Álvarez (Álvarez, 2020b)

La adolescencia, es un periodo caracterizada por grandes cambios cognitivos, físicos, sexuales, emocional y social, impactando la salud física, mental y su comportamiento, afectando negativamente las relaciones personales (OMS, 2023).Asimismo, en la adolescencia el uso excesivo de redes sociales, conduce a cambios en las conexiones neuronales cambiando su funcionamiento y estructura (He et al., 2017; Se-Hoon et al., 2016, citado por Valencia-Ortiz et al., 2021) presentando rasgos psicopatológicos, donde incluye cinco rasgos, desapego manifestado por anhedonia, aislamiento; afectividad negativa presentando labilidad emocional, ansiedad; antagonismo con presencia de engaño y manipulación; psicoticismo presentando excentricidad, desregulación cognitiva y perspectiva; desinhibición presentando distracción, e impulsividad, todos estos rasgos son descritos como variantes desadaptativas de rasgos de personalidad (Zimmermann et al., 2014, en las palabras de Lupano y Castro, 2022) siendo tres conductas adictivas predictores de la adición al internet: el psicoticismo, la

afectividad negativa, y la desinhibición, prediciendo el grado de adicción al internet por la incapacidad para su control (Gervasi et al., 2017; Schimmenti et al., 2021, citado en Lupano y Castro, 2022)

Si continua la ciberadicción, los adolescentes dejan a un lado su proyecto de vida, asimismo afecta la dinámica familiar, altera su estado de ánimo, irritabilidad, salud y sueño, reduciendo sus habilidades sociales, afectando las relaciones interpersonales, con un impacto negativo en la sociedad.

Anexando a lo expuesto la organización Panamericana (2018) sugiere más investigaciones de la salud mental en adolescentes (Álvarez, 2020a) de manera que, el uso de las redes aporta muchos beneficios, así también, pueden causar tensiones adicionales causando angustia y enfermedades mentales (Toscano, 2018) donde los adictos a las redes, buscan el aspecto placentero, el alivio del malestar emocional como la soledad, ira, aburrimiento, nerviosismo, etc. (Echeburúa & Corral, 2010).

Así mismo a consecuencia de la ciberadicción, los adolescentes van a experimentar un síndrome de abstinencia acompañado de malestar emocional profundo con presencia de inquietud psicomotriz, ánimo disfórico, donde la presencia de recompensa es en el momento, sobrepasando las gratificaciones inmediatas (Echeburúa & Corral, 2010), entonces un cerebro en proceso de maduración con poco control y manejo de experiencias nuevas va en busca de estímulos placenteros (Prieto, 2019) sin prepararse a las consecuencias negativas que podría presentarse a largo plazo (Echeburúa & de Corral, s. f.). Por ende, es necesario realizar plan de acción, con el objetivo de fomentar la salud mental en la población previniendo patologías psicológicas (Bustos y Vásquez, 2022).

Por consiguiente, la finalidad del presente estudio es determinar la relación entre bienestar psicológico y la ciberadicción, quienes se ven alterados por las diferentes circunstancias que involucra la vida estudiantil, la manera que tienen que organizar su tiempo, los estándares de vida donde dejan de lado el ámbito familiar, social y afectivo que puede

generar malestar físico o psicológico. (Donoso Rodríguez, 2012, citada por Maganto et al., 2019).

1.2. Formulación de problema

1.2.1. Problema general

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Cuál es el nivel de ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución, educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

1.3.2 Objetivos específicos

Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Identificar el nivel ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de relación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El razonamiento es la que sustenta una justificación a priori, donde “El conocimiento basada en evidencia y confiabilidad de los procesos cognitivos, desde un punto de vista funcionalista o uno coherencista” (Steup, 2010, en las citas de Meruane & Balin, 2012), Siendo la justificación, una condición para el conocimiento como una “creencia verdadera justificada” por ello la involucra como rol principal asegurar que la verdad de la creencia no debe ser al azar, sino que está basado en evidencia y confiabilidad, siendo un aporte importante en el mundo científico.(Meruane & Balin, s. f., p. 318), donde el investigador tiene la ansia por profundizar enfoques teóricos porque detecta un vacío científico con el fin de tratar el problema y avanzar en el conocimiento, generando reflexión y discusión académica (Bedoya, 2020a).Por otro lado, las experiencias en el ámbito educativo pueden resultar muy estresantes mermando las aspiraciones personales, quebrantando su bienestar psicológico ante las exigencias y desafíos propios de la vida estudiantil (Hernández, Aguilar y Segura, 2013, citado por (Medina, 2020). En este sentido, el estudio de las variables de la problemática de hoy en

día bajo un contexto personal y social de los estudiantes que afecta el bienestar psicológico se busca establecer la relación con la ciberadicción.

1.4.2. Metodológica

Una investigación se justifica metodológicamente cuando se propone o desarrolla un nuevo método o estrategia que permita obtener conocimiento válido o confiable (Bedoya, 2020b, p. 71). planteando una metodología, donde incluya otras formas de medir, experimentar una o más variables o creando un nuevo instrumento para recolectar datos (Bedoya, 2020a).

El presente estudio posee una justificación metodológica, emplea un diseño no experimental, descriptivo correlacional, a fin de detectar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción; se empleó dos cuestionarios que cumplen con la validez y confiabilidad, en la población descrita que responden los ítems, cumpliendo los criterios de confiabilidad que exige los procesos metodológicos, recaudando una valiosa información para diseñar estrategias que potencien el bienestar psicológico, así poder intervenir en la problemática de manera directa. Asimismo, siendo primordial el consentimiento voluntario de la persona y el eje de la bioética, respetando su libertad y decisión de la participación autonomía (Hardy-Pérez & Rovelo-Lima, 2015).

1.4.3. Practica

“Manifiesta que una investigación puede generar aportes prácticos directos o indirectos relacionados a la problemática real estudiada” (Bedoya, 2020b, p. 70)

El estudio de la ciberadicción y la influencia sobre el bienestar psicológico sirve para un diseño de estrategias preventivo promocional a fin de menguar el impacto negativo en el desempeño de los estudiantes, con el propósito de mejorar su bienestar y calidad de vida.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

“La delimitación temporal periodo o fechas especifica donde se justifica por las premisas, históricas, contextuales y metodológicas” (Sampieri et al., 2017). Para la realización de esta investigación serán considerados de marzo a diciembre año 2023.

1.5.2. Espacial

Dicha investigación se llevará a cabo en una institución educativa pública, en el distrito de Chota Cajamarca.

Que refiere “el contexto espacial, “se utilizan técnicas de trabajo de la geografía, para el análisis espacial, puede ser ciudad, país, estado, o mundial (Sampieri et al., 2017).

1.5.3. Recursos

Esta investigación fue responsabilidad propia de la autora, de necesitarse recurso material, será autofinanciada (Sampieri et al., 2017).

El presente trabajo cuenta con recursos humanos, una muestra para su aplicación, un asesor metodológico, permiso del director de la institución, material bibliográfico, un software y estadística correspondiente para el procesamiento de datos.

CAPITULO II: MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.2.1. Antecedentes internacionales

Clavón (2021), realizaron una investigación cuantitativa, correlacional, transversal, con el objetivo de encontrar la relación binómica entre bienestar psicológico y adicción a internet en adolescentes de Bachillerato del cantón Pedro Moncayo en una muestra de 109 estudiantes con edades entre los 15-19 años. Asimismo, se encontró

relación con la adicción a internet estudiantes de entre los 15-19 años. Finalmente, se reconoce la incidencia de la adicción a internet en el bienestar psicológico de los estudiantes objeto de estudio por estudiantes de entre los 15-19 años.

Demir (2021), realizaron un estudio transversal, con el objetivo de determinar de felicidad y adicción a las redes sociales en una muestra de 314 estudiantes mujeres y varones de 14 y 17 años en Turquía. Utilizaron los instrumentos: la Escala de Adicción de Medios Sociales (SMDS) adaptada Savci et al. (2018) y el Cuestionario de Felicidad de Oxford-Formulario Corto (OHQ-SF) adaptada por Doğan y Sapmaz (2012). Se evidenció, una correlación negativa ($r_s = -.39$, $p < .01$) entre la adicción a los medios sociales y la felicidad.

Shresta & D'mello (2020), realizaron un estudio transversal, con el objetivo de determinar la relación de la adicción a Internet con el PWB en estudiantes de 12 a 16 años en una muestra de 654 estudiantes de secundaria en India. Asimismo, utilizaron los instrumentos: Escala de Adicción a Internet de Young y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados encontraron una asociación negativa significativa ($p < .001$; $\beta = -.27$) en ambas variables. siendo similares para la dimensión autonomía ($\beta = -.025$; $p < .01$), dominio del medio ambiente ($\beta = -.04$; $p < .01$), crecimiento personal ($\beta = -.057$; $p < .01$), relaciones positivas ($\beta = -.053$; $p < .01$), propósito de la vida ($\beta = -.062$; $p < .01$) y autoaceptación ($\beta = -.036$; $p < .01$). Finalmente, se concluye que la variable bienestar psicológico se ve afectado de forma negativa por la adicción a internet.

Iyer & Sharma (2020), realizaron una investigación con el objetivo de evaluar el impacto del uso excesivo de internet en el bienestar psicológico estudiantes de India durante el periodo de la COVID-19, tuvo un diseño correlacional, con una muestra de 448 estudiantes entre 16 a 20 años de edad, utilizaron n la escala de bienestar

psicológico de Ryff y la prueba de adicción a Internet de Young, los resultados que se encontró indica que la adicción al internet fue un predicción negativo dimensión autonomía ($\beta = -.219$; $p < .01$), dominio del medio ambiente ($\beta = -.125$; $p < .01$), crecimiento personal ($\beta = -.158$; $p < .01$), relaciones positivas ($\beta = -.277$; $p < .01$), propósito en la vida ($\beta = -.247$; $p < .01$) y autoaceptación ($\beta = -.237$; $p < .01$), concluyendo que la adicción a internet genera un efecto no favorable para el bienestar físico y psíquico.

Tangmunkongvorakul et al. (2019), realizaron un estudio transversal, con el objetivo de encontrar la asociación entre el uso de teléfonos inteligentes y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios en 800 estudiantes compuesto por 405 (50.6%) mujeres y 395 (49.4%) varones de 18 a 24 años en Chiang Mai, Tailandia. Utilizaron los instrumentos: el cuestionario, The Flourishing Scale y Diagnostic Questionnaire for Internet Addiction. Finalmente, se obtuvo como resultado que el 45.8% de la población evaluada obtuvo un alto nivel de adicción a internet y a su vez una baja calificación respecto al bienestar psicológico.

Valerio & Serna (2018), realizaron una investigación con el objetivo de encontrar una posible relación entre el bienestar psicológico de los jóvenes universitarios y la intensidad de uso de las redes sociales (Facebook). La investigación tuvo un diseño transversal y correlacional, con una muestra de 200 estudiantes, compuesto por 112 (56%) varones y 88 (44%) mujeres de 17 a 25 años de una universidad privada de México. Así mismo se hizo uso del instrumento Intensidad de Uso de las Redes Sociales (IURS) y el bienestar psicológico (BP). Los resultados que se obtuvieron fue que existe una relación negativa entre la intensidad de acceso a las redes sociales y el bienestar psicológico lo que quiere decir que el número de horas invertidas puede ser un indicador de una percepción negativa de bienestar.

2.2.2. Antecedentes nacionales

Ccorahua (2023), realizaron un estudio transversal con el objetivo de analizar la relación entre la adicción a redes sociales y el bienestar psicológico en una muestra de 303 estudiantes de secundaria entre las edades de 12 a 18 años de dos Instituciones Educativas. Asimismo, los instrumentos que utilizaron: el Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS – 6) y la Escala de bienestar psicológico SPWB de Ryff. Los resultados evidenciaron que existe una relación inversa y significativa entre adicción a redes sociales y bienestar psicológico ($r = -.277, p < .001$). Por último, no existe correlación con la dimensión crecimiento ($p = .557$) y la dimensión propósito ($p = .895$). Los autores concluyen que a mayor adicción a redes sociales menor será el bienestar psicológico.

Carbajal et al., (2022) realizó un estudio cuantitativo correlacional con el objetivo de determinar la relación entre el bienestar psicológico y el uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT ubicado en la ciudad de Huancayo en 93 estudiantes utilizando el cuestionario de Bienestar Psicológico en Adultos de Casullo (2002) en su adaptación peruana de Domínguez (2014) y la Escala de Adicción a las Redes Sociales de Ecurra y Salas (2014), en los resultados se encontró una relación inversa y moderada entre el bienestar psicológico y el uso de las redes sociales en los estudiantes.

Huaranga y Yactayo (2019), en una investigación transversal con diseño correlacional tuvo como objetivo principal relacionar la utilización problemática de las redes sociales virtuales, el bienestar psicológico y el sentimiento de soledad en un grupo de 300 estudiantes de 17 a 38 años de una universidad privada de Lima Metropolitana. Entre los instrumentos se empleó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014), la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos

(BIEPS-A) adaptada por Domínguez (2014), y la Escala de Soledad de Jong Gierveld (ESJG) adaptada por Ventura y Caycho (2017). Entre los resultados se obtuvo una correlación negativa entre el indicador de falta de control personal en el uso de redes sociales, con respecto al bienestar psicológico. De igual manera, de la adicción al espacio virtual con la falta de control personal en el uso de redes sociales, estas se interrelacionan de manera positiva con la soledad emocional. Finalmente, se plantea como una de las conclusiones más importantes que el bienestar psicológico se relaciona de manera negativa con la soledad social y la soledad emocional.

Carmen (2022) realizó un estudio transversal con el objetivo de establecer la relación entre el abuso de las redes sociales y el bienestar psicológico en 60 estudiantes del cuarto grado de secundaria. Asimismo, utilizó el cuestionario de abuso de redes sociales y el Cuestionario de bienestar psicológico. Los resultados demostraron que existe una relación alta y positiva de ($r= 0.9$) entre ambas variables. Finalmente, se evidenció que el 25% de estudiantes presentaron niveles altos sobre las redes sociales y el 35% niveles medio de bienestar psicológico.

Ulloa (2019), realizó un estudio transversal con el objetivo de determinar la influencia de la adicción a las redes sociales, la violencia en relaciones de pareja y bienestar psicológico en 205 estudiantes del 5 grado de secundaria. Asimismo, utilizó el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), el Inventario de violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes (CADRI) y el Cuestionario Bienestar psicológico (EBP). En los resultados se evidenció que la variable adicción a redes sociales alcanzó una magnitud nula implicando que el bienestar psicológico no es explicado por las redes sociales ($r=,152$, $R,023$).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Definición de bienestar psicológico

La Organización Mundial de la Salud define como un “Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” tomando encuentra el equilibrio que se produce entre la dimensión psíquica, física y social del individuo y se complementan entre sí; asimismo enfatiza que la salud mental en efecto es un estado de bienestar, debido a que la persona con el uso de sus capacidades puede enfrentar las dificultades que se presenten en su vida (OMS, 2021).

Asimismo, la Real Academia con respecto al bienestar refiere al “Estado de la persona en el que se hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica” abastecida de lo necesario de manera holgada para vivir bien y con tranquilidad (ASALE & RAE, s. f.).

De igual importancia, Ryff introdujo el concepto de bienestar subjetivo con un enfoque multidimensional guiada de la perspectiva eudaimónica, de ahí que es el primer modelo sobre Salud Mental descubrir los beneficios del bienestar subjetivo buscando un equilibrio bajo diversas perspectivas que se entiende como una evaluación cognitiva, concluyendo que el bienestar es bueno para las personas y la sociedad, mejorando el comportamiento positivo y por ende la condición humana siendo el bienestar psicológico un constructo, donde las personas relacionan la valoración que tienen sobre las diferentes maneras de vivir definiendo como el proceso personal donde el individuo evidencia indicadores positivos guiados a sus metas propuestas, integrando seis dimensiones: autonomía, autoaceptación, crecimiento personal, dominio del entorno, propósito de vida y las relaciones positivas con los demás, para describir si es óptimo o deficitario el funcionamiento mental (Ryff & Keyes, 1995a).

En palabras de Casullo conceptualiza al bienestar psicológico como la percepción que tiene el sujeto sobre la vida, por medio de una valoración de manera positiva de uno mismo, que va a permitir conseguir metas en la vida dependiendo de vínculos afectivos adecuados y sanos relacionándose de manera adecuada, evaluando por medio de sus sentimientos negativos u positivos dependiendo de su experiencia “variaciones importantes según la edad, sexo y la cultura” (Casullo & Solano, 2000a, p. 45), citado por (Guzmán Dávila, 2022) en relación con este tema, refiere que el bienestar psicológico lo integra aspectos conscientes, psicológicos, estados emocionales y respuestas a experiencias o vivencias cotidianas que se van a centrar en el crecimiento personal valorando el modo o la forma de enfrentar retos o acontecimientos con la voluntad y compromiso de lograr sus objetivos trazados (Vásquez, 2009, citado por, Rojas, 2022).

Respecto al bienestar psicológico se entiende cuando “una persona tiene alto bienestar si experimenta satisfacción con su vida, si frecuentemente su estado anímico es bueno y solo ocasionalmente experimenta emociones poco placenteras como tristeza o rabia (Solano, 2009b, p. 45) mencionando que el bienestar tiene tres componentes básicos; los juicios cognitivos, el afecto positivo y el afecto negativo, enfatizando que el bienestar es un constructo muy complejo basado en los afectos positivos conocido como la felicidad, que las personas realizan acerca de cómo les fue (los está yendo) en el transcurso de su vida” (Solano, 2009c, p. 46).

2.2.2. Fundamentos teóricos sobre el bienestar psicológico

a) Teoría psicológica positiva

Propuesta por Seligman a inicios siglo XXI da lugar al estudio de las emociones positivas, brindando nueva visión para ocuparse de los fenómenos psíquicos mencionando que la Psicología Positiva es la “ciencia de la experiencia subjetiva, que

se propone estudiar los procesos que subyacen a las cualidades y emociones positivas del ser humano”(Caycho Rodríguez, 2010) sin embargo, el tema de bienestar ya era estudiado anteriormente con el estudio de la felicidad, la satisfacción con la vida, bienestar subjetivo donde Seligman, Diener y Csikszentmihalyi tuvieron la preocupación por el tema, proporcionando un esquema integral, para entender la buena vida (Park y Peterson, 2009) que divide en cuatro áreas que se relacionan entre sí: las experiencias subjetivas positivas, basadas en la plenitud, felicidad y el flujo. Los rasgos individuales positivos involucran el talento, carácter, intereses, valores; relaciones interpersonales positivas toman en cuenta el compañerismo, matrimonio, amistades: las instituciones positivas involucran la escuela, familia, negocios comunidades (Park et al., 2013).

Más adelante Seligman relacionada con las virtudes y fortalezas personales quien propone tres pilares: la vida placentera da lugar al estudio de las emociones positivas; la vida comprometida está relacionada con el estudio de las fortalezas, las virtudes personales y los estados de flujo; y la tercera está en relación con las instituciones positivas (Bolaños, 2017)

Vida placentera.- Consiste en el incremento al máximo la mayor cantidad de emociones positivas para sentir la felicidad obteniendo mayor número de momentos felices durante la vida, rescatando se puede alcanzar mediante goce y disfrute del momento presente, el savoring y el mindfulness donde se rescata momentos agradables o genuinamente “saborear el momento presente” mediante los sentidos o mediante entrenamiento de la atención plena de los pensamientos, sensaciones y acciones, también se puede cultivar la felicidad por gratitud y perdón, en el futuro por la esperanza y optimismo, donde la vida placentera tiene dos límites; una es el nivel de emocionalidad positiva que está ligada a la personalidad y se heredan dos componentes

genéticos (entre 40 -50%) siendo más o menos fijas con poca probabilidad al cambio o (Lyubomirsky, 2007, citado por (Medina, 2020)

Otra es la adaptación hedónica o habituación, los individuos se habitúan a las emociones positivas siendo necesario aumentar el número llegando al punto que el incremento no llega a causar mayor felicidad (música, comida), el comer mas no trae aparejado mayor bienestar. Por suerte las emociones positivas no son únicas vías para el acceso a una vida plena. ((Medina, 2020)

Compromiso. - Se relaciona a las fortalezas propias del individuo, partiendo de ellas puede experimentar flow producto del compromiso de una tarea efectiva, que no sea aburrida.

Acceso o vida con significado (meaningfull life). - Se basa en el significado que las personas dan a su vida, basadas en las fortalezas propias dirigidas a los demás a fin de ayudar a su entorno y lograr que estos desarrollen sus potencialidades, se puede dar por la familia, instituciones, trabajo escuela (Bolaños, 2017).

Más adelante Martin Seligman plantea el modelo PERMA, donde agrupa cinco factores: P (emociones positivas), E (compromiso), R (relaciones positivas), M (significado), A (logro), todos estos elementos van a orientar a más emociones positivas, más logros, más sentido y mejor relaciones. (Bolaños, 2017).

Por otro lado, la psicología positiva presenta un enfoque donde explica e interpreta e interviene en la vida de las personas con una mirada desde el lado positivo de la salud, el bienestar, mas no desde la enfermedad (Rojas et al., 2022).

b) Teoría de autodeterminación (TDA)

Los Precusores fueron Edward L. Deci y Richard M. Ryan (1985), se basa en la motivación dirigidas hacia la satisfacción de necesidades y las metas. El constructo psicológico basado en metodología principios empíricos resaltando la importancia de la

unidad, la organización e integración de cada individuo, orientados al crecimiento y desarrollo personal, con un interés de motivación intrínseca que conduce hacer algo por uno mismo (Álvarez, 2020b), llamaba como principio único al “ser humano que posee el potencial para desarrollarse como una persona sana, que se auto determina, autor realiza y trasciende”(Stover et al., 2017), más adelante, proponer su propia teoría “la autodeterminación” señalando que el bienestar va a depender de un funcionamiento óptimo, con la satisfacción de las necesidades básicas: vínculos, autonomía y competencia, que sirven de sustento para el desarrollo del bienestar psicológico (Deci y Ryan, 2000, citada por (Espinoza Medina, 2021).

En igual forma, se describe como un buen funcionamiento psicológico involucrando una perspectiva hacia la motivación intrínseca y extrínseca dirigidos a un funcionamiento excelente asociado a las experiencias tanto positivas como negativas, determinando indicadores de bienestar psicológico (Bustos Changoluisa & Vásquez de la Bandera Cabezas, 2022). No obstante, la satisfacción con la vida, Vitalidad subjetiva y la Autoestima- Constructo que se basa en creencias o sentimientos tanto positivos o negativos en relación con uno mismo. (Según Deci & Ryan, 1985, citada por Bustos y Vásquez, 2022).

c) Teoría de adaptación

Esta teoría es clave para el bienestar, ante la presencia e impacto de eventos estresantes, los individuos se adaptan volviendo a un estado de bienestar previo, por la habituación de los sistemas donde los procesos automáticos son adaptativos porque el impacto del evento se diluye y los recursos personales hacen frente a nuevos estímulos que precisan atención inmediata. (Fredrick y Loewenstein, 1999, citado por Solano, 2009c). En este sentido, Lopera (2016) refiere que la conducta humana por anticipación cognitiva es una adaptación, siendo un proceso de resolución de problemas o tensiones

que no se resuelven desde lo psíquico de la persona sino de una intermodificación constante del individuo (Roldan B. et al., 2017)

Además, las personas son relativamente estables no muestra demasiada sensibilidad a circunstancias de cambio del entorno donde los recursos personales presentes permanecen libres preparados para accionar (Solano, 2009d). Por consiguiente, Piaget, J. (1970) menciona que el proceso de adaptación puede ser una respuesta del organismo para ajustarse a una acción o estímulo del medio, de debe de distinguir un estado de un proceso donde intervienen los procesos de maduración y la personalidad orientados a buscar un estado de equilibrio. (Roldan B. et al., 2017)

Modelo multidimensional de Riff

Ryff (1989) en la década de 1980, desarrolló desde el concepto de bienestar psicológico, revisó las características de bienestar y encontró que también estaban formuladas para describir el funcionamiento positivo. Dentro del bienestar psicológico el autor integra los componentes del Yo en relación con satisfacción y cariño, con el propósito de buscar la excelencia personal o la autorrealización, existiendo una relación con logros, aspiraciones, efectos positivos, negativos y felicidad (Ryff & Keyes, 1995b, p. 10). Ryff, en su XI congreso, hace mención con respecto al concepto de felicidad que “involucra una vida significativa y con propósito”, donde la felicidad va a influenciar en una buena salud de las personas por lo tanto mejor y saludable longevidad. (Carol Ryff ,2016).

Por su parte, Ryff propone un modelo multidimensional guiada de la perspectiva eudaimónica, siendo el primer modelo sobre Salud Mental donde descubre los beneficios del bienestar subjetivo buscando un equilibrio bajo diversas perspectivas, concluyendo que el bienestar es bueno para las personas y la sociedad, mejorando el comportamiento positivo y por ende la condición humana, siendo el bienestar

psicológico un constructo, donde las personas relacionan la valoración que tienen sobre las diferentes maneras de vivir, definiendo como el proceso personal de la persona que evidencia indicadores positivos guiados a sus metas propuestas, por ende plantea dimensiones: autonomía, autoaceptación, crecimiento personal, dominio del entorno, propósito de vida y las relaciones positivas con los demás, para describir si es óptimo o deficiente el funcionamiento mental aplicando la escala, permitiendo evaluar las seis dimensiones (Ryff & Keyes, 1995a). Por consiguiente, conceptualiza a constructo bienestar como un proceso dinámico donde incluye dimensiones subjetivas, sociales y psicológicas, que están tienen relación con comportamientos de la salud. La escala de Ryff de bienestar psicológico es un instrumento basado en la teoría que se enfoca especialmente en medir múltiples facetas de bienestar psicológico” (Salas-Picón et al., 2022).

El constructo de Bienestar Psicológico Riff (1995), ha sido empleada por muchas investigaciones, en un principio generó 80 ítems luego lo redujeron 20 ítems por dimensión, según su análisis se seleccionaba a lo que mejor se ajustaba cada consigna, (Ryff & Keyes, 1995b). Sin embargo, se presentaron la versión de 39 ítems, que ha mostrado un mejor ajuste y esta propuesta por seis factores que se aplicó en población española (Díaz Llanes, 2001). En la presente investigación se usa la versión de 13 ítems.

Describiendo la PWBS usa la escala de tipo Likert 1 (Muy en desacuerdo) a 6 (Muy de acuerdo), para obtener la puntuación BP son agregadas y promediadas, se le indicara a los encuestados que respondan según las afirmaciones planteadas su grado de acuerdo o desacuerdo en el momento de la evaluación. Un resultado alto en la puntuación indica que el encuestado tiene un alto de BP, por el contrario, si tiene una puntuación baja nos indica que el participante tiene un nivel bajo de BP.

A continuación, describimos cada uno de las dimensiones. Según Ryff (1989).

Autoaceptación: Se refiere a la valoración positiva sobre uno mismo y capacidad de aceptación que tiene el individuo siendo una característica principal para la integridad de la persona logrando una identidad propia, afirmando que esta dimensión es un criterio primordial para la salud mental del individuo, siendo una característica de un óptimo funcionamiento y madurez. Desde la visión de la etapa de su vida, se espera que surja la aceptación no solo personal, sino también de sus experiencias (Ryff,1989). Por otro lado, Lluch Contempla la autoaceptación como el aprendizaje de vivir consigo mismo aceptando sus limitaciones y posibilidades y según sus percepciones (Lluch, 2002, p. 42) que se traduce como una disposición a aceptarse así mismo, con una consideración de manera positiva e incondicional, con un amor sin exigencia o condición demostrando que la importancia de uno mismo, mientras mejor se acepte será más auténtico con el prójimo, más aún si el grupo lo retroalimenta (Carl.cap 13, s. f.) siendo consciente de sus limitaciones se siente bien consigo mismo (Keyes & Magyar-Moe, 2003).

Relaciones positivas con los demás: Relaciona a una adecuada calidad en sus relaciones con los otros, con empatía y capacidad de mantener y hacer relaciones seguras, duraderas, satisfactorias e íntimas con la demás basada en cariño y confianza (Machado, 2010), con apertura a la ayuda mutua con los demás, donde las relaciones y la participación social son factores que cumplen un rol fundamental a lo largo de la vida, con disposición de cuidar del otro, valorando las relaciones íntimas con los demás, disfrutando de la compañía; se enfoca a la relación entre personas surgiendo rasgos positivos como fortalezas del ser (Tengland, 2001), siendo necesario de las relaciones sociales estables, tener amigos y poder confiar en ellos (Keyes & Magyar-Moe, 2003) “Nuestra personalidad se torna visible a nuestros ojos a través de la relación con los

demás” permitiendo a la persona encontrar de manera directa su self real, a través de la retroalimentación e interacción con los demás.

Propósito de vida: Es la creencia que se asocia a la salud mental, dirigido a sus metas, proyectos y objetivos donde hay un sentido de propósito en la vida también se puede explicar como el sentido de dirección personal encaminado según sus creencias, valores y/o necesidades auto percibidas con un propósito y metas (Ryff,1989) que les permita dar un sentido a su vida (Keyes & Magyar-Moe, 2003).

Dominio del entorno: Se relaciona con la capacidad de un afrontamiento asertivo, con facultad de elegir, organizar y desarrollar un espacio para satisfacer sus necesidades personales y la capacidad para manejar su entorno ante actividades complejas de la vida, capaz de dominar su contexto y medio (Ryff,1989); eligiendo un entorno favorable donde pueda complacer sus necesidades, teniendo un mejor control de su entorno (Keyes & Magyar-Moe, 2003). Además, tienen la sensación de ser competitivos con su medio controlando factores de su entorno utilizando de manera efectiva las oportunidades mejorando el contexto que se presentan en su medio (Chávez Alcántara, 2011) asimismo, son capaces de afrontar mejor la presión social auto regulando de la mejor manera su comportamiento (Keyes & Magyar-Moe, 2003).

Crecimiento personal: Se refiere a la valoración personal en cuanto a su desarrollo y evolución a lo largo del ciclo de su vida, mejorando y optimizando las capacidades que posee (Solano, 2009a). También se considera como el cambio que experimenta la persona mostrándose accesible a las experiencias nuevas afrontando los cambios constantes reflexionando sobre sí mismo resolviendo sus problemas (Rogers, s. f. 1958) potenciando al máximo sus capacidades con un empeño por un crecimiento de su persona (Keyes & Magyar-Moe, 2003).

Autonomía: Se relaciona con la toma de decisiones de manera independiente, iniciativa, con una confianza en su juicio crítico de manera autónoma, por ende, un desenvolvimiento adecuado ante situaciones estresantes (Ryff, 1989). Maslow menciona que las personas con autonomía desarrollan un crecimiento de su potencial que los lleva a la autorrealización (Naranjo Pereira, 2009), donde la persona es capaz de sostener su individualidad en un contexto social estableciendo sus propias convicciones conservando su independencia y autoridad propia (Keyes & Magyar-Moe, 2003)

El puntaje alto refiere una independencia en la toma de sus decisiones, por lo contrario, si es baja indica inestabilidad emocional, dándole importancia a lo que pueda pensar los demás.

2.2.3. Escala de Bienestar psicológico Casullo (2002)

La autora considera cuatro dimensiones dentro de constructo de bienestar psicológico Considerando las dimensiones de autonomía, control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación se sí (Casullo & Solano, 2000a), es preciso mencionar que la escala utilizada en esta investigación se apoya en la propuesta por Casullo, quien es la que toma referencia al modelo multidimensional de Ryff, que está compuesta por 4 dimensiones.

Aceptación /control (sentimiento de bienestar con uno mismo/ Sensación de control y auto competencia). Si reconoce, acepta y admite antecedentes individuales, considerando los momentos positivos y negativos sin importar su pasado, considerando su salud mental al aceptarse a sí mismo y sentirse bien a pesar de las dificultades. Al no aceptarse a sí mismo va a generar una situación de desilusión de sí mismo. El sujeto tiene habilidad para participar dentro de su entorno, con una capacidad de control, creando y manipulando medios adecuando a sus intereses, los que poseen bajos control poseen dificultades para manejar asuntos que se presentan en su vida diaria con una

creencia de su incapacidad de transformar su entorno en base a sus necesidades (Casullo, 2002, citado por Domínguez, 2014)

Autonomía. (capacidad de individualidad). Es capaz de sostener la individualidad propia bajo diferentes contextos sociales, manteniendo en un tiempo con autoridad bajo sus propias convicciones (Casullo, 2002, citado por Domínguez, 2014).

Proyectos (metas y propósito en la vida). Considera a los proyectos y metas que la persona puede establecer como fin de su logro, que indica un funcionamiento positivo, dando un sentido a su vida (Casullo, 2002, citado Domínguez, 2014)

Vínculos sociales (calidad de las relaciones personales). Tiene capacidad de empatía confianza y afectividad que van a establecer vínculos sanos y duraderos con una interacción adecuada con los demás, incrementando el bienestar, al no desarrollar un adecuado vínculo se evidencia un aislamiento y frustración con una incapacidad para construir vínculos con los demás (Casullo, 2002, en las palabras de Domínguez, 2014).

2.2.4. Definición sobre la adicción

La Organización Mundial de la Salud, manifiesta que la adicción se entiende como una enfermedad de grado severo, “cuando el uso de una sustancia causa daño en un área importante en la vida del individuo, este se transforma en un dependiente” siempre va a vivir subordinado a algo, como a las personas, a sustancias, a los lugares, a las cosas, además, el exceso va alterar el estado de ánimo y es posible que no pueda comunicarse (Espósito, 2020). Adicción es el estado de dependencia física, psicológica o ambas, donde incluye el retraimiento, tolerancia, pérdida de control y consumo compulsivo (Association, 2010).

Echeburúa conceptúa a la adicción a las redes como la “pérdida de control y uso dañino de esta tecnología” inclinación desmesurada hacia una actividad con o sin la presencia de sustancia química de por medio, es una afición patológica que resta la

libertad y genera dependencia a la persona, afectando su vida personal familiar escolar social y la salud; desarrollando síntomas emocionales, conductuales ante la abstinencia de redes. Asimismo, pueden presentar irritabilidad, síntomas de depresión o ansiedad (Echeburúa & Corral, 2010)

Byun et.al. (2009) define a la adicción como la incapacidad que presenta la persona ante el control sobre la utilización y dependencia del internet, provocando fatiga, incomodidad, disfuncionalidad en sus actividades diarias, con una excesiva preocupación por la ocupación o actividades que realizan las personas en el ciberespacio; desencadenando síntomas cognitivos, fisiológicos y conductuales (Araoz et al., 2021).

Escurra y Salas (2014), conceptualizan a las ciberadicciones basado a tres elementos que agrupan los síntomas: factor obsesivo a las redes sociales, con presencia de síntomas cognitivos de fantaseo con redes, el factor excesivo uso de redes con síntomas funcionales de una dependencia extrema de redes; el factor de descontrol personal con síntomas conductuales de descuido de tareas cotidianas (Chiza-Lozano et al., 2021).

Para Araujo 2016, describe que la adicción al internet genera un amplio grupo de problemas conductuales que se los nombra como adicciones conductuales, donde la adicción no es una sustancia sino es una actividad o conductas que se nombran en la actualidad como adicción o juego patológico, adicción al internet, adicción sexo, adicción compras y otras (Lazaro Ventura, s. f.).

Young, (1996) lo define a la “adicción a Internet es un deterioro en el control de su uso que se manifiesta como un conjunto de síntomas cognitivos, conductuales y fisiológicos. Es decir, la persona 'dependiente' realiza un uso excesivo de internet lo que le genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales” (López,

2004) con uso compulsivo/patológico de las pantallas o ciberadicciones que desencadenan serie de conductas, además establece un grupo de criterios que permite diagnosticar el síndrome de la adicción a internet, una adaptación de los utilizados para el diagnóstico de juego patológico (Prieto, 2019).

2.2.5. Teorías neurobiológicas de la Adicción

a). Teoría de los procesos oponentes de Solomon

El cerebro engloba diversos mecanismos de control que son capaces de equilibrar o estabilizar cualquier estado afectivo presente fuera del equilibrio (Sanchez,2017)

Explicando la respuesta emocional frente a un estímulo placentero o aversivo, donde el organismo enfrenta retomando el equilibrio, quien describe dos procesos opuestos. Entonces al consumo de una droga hay una activación de procesos emocionales que tienen relación con la calidad, intensidad, y duración del estímulo reforzante (proceso A), luego se dispara un proceso negativo que es opuesto al estímulo inicial (proceso B) por lo general de naturaleza fisiológica. Cuando el proceso A es mayor al proceso B la persona se encuentra en una situación de placer, euforia; al contrario, si el proceso B es mayor que el proceso A la persona experimenta malestar intenso, disfórico desagradable, estado B.

El primer escenario lo denominaron high; al consumir en exceso el high, se pierde requiriendo cada vez más cantidad para producir el mismo efecto, produciendo una adicción. Entonces las personas que presentan ciberadicción van a incrementar su uso con el fin de experimentar el high en su intensidad inicial, siendo un estado placentero al llegar el límite, un menor tiempo de uso la persona experimenta un malestar, desagradable (López, 2004).En los adictos hay una habituación, la excitación producto del estímulo va a disminuir la intensidad (habituación) donde, al desaparecer

el estímulo, va a resultar molesto ante los efectos del oponente porque son tan fuertes, siendo la razón de esto para una nueva exposición al estímulo más potente que el anterior, en otros casos no es experimentar la emoción inicial más bien es eliminar la sensación de vacío que se presenta al finalizar el estímulo (Eскурра & salas, 2014).

b). Teoría motivacional de la adicción: neuroadaptación y alostasis Koob y Le Moal, 1997

Argumentan los sistemas motivacionales del cerebro mediante el desarrollo de una adaptación alostática llamado “espiral del proceso adictivo” describiendo tres componentes: “La preocupación por conseguir la droga, la intoxicación o efecto agudo de la droga y la abstinencia asociada a un estado emocional negativo” (Koob y Le Moal, 2001, en las palabras Sanchez,2017) presenta una sensibilidad psicomotora producto de la preocupación por conseguir la droga, produciendo cambios neuroadaptativos provocando estados disfóricos producto de la abstinencia.

Alostasis es definido como: “el conjunto de procesos neuroadaptativos que se desarrollan en el sistema nervioso central (SNC), para mantener una situación de equilibrio tras alterarse la homeostasis en el sistema de recompensa cerebral, debido al consumo de droga” (Koob y Le Moal, 2001, citado por Sanchez,2017) iniciando un proceso patológico con necesidad de repetir el consumo, y cada vez los factores neurobiológicos vulnerables a la dependencia adictiva se producen después de un tiempo prolongado de mantenimiento (Rodríguez,s.f, 2006)

Un neurotransmisor muy importante es la dopamina que se relaciona con los procesos de motivación y la recompensa, que se libera por vía mesolímbica del cerebro que va a producir un efecto de placer y recompensa, ante la ausencia se restablece una motivación una motivación por volver a consumir (Bowirrat & Oscar-Berman, 2005, Melis, Spiga, & Diana, 2005, en las palabras de Ruiz, 2015).

c). Teoría de la sensibilización del incentivo: Robinson y Berridge, 1993

Sensibilización término utilizado en farmacología referido al aumento del efecto tras su administración de una droga, la exposición repetitiva ante muchas drogas produce un aumento paulatino y duradero del efecto de la droga. (Soria Rodríguez, 2006, en las palabras de Sanchez,2017). Por otro lado, la tolerancia se define como la consecuencia del uso continuo de una droga o la disminución gradual de efectos psicofisiológicos de una sustancia. De esta forma la sensibilización comprende el aumento paulatino de los efectos que produce la droga en su etapa inicial producto del consumo repetitivo (Ruiz, 2015).

Alcances de Ciberadicción

Ciberadicción

En la actualidad la vida moderna sin internet es inconcebible, se han introducido en la vida de las personas, y puede considerarse como una actividad de múltiples posibilidades siendo a la vez intrínsecamente recompensante, ofreciendo el internet variedad de contenidos y actividades. Un criterio para hablar de ciberadicción es el tipo de motivación que subyace a la actividad adictiva siendo fundamentalmente la evasión del estrés, depresión, ansiedad y otras emociones negativas, en las investigaciones se observan que las personas usan las pantallas no como medio informativo, sino como herramienta psicológica para enfrentar los problemas cotidianos; además, se observa que la ciberadicción posee características en común con otros problemas de autocontrol (Huaranga C. & Yactayo F.s, 2019)

Criterios diagnósticos de adicción a Internet propuestos por Young (Navarro y Rueda, 2007)

Yung en 1996 estructura

1. Patrones conductuales de uso de Internet.

2. Perfil de personalidad.
3. Razonamiento.
4. Escala de depresión.
5. Escala de búsqueda de sensaciones.
6. Datos demográficos.

La autora López, (2004) considera que si responde afirmativo a cuatro o más la persona presenta desorden de Adicción al internet (IAD), refiriendo que el adicto busca el internet como camino para escapar de problemas o para aliviar un disgusto con sentimientos de impotencia, ansiedad, depresión o culpa. (Navarro y Rueda, 2007).

1. ¿Se siente preocupado por lo que ocurre en Internet y piensa frecuentemente en ello cuando no está conectado?
2. ¿Siente la necesidad de invertir más y más tiempo conectado para sentirse satisfecho?
3. ¿Es incapaz de controlar el uso de su conexión?
4. ¿Se siente inquieto o irritable cuando intenta disminuir o eliminar sus salidas al ciberespacio?
5. ¿Se conecta para escapar de sus problemas?
6. ¿Miente a sus familiares y amigos en lo relativo a la frecuencia y duración de sus conexiones?
7. ¿Corre el riesgo de perder una relación importante, un trabajo, una oportunidad académica o su carrera por su uso de la Red?
8. ¿Sigue conectándose después de pagar facturas importantes por sus conexiones?

9. ¿Cuándo pasa un tiempo sin conectarse se siente más malhumorado, irritable o deprimido? ¿Permanece conectado durante más tiempo del que inicialmente pensaba?

Para Griffiths (1997) define a las adicciones tecnológicas como adicciones no químicas donde se relaciona hombre-maquina, que pueden ser activas presentes en la televisión o activas presentes en redes, videojuegos, internet, siendo una modalidad de adicciones psicológicas. (López, 2004) con presencia de síntomas: alteración del ánimo, tolerancia, conflicto, abstinencia y recaída, anexando luego siete áreas: gastar más tiempo de lo planeado en internet, tolerancia, mayor tiempo de actividades en línea, más tiempo en internet que actividades recreativas sociales, intento fallidos para disminuir o detener uso internet, persistencia de uso pese a dificultades académicas, laborales o familiares. el diagnóstico se hace si cumplen de tres a más áreas mencionadas. Incluyendo el criterio “gasta excesivos esfuerzos en actividades necesarias para obtener acceso al internet” (Navarro y Rueda, 2007).

Mecanismos Psicológicos de la Adicción.

West y Brown (2013, pp. 33-34) describe rasgos de un proceso adictivo de la persona que suele iniciar a medida que una actividad es recompensada, involucrándose cada vez con mayor frecuencia, esta necesidad aumenta, buscando la persona toda oportunidad para llevar a cabo, reduciendo su participación en otras actividades, además puede experimentar sentimientos desagradables al no realizar la acción, donde la persona sea consciente de la conducta problemática e intente controlar.

Esos intentos conducen a un incremento de la necesidad de realizar la conducta en cuestión presentando el riesgo de adicción, si la persona presente alguna condición de vulnerabilidad, en otras palabras, que dependan de las características psicológicas individuales y sociales siendo una predisposición a dicho resultado. Según

investigaciones se dice que la conducta adictiva tiene como fin el intento de evitar experiencias aversivas y producir recompensa de adolece la persona, así “las conductas adictivas” proporcionan un escape del malestar emocional o físico produciendo placer, caracterizado por la falta de control desencadenando consecuencias negativas.

(Huaranga C. & Yactayo F.s, 2019)

Por otro lado, cada persona busca y elige el estímulo y actividad específica que para ese individuo produce efectos particulares, con riesgo a realizar una conducta repetitiva potenciando la adicción. Según West y Brown plantean que para predecir si una actividad será adictiva es necesario determinar cuan recompensante es y cuan útil resulta para cubrir otra necesidad, además, en la persona se puede evaluar respuesta fisiológica y psicológica a la referida actividad para ver cuan recompensante es y estimar el afronte de la persona ante las consecuencias negativas de dicha actividad.

En la realidad muchos adictos no se preocupan de su propio bienestar ni de otros, tampoco estiman de manera consciente costos y beneficios de su actividad adictiva. Por último, con el objetivo de predecir situaciones adictivas se debe considerar el grado en que esa situación facilita al individuo comprometerse con la actividad adictiva, de ese modo el proceso de adicción al empezar como conducta reforzante positiva se convierte progresivamente en conducta reforzada negativamente (Huaranga C. & Yactayo F.s, 2019).

Elementos fundamentales de la ciberadicción

Shapira et al. Menciona

- “Preocupación maladaptativa por el uso de Internet, tal como experimentar una urgencia irresistible de usar Internet

- El uso de Internet más tiempo del previsto y la Angustia clínicamente significativa o funcionamiento maladaptativa en las áreas: social, ocupacional y demás áreas fundamentales debido al uso excesivo de Internet

- La ausencia de otra patología que podría ayudar a explicar la conducta -manía, hipomanía, etc.” (Prieto, 2019).

Las características más resaltantes para generar dependencia es el fácil acceso, la inmediatez y rapidez para conectarse, posibilidad de acceso a todo tipo de estímulo y contenido, disponibilidad todo el tiempo, una recompensa a corto tiempo, desafío y aumento de dificultad, sensación de dominio y control,

Visibilidad de identidad juego, alivio tensión emocional por desconexión de la realidad, creación de posibles personajes ficticios (Prieto, 2019)

Criterios diagnósticos para el trastorno de adicción a Internet

- Cambios drásticos en los hábitos de vida a fin de tener más tiempo para conectarse.

- Disminución generalizada de la actividad física.

- Descuido de la salud propia a consecuencia de la actividad en Internet.

- Evitación de actividades importantes a fin de disponer de mayor cantidad de tiempo para permanecer conectado.

- Privación o cambio en los patrones de sueño a fin de disponer de más tiempo en la red.

- Disminución de la sociabilidad que tiene como consecuencia la pérdida de amistades.

- Negligencia respecto a la familia y amigos.

- Rechazo a dedicar tiempo extra en actividades fuera de la Red.

- Deseo de más tiempo para estar frente al ordenador.

- Negligencia respecto al trabajo y las obligaciones personales.

Trastorno por videojuegos.

Es considerado un trastorno mental, definido como: “un comportamiento persistente o recurrente de juego” –ya sea online u offline– que se manifiesta a través de tres signos:

- Ausencia de control en la conducta de juego en cuanto al inicio, frecuencia, intensidad, duración, finalización y contexto en que se juega.
- Prioridad que se otorga a los juegos frente a otros intereses vitales y actividades diarias.
- Persistencia de la conducta o incremento de esta “a pesar de las consecuencias negativas asociadas”.

En la Cátedra para el Desarrollo Social de la Universidad Camilo José Cela (UCJC), en una población de estudiantes de cuarto curso de la ESO (15 y 16 años) en Madrid¹¹ ha evaluado el uso y abuso de las nuevas tecnologías (NTIC) y la relación con indicadores de salud mental, donde se encontró una alta prevalencia de problemas relacionados con el uso inadecuado de las tecnologías. De todos ellos destacamos:

- Teléfono móvil. 28,4% de los adolescentes presentan riesgo 8% presenta dependencia, el 21% hace un uso abusivo.
- WhatsApp. 8% de dependencia, el 14,5% de abuso, el 21% muestra un uso de riesgo, el 43,5% de la muestra presenta una conducta problemática en su uso.
- Redes sociales. 7% dependencia. Cerca del 40% de la muestra presentaban un uso problemático: el 19% mostró un uso de riesgo, el 13% abuso.
- Videojuegos. el 5,7% de la muestra presentan dependencia, el 12,5% abuso, el 24% presentaban uso de riesgo, el mismo porcentaje que las anteriores, en torno a un

40% de los adolescentes madrileños, utilizaban aplicaciones de videojuegos de forma problemática. (Prieto, 2019).

Factores de Riesgo en la ciberadicción.

Según Cuyun (2013) plantea factores de riesgo como:

- Personales. Se relaciona con la edad, poca tolerancia, dificultad en control de impulsos, poca habilidad social, pensamientos erróneos, estado ánimo ansioso y depresivo.
- Ambientales. Crisis que se presentan en la vida, insatisfacción con la familia y sociedad, fácil acceso a páginas digitales.
- Factores sociales, influenciado por la moda, para el empleo de estos medios por gran cantidad de personas.

El ser adolescente

El término proviene del verbo adolecere, que significa crecer, como constructo cultural se define como un periodo biopsicosocial entre los 10 y 20 aproximadamente, se presentan importantes modificaciones corporales además adaptaciones a nuevas estructuras psicológicas y ambientales, presentándose dificultades y conflictos internos, pérdidas en las relaciones experimentadas, separaciones (Silva,s.f.,2022)

Cambios psicosociales en el adolescente

Según Álvarez (2010) las relaciones sociales se vinculan a otros procesos evolutivos, donde las personas se producen de manera conjunta e integrada. En tal sentido, se acota que los adolescentes presentan un sed incesante de pertenecer, ser aceptado y querer ser parte de las nuevas situaciones sociales, deseando para más tiempo con aquellos que estén viviendo una situación similar afianzando el grupo de amigos, cambiando las relaciones familiares produciéndose un distanciamiento de ellos,

creando molestias y limitaciones por parte de los progenitores y el adolescente que va a empezar a cuestionar llegando a tener una respuesta desafiante.

Adreoli (2006) describe que el adolescente tener control emocional y de su ideología puede presentar dificultades porque tiene su cultura arraigada que forma parte de su socialización estando presente en: Nuevas formas de comunicación, siendo característico en los adolescentes la nueva concepción de tiempo y espacio y cambios sociales en que se vive, que tiene relación con las pantallas.

Individualización, manifestado de ser único y diferente e individual de no parecerse a nadie, llevando consigo a desistir a las costumbres y hábitos vigentes; Valoración del cuerpo, reflejado al culto al deporte aventuras y riesgos propios del joven masculino, en las adolescentes se manifiesta por la silueta delgada, se refuerza socialmente por la moda; culto a la imagen, los medios de comunicación y pantallas, que influyen en los estilos de vida y visión del mundo donde se forman los jóvenes, condicionando así mismo su proyecto de vida; tiempo presente, los adolescentes viven el presente, con gozo del momento, hay poco interés por la historia pasada; sensibilidad lúdica, su aspiración máxima es la diversión entendida como consumismo desenfreno y agitación; consumismo, fomentada por la publicidad, mayor felicidad a mayor cantidad de cosas, conduciendo a ser esclavo de las cosas; nomadismo, ante el aburrimiento de lo instituido, que se evade en una necesidad. Silva,s.f.(2022)

Dimensiones sobre la adicción de las redes sociales- Ecurra y Salas (2014)

Ecurra y Salas en el 2014 plantearon un cuestionario de adicción de redes sociales (ARS) que consta de 24 ítems tipo Likert, conformado por tres dimensiones, obsesión, falta de control personal y uso excesivo de redes. Incluyendo ítems como «Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales» y «Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales». Con una consistencia

interna total de la escala en el presente estudio es de $\alpha = .94$, considerado confiable por presentar una consistencia alta. presentado en un rango de 5 puntos, el 0 nunca y el 4 casi siempre (Jasso Medrano et al., 2017).

Obsesión por las redes sociales: Orientado a la presencia de pensamientos persistentes y automáticos con relación a las redes, por el contenido o deseo de interactuar, que va a generar síntomas de ansiedad, presentando irritabilidad, descuido en las relaciones interpersonales, conductas agresivas, estado de abstinencia presentando tristeza y aburrimiento.

Falta de control personal: Referido a la incapacidad de abstenerse del uso de las pantallas, que perjudica el área personal, familiar, social y académico, la falta de control influye en la conducta, lo efectivo y cognitivo.

Uso excesivo de las redes sociales: Presenta una dificultad para el control de su uso, autolimitar el tiempo de acceso, con incapacidad para detenerse, al contrario, cada vez su uso es más prolongado, empleando varias horas al día, 10 horas se considera como adicción.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0: No existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

2.3.2. Hipótesis específicas

Hi 1: Existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H01: No existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 2: Existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 2: No existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 3: Existe correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 3: No existe correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 4: Existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 4: No existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023

Hi 5: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 5: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 6: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 6: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 7: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 7: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

CAPITULO III: METODOLOGIA

3.1. Método de investigación

En el presente estudio se empleará método hipotético deductivo, basado en teorías previas, con la intención de adquirir nuevos conocimientos, además, se basa en el análisis del comportamiento con el fin de comprender las acciones humanas, que permite hacer premisas, estableciendo hipótesis, verificarlas finalmente dar sus respectivas conclusiones (Rodríguez & Pérez, 2017).

3.2. Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación es cuantitativo, se elabora con la medición numérica, siguiendo las características serias de la investigación, además está supeditado a pruebas estadísticas de la información recolectada según el diseño de la investigación (Cárdenas 2018)

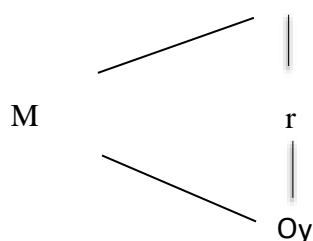
3.3. Tipo de investigación

En la presente investigación presenta un estudio correlacional, donde se plantean dos variables con el fin de medir la relación entre ellas, dado los objetivos planteados es la relación de bienestar psicológico y ciberadicción, donde nos permite predecir un evento; asimismo, con un alcance correlacional permitiendo valorar el comportamiento de una variable según la otra (Arias, 2020).

3.4. Diseño de investigación

El presente trabajo presenta un diseño no experimental y transversal, donde los sujetos de estudio se evalúan en su entorno natural, sin cambiar ninguna situación, como también no se manipulan las variables de estudio (Arias Gonzáles, 2020); además, el momento de recoger los datos se da en un momento y única vez”. En este tipo de estudio se observa, describe y fundamenta varios aspectos del fenómeno, no existe la manipulación de variables, tampoco la búsqueda de causa efecto (Sousa, Driessnack, y Costa, 2007, p. 3, citado en Arias Gonzáles, 2020).

Ox



Donde:

M : Estudiantes de secundaria del colegio Salesianos Lima.

OX : bienestar ps.

OY : ciberadicción

r : Relación entre las variables

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

Consta de 500 alumnos del 3° al 5° grado de educación secundaria de una institución educativa pública, Cajamarca-2023, con un nivel de confianza del 99% y un margen de error de 5%, dando como resultado el tamaño de muestra de 286 alumnos. La población se referencia a un conjunto de elementos con características similares permitiendo su estudio de una investigación científica. (Sampieri et al., 2017, citado por Arias Gonzáles, 2020).

Tabla 1: Descripción de Población

Grado	Sección	N° estudiantes
5°	"A"	40
5°	"B"	39
5°	"C"	39
5°	"D"	38
5°	"E"	38
4°	"A"	40
4°	"B"	38
4°	"C"	38
4°	"D"	38
4°	"E"	36
3°	"A"	40
3°	"B"	38
3°	"C"	38
	Total	500

Muestra

La presente investigación está conformada por alumnos del 3° al 5° grado de educación secundaria de una institución educativa pública, Cajamarca-2023, con un nivel de confianza del 99% y un margen de error de 5%, dando como resultado el tamaño de muestra de 286 alumnos.

La unidad de análisis o muestro es de donde se extrae la información, es decir es el objeto o sujeto a estudiar podría ser persona o empresa (Arias, 2020).

Muestreo

El presente trabajo empleará el muestreo no probabilístico por conveniencia que va a depender de los criterio y características (Otzen y Manterola, 2017) Es una técnica que nos permite estudiar la muestra, al aplicar a la población se obtiene estadígrafo, cifra que se da por medio de un cálculo u operación estadística que nos brinda un número o cifra real de los sujetos o elementos que representan a la población, que es necesario cuando la población es de gran número de sujetos o elementos (Gonzales, 2020).

Criterios de inclusión

- Alumnos que firmen el consentimiento informado.
- Alumnos pertenecientes a la institución presentes en su aula.
- Alumnos que cursen del 3ro al 5to de secundaria de la institución de estudio
- Alumnos de 14 a 18 años de edad

Criterios de exclusión

- Alumnos menores de 14 años de edad
- Alumnos con habilidades diferentes
- Alumnos que no completen el cuestionario
- Alumnos que no se presenten en su aula en el momento de la encuesta.

3.6. Variables y operacionalización

“la variable es aquella frase o palabra que se encuentra en el título o el tema de investigación, también se encuentra en el objetivo general, problema general y la hipótesis general” (Arias Gonzáles, 2020)

Variable 1: Bienestar Psicológico

Definición conceptual

Para Casullo, conceptúa al bienestar psicológico como la percepción que tiene el sujeto sobre la vida, valorando de manera positiva de uno mismo, que va a permitir conseguir metas en la vida dependiendo de vínculos afectivos adecuados y sanos, evaluando por medio de sus sentimientos negativos u positivos dependiendo de su experiencia “variaciones importantes según la edad, sexo y la cultura” (Casullo & Solano, 2000a, p. 45).

Definición operacional

Casullo (2002) Escala BIEPS-J, construido y validado comprende 4 dimensiones

- Aceptación/control de situaciones (ítems: 2,11, y 13)
- Autonomía (ítems: 4,9 y 12)
- Vínculos sociales (ítems: 5,7 y 8)
- Proyecto (ítems: 8,1,3,6 y 10)

Contiene 4 categorías de respuestas en forma Likert con alternativas de respuesta: A

=De acuerdo (3), NN=Ni de acuerdo ni en desacuerdo (2), D=En desacuerdo (1).

La normativa que se emplea para su corrección del se realiza de forma directa, con un puntaje máximo de 39 y un mínimo de 13

Variable 2: Ciberadicción

Definición conceptual

Escurra y Salas (2014) define a la adicción como un tipo de adicción a las nuevas tecnologías caracterizado por la imposibilidad de resistir a ingresar y permanecer en las redes sociales, por el uso obsesivo de estas y por el impacto negativo que esta causa en el autocontrol del usuario.

Definición operacional

Escurra y Salas autor del cuestionario de adicción a las redes sociales, construido y validado, comprende las siguientes dimensiones:

- Obsesión por las redes sociales (ítems:2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23)
- Falta de control personal (ítems:4, 11, 12, 14, 20, 24)
- Uso excesivo de las redes sociales (ítems:1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21)

Contienen las respuestas tipo Likert: siempre (4), casi siempre (3), algunas veces (2), rara vez (1) y nunca (0) excepto el ítem 13 a una puntuación inversa. Para realizar la corrección se suman todos los puntos dados de cada ítem por dimensiones y en resultando una puntuación total entre 11 y 67 puntos (anexo 2)

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

En la presente investigación se utiliza la técnica de encuesta, con una ficha sociodemográfica y la escala de evaluación de bienestar de Casullo y la de adicción a

las redes sociales; según López-Roldán y Fachelli (2015), la encuesta es una herramienta que proporciona información de sus opiniones y se lleva a cabo por medio de un cuestionario dirigidas a personas, además, son todos aquellos recursos de donde procede la información enfocada a satisfacer las necesidades de conocimiento de un problema o situación que se presenta (Arias Gonzáles, 2020).

3.8. Descripción de instrumentos

Para este estudio se utilizan los siguientes instrumentos:

Variable 1: Bienestar Psicológico

Versión original

Cuestionario de Bienestar Psicológico

Ryff, desarrollo este constructo con un amplio estudio basado en un enfoque relacional y un modelo multidimensional planteando seis elementos: “autoaceptación, sensación de autonomía en la vida personal, dominio sobre el ambiente, relaciones sociales positivas, propósito en la vida; y sensación de crecimiento personal (Alvares Solórzano, 2019)

Pineda, Castro y Chaparro (2017) realizaron una investigación, utilizando el instrumento con el objetivo de “Evaluar la confiabilidad y la validez de constructo y discriminante, de las seis Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff (ECP)” (Pineda Roa et al., 2017, p. 45).

Versión adaptada

Escala de bienestar psicológico (BIEPS-A)

Martina y Castro (2002) en su trabajo, realiza un estudio descriptivo – correlacional con el Objetivo de “desarrollo de una escala breve para la evaluación del bienestar psicológico en adolescentes, desarrollar un instrumento para la medición de bienestar psicológico sobre las bases propuestas por Ryff” Su estudio lo realiza en una

población de adolescentes argentinos entre las edades de 13 a 18 años de las regiones Metropolitana, Noroeste y Patagonia. utilizando el instrumento, donde los valores estadísticos demostraron en el bienestar psicológico una correlación con las dimensiones ($p \leq .0001$) y el índice de adecuación muestral Káiser Meyer Olkin = 0.72 (Casullo & Solano, 2000b)

Escala de bienestar psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002), adaptada por Domínguez (2014), instrumento que evalúa el bienestar psicológico, tiene 13 ítems, en presentado en formato Likert con las consignas: De acuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo y En desacuerdo. En el trabajo de Domínguez, bajo un análisis descriptivo, se evidencia adecuada curtosis y asimetría, asimismo presenta una confiabilidad con un alfa de Cronbach para la escala total fue de .966 (Domínguez Lara, 2014) Además, existen estudios donde argumentan su validez y confiabilidad. (Benatuil, 2003).

Variable 2: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Creado por Ecurra y Salas (2014) basado en los criterios de adicción a sustancias conforme al DSM-IV, adapto a las redes sociales de internet, Para validar el contenido de este instrumento, se establece mediante juicio de expertos, utilizando un sistema de calificación de 5 con frecuencia de “nunca” hasta “siempre”, luego de reproducir el cuestionario varias veces, se administró en una muestra piloto de 48 alumnos, así verificar su comprensión de los reactivos, dejando de lado 3 reactivos, quedando una encuesta previa.

Primero analizaron los ítems en un análisis descriptivo, examinando la media, luego la desviación estándar, asimetría y curtosis de cada uno de los enunciados, analizando los criterios establecidos. Con una consistencia interna de coeficiente alfa de Cronbach de .95 para el puntaje general, en sus dimensiones: Obsesión por las redes

sociales (0.91), Falta de control personal en el uso de las redes sociales (.88) y Uso excesivo de las redes sociales (.92), lo que revela una confiabilidad muy alta, con .88 en el factor 2 y .92 en el factor 3 con un alto nivel de consistencia interna, con valores que supera a .85 en la muestra total (Escurrea & Salas, 2014)

3.9. Plan de procesamiento y análisis de datos

Luego de aprobación del comité de ética, entra al proceso administrativo, empieza presentando una solicitud que autorice la viabilidad de la población, luego se obtiene la autorización de los autores de los instrumentos para su respectivo uso, procediendo a impresión y distribuir de los cuestionarios a los alumnos para su aplicación de manera presencial, explicando los objetivos y el consentimiento, además se expone las consignas verbalmente respondiendo dudas si se presentan, a fin de recaudar la información con los datos, ingresaran a un software estadístico IBM SPSS versión 25, para su tabulación.

Según Salazar y Castillo (2018) “aquella ciencia encargada de la recolección, ordenamiento, representación, análisis e interpretación de datos” (Maiza et al., 2019).

En la presente investigación se utiliza las pruebas:

1. Escala de bienestar psicológico (BIEPS-A), consta de 13 ítems, en formato Likert con las consignas: A= De Acuerdo, NN= Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo, D= En

Desacuerdo con una puntuación directa: Bajo (1 -25), Medio (26 -75), Alto (76 -99)

2: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), consta de 24 ítems, con respuestas tipo Likert: siempre (4), casi siempre (3), algunas veces (2), rara vez (1) y nunca (0)

excepto el ítem 13 a una puntuación inversa. Para realizar la corrección se suman todos los puntos dados de cada ítem por dimensiones y en resultando una puntuación total entre 11 y 67. Obsesión por las redes sociales, con puntuaciones: bajo (0 – 7), medio (8

– 19), alto (20 – 40); Falta de control personal sus puntuaciones: bajo (0 – 6), medio (7 – 13), alto (14 – 24); Uso excesivo de las redes sociales, con puntuaciones: bajo (0 – 8), medio (9 – 16), alto (17 – 32)

3.10. Aspectos éticos

La presente investigación, respetando los principios de respeto y autonomía permitiendo a los participantes ser libres en su decisión de participar en los cuestionarios, resaltando su bienestar de los participantes y tratándolos de manera equitativa sin discriminación alguna, permitiendo adquirir datos con el fin de incrementar el conocimiento con las variables vinculadas al bienestar psicológico y ciberadicción.

Es un reto de todos los países establecer prioridades de manera ética y la complejidad siendo cada vez mayor que se presentan por las nuevas tecnologías y diversidad de sociedades contemporáneas, aumentando las solicitudes orientadas hacia la bioética con intención de aclarar los problemas éticos que se originan en relación a la salud (OPS/OMS, 2018). Además, los estudios médicos y conductuales que involucran la salud humana donde se entiende como sujeto los seres humanos se plantean y analizan cuestiones éticas que involucran la investigación (Vidal, 2016).

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1 Resultados descriptivos de los resultados

Tabla 4:

Frecuencia y porcentaje para la edad

Edad	<i>f</i>	%
14 años	10	3.5%
15 años	55	19.2%
16 años	167	58.4%

17 años	51	17.8%
18 años	3	1.0%
Total	286	100%

Los resultados de la tabla 4, muestran que la edad más frecuente es 16 años con el 58.4% seguido del grupo de 15 años con el 19.2%; en menor medida, el grupo de estudiantes de 17 años representó el 17.8%.

Tabla 5:

Frecuencia y porcentaje para el sexo

Sexo	<i>f</i>	%
Femenino	122	42.7%
Masculino	164	57.3%
Total	286	100%

En la tabla 5, se observa que el 57.3% son estudiantes varones; mientras que el 42.7% son de sexo femenino

Tabla 6:

Frecuencia y porcentaje para el grado de estudios

Grado	<i>F</i>	%
Tercero	17	5.9%
Cuarto	99	34.6%
Quinto	170	59.4%
Total	286	100%

Los resultados de la tabla 6, indican que el 59.4% pertenecen al quinto grado de secundaria, el 34.6% cursa el cuarto grado y el 5.9% tercer grado.

Tabla 7:

Frecuencia y porcentaje para la bienestar psicológico y dimensiones

Variable	Bajo		Medio		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Control	73	25.5	95	33.2	118	41.3
Vínculos	95	33.2	79	27.6	112	39.2

Proyectos	62	21.7	64	22.4	16	55.9
Aceptación	53	18.5	135	47.2	98	34.3
Bienestar psicológico	93	32.5	94	32.9	99	34.6

En la tabla 7, muestra que el porcentaje alto predominó en las dimensiones: proyectos (55.9%) control (41.3%), vínculos (39.2%) y la variable bienestar psicológico (34.3%); por otro lado, en la dimensión aceptación predominó la categoría medio (47.2%).

Tabla 8:

Frecuencia y porcentaje para la dependencia a video juegos y dimensiones

Variable	Bajo		Medio		Alto	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Obsesión por las redes sociales	75	26.2	176	61.5	35	12.2
Falta de control personal	81	23.3	152	53.1	53	18.5
Uso excesivo de las redes sociales	100	35	119	41.6	67	23.4
Adicción a las redes sociales	76	27.6	151	52.8	56	19.6

Los resultados de la tabla 8, indican que para todas las dimensiones predominó la categoría medio: obsesión por las redes sociales (61.5%), falta de control personal (53.1%), y uso excesivo de las redes sociales (41.6%); de la misma manera, para la variable adicción a las redes sociales (52.8%).

4.1.2. Prueba de hipótesis

Tabla 9:

Prueba de ajuste de normalidad

Variables	K-S	Sig.
Control	.268	.000
Vínculos	.228	.000
Proyectos	.311	.000
Aceptación	.230	.000
Bienestar psicológico	.172	.000

Obsesión por las redes sociales	.122	.000
Falta de control personal	.078	.000
Uso excesivo por las redes sociales	.100	.000
Adicción a las redes sociales	.089	.000

En la tabla 9, presentan la prueba de ajuste de normalidad de Kolmogorov-Smirnov ($n > 0.50$), demuestra que para todas las dimensiones y ambas variables no se presentan distribución normal ($p < 0.05$). Por consiguiente, se utilizará estadística no paramétrica para observar la relación existente entre las variables, a través de la prueba de correlación de Spearman.

Hipótesis general de la investigación:

Ho: No existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 10:

Correlación entre el bienestar psicológico y ciberadicción

		Ciberadicción
Bienestar psicológico	Rho	-0.279
	Sig.	0.000

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 10, se evidencia una correlación entre el bienestar psicológico y ciberadicción a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.27$; $p<0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a mayor bienestar psicológico se presenta menor ciberadicción en estudiantes de una institución pública

Hipótesis específica 1 de la investigación:

Existe relación entre la dimensión control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre la dimensión control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre la dimensión control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 11:

Correlación entre Control y ciberadicción

		Ciberadicción
Control	Rho	-0.25
	Sig.	0.000

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 11, se evidencia una correlación entre la dimensión control y ciberadicción a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación estadísticamente significativa la dimensión control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a mayor control se presenta menor ciberadicción en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 2 de la investigación:

Existe relación dimensión aceptación y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 12:

Correlación entre autonomía y ciberadicción

Ciberadicción

Autonomía	Rho	-0.17
	Sig.	0.00

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 12, se evidencia una correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.17$; $p<0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación estadísticamente significativa la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a una mayor autonomía personal se presenta menor ciberadicción en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 3 de la investigación:

Existe relación estadísticamente significativa dimensión vínculos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre la dimensión vínculos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre la dimensión vínculos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 13:

Correlación entre vínculos y ciberadicción

		Ciberadicción
Vínculos	Rho	-0.10
	Sig.	0.07

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 13, se evidencia una ausencia de correlación entre la dimensión vínculos y ciberadicción ($\rho = -0.10$; $p > 0.05$); es así que no se rechaza la hipótesis nula; por lo que, no existe correlación entre la dimensión vínculos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que una mayor capacidad de vincularse no necesariamente se presenta menor ciberadicción en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 4 de la investigación:

Existe relación estadísticamente entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 14:

Correlación entre proyectos y ciberadicción

		Ciberadicción
Proyectos	Rho	-0.25
	Sig.	0.00

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 14, se evidencia una correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación estadísticamente significativa la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a un mayor proyecto personal se presenta menor ciberadicción en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 5 de la investigación:

Existe relación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la Ho.

Tabla 15:

Correlación entre bienestar psicológico y obsesión por las redes sociales

	Obsesión por las redes sociales	
Bienestar psicológico	Rho	-0.19
	Sig.	0.00

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 15, se evidencia una correlación entre el bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales a intensidad baja en sentido inverso ($\rho = -0.19$; $p < 0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación entre el bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a mayor bienestar psicológico se presenta menor obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 6 de la investigación:

Existe correlación bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H1: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la Ho.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la H_0 .

Tabla 16:

Correlación entre bienestar psicológico y falta de control personal

		Falta de control personal
Bienestar psicológico	Rho	-0.33
	Sig.	0.00

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 16, se evidencia una correlación entre el bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal a intensidad baja en sentido inverso ($\rho = -0.33$; $p < 0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación el bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a mayor bienestar psicológico se presenta menor falta de control personal en estudiantes de una institución pública.

Hipótesis específica 7 de la investigación:

Existe correlación bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hipótesis estadística

H_0 : No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H_1 : Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la H_0 .

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la H_0 .

Tabla 17:

Correlación entre bienestar psicológico y uso excesivo por las redes sociales

		Uso excesivo por las redes sociales
Bienestar psicológico	Rho	-0.23
	Sig.	0.00

Nota: Rho= Coeficiente de Spearman, p= probabilidad de significancia

En la tabla 17, se evidencia una correlación entre el bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales a intensidad baja en sentido inverso ($\rho = -0.23$; $p < 0.05$); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que, existe correlación el bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca - 2023. Lo que se traduce, en que a mayor bienestar psicológico se presenta menor uso excesivo por las redes sociales en estudiantes de una institución pública.

4.2. Discusiones

El objetivo general de esta investigación es determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

En el modelo de Ryff nos plantea el bienestar como un funcionamiento positivo de la persona capaz de tener sentido de propósito, ser autónomo en sus decisiones, un buen cultivo de relaciones con los demás, logrando así un crecimiento personal optimizando su desempeño tomando en cuenta las dificultades que se presente. (Ryff, 1989) bajo esta línea se concluye que la ciberadicción empeora el bienestar psicológico en los estudiantes.

Según lo referido al objetivo principal es que existe una relación entre bienestar psicológico y ciberadicción ($\rho=-0.27$; $p<0.05$), en sentido inverso y una correlación baja entre las dos variables, esto indica que el valor de una variable va en aumento la otra disminuye, indicando que podría repercutir en percibir o experimentar mayor bienestar psicológico menor adicción a redes, pero también pueden estar presentes otros factores ya sea personales sociales o personales. Respaldo en el trabajo de Clavón (2021), quien encontró una correlación baja entre bienestar psicológico y adicción a redes sociales poco significativa (0,00-1,00) con una correlación Spearman baja (-0,205-0,252); indicando que las redes sociales generan un efecto no favorable para el bienestar físico y psíquico. Además, en el trabajo de Carmen (2022) el bienestar psicológico se ubica en el nivel medio. con un 35,0%. Según los resultados de Tangmunkongvorakul et al. (2019) encuentra una baja correlación entre bienestar psicológico y adicción a redes sociales ($B= -1,60$; $p < 0,001$).

En referencia al Primer objetivo específico descriptivo. Con respecto al bienestar psicológico 34.6% de estudiantes tienen bienestar psicológico medio. Esto nos quiere decir que los alumnos presentan una mediana satisfacción consigo mismos, la toma de decisiones le es dificultoso, donde con puntaje alto predominó en las dimensiones: proyectos (55.9%) control (41.3%), vínculos (39.2%) y la variable bienestar psicológico (34.3%); por otro lado, en los resultados de Ccorahua (2021) presenta un nivel medio de bienestar psicológico en su muestra de adolescentes. Asimismo, en los estudios de Valerio y Serna (2018), reporta una puntuación media de 70.82 percentil ($DE= 20.65$) ubicándolo en nivel medio.

Segundo objetivo específico descriptivo. Con respecto a la ciberadicción un 52.8% de estudiantes presentan ciberadicción. Esto nos indica que más de la mitad de los alumnos presentan un comportamiento de ciberadicción, donde predomina en las

dimensiones obsesión por las redes un 61.5%, falta de control un 53.1% y uso excesivo de redes sociales un 41.6%. Por otro lado, Tangmunkongvorakul et al. (2019) encuentra un 45.8% en adicción a las redes.

Tercer objetivo específico correlacional. Existe una relación significativa entre la dimensión autoaceptación/control y ciberadicción ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); en sentido inverso y una correlación baja entre las dos variables, esto indica que a una mayor autonomía personal se presenta menor ciberadicción; dichos resultados en sentido contrario, son parecidos a los resultados de Ccorahua (2019) encuentra en su resultado que a mayor presencia de adicción menor será la presencia de la autoaceptación, donde existe relación significativa ($p=.001$) de tendencia negativa, con grado de correlación muy débil ($r_s = -.19$).

Cuarto objetivo específico correlacional. Existe una correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción ($\rho=-0.17$; $p<0.05$); en sentido inverso y una correlación baja, indicando una mayor autonomía personal se presenta menor ciberadicción. De igual manera en los resultados de Clavón (2021) encuentra una correlación baja entre la dimensión autonomía ($\beta = -.219$; $p < .01$).

Quinto objetivo específico correlacional. No existe una relación significativa entre la dimensión vínculos y ciberadicción ($\rho=-0.10$; $p>0.05$), en tal sentido que una mayor capacidad de vincularse no necesariamente se presenta menor ciberadicción. Por lo contrario, Iyer & Sharma (2020) encuentra una correlación positiva relaciones positivas ($r= -0,896$, $p<0.01$).

Sexto objetivo específico correlacional. Existe una relación entre la dimensión proyectos y ciberadicción ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); en sentido inverso con intensidad baja, lo que se interpreta que a mayor proyecto personal menor presencia de ciberadicción. Además, en los resultados de Shresta y D'mello (2020), encontraron alta relación

significativa negativa entre adicción a redes sociales y la dimensión propósito ($r_s = -0,131, P = 0,001$).

Séptimo objetivo específico correlacional. Existe una relación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión ($\rho = -0.19; p < 0.05$); que, en sentido inverso de intensidad baja, nos indica a mayor bienestar psicológico se presenta menor obsesión por las redes sociales. En sentido contrario según los resultados de Carmen (2022) encuentra que la obsesión a redes incide en el bienestar psicológico de los alumnos con el 55,0% concluyendo que el nivel de obsesión por las redes sociales se encuentra en el nivel alto.

Octavo objetivo específico correlacional. Existe una relación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control ($\rho = -0.33; p < 0.05$) en sentido inverso de intensidad baja, indicando mayor bienestar psicológico se presenta menor falta de control personal. Asimismo, Huaranga y Yactayo (2019) encontró relación negativa a mayor falta de control en uso redes sociales menor bienestar psicológico ($\rho = -19; p < 0.01$).

Noveno objetivo específico correlacional. Existe una relación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes ($\rho = -0.23; p < 0.05$); en sentido inverso e intensidad baja, que nos indica a mayor bienestar psicológico se presenta menor uso excesivo por las redes sociales. Mientras que en los resultados de Carbajal (2022) encontró un comportamiento moderado ($r = -0,468$) en relación entre el bienestar psicológico y el uso excesivo de las redes sociales.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Concluyendo con la investigación realizado en la institución educativa publica, Cajamarca-2023, se concluye que:

Primera: Referido al objetivo general. Mediante el uso del estadígrafo de Rho de Spearman se encontró que existe relación estadística entre bienestar psicológico y ciberadicción, con intensidad baja entre las variables de estudio e inverso ($\rho=-0.27$; $p<0.05$); es decir a mayor bienestar psicológico hay menor presencia de ciberadicción.

Segunda: Referido al objetivo específico 1. Se evidencia que en una población de 500 alumnos un 34% presentan alto bienestar psicológico, un 32.9% experimentan un nivel medio y un 32.55% nivel bajo de bienestar psicológico 32.55%. es decir que experimentan un bienestar psicológico promedio.

Tercera: Referido al objetivo 2. Destaca el nivel medio con 52% que presentan ciberadicción seguido de nivel bajo con 27% finalmente nivel alto de ciberadicción con un 19.6%, ubicándolo en nivel promedio de ciberadicción.

Cuarta: Referido al objetivo 3. Se evidencia que existe relación estadística entre la dimensión control y ciberadicción, con intensidad baja en sentido inverso, ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); es decir a mayor control hay menor presencia de ciberadicción.

Quinta: Referido al objetivo 4. Se reporta que existe relación estadística entre la dimensión autonomía y ciberadicción, con intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.17$; $p<0.05$); es decir a mayor autonomía personal hay menor presencia de ciberadicción.

Sexta: Referido al objetivo 5. Se encontró que no existe relación estadística entre la dimensión vínculos y ciberadicción ($\rho=-0.10$; $p>0.05$); es decir a que una mayor capacidad de vincularse no necesariamente se presenta menor ciberadicción.

Sétima: Referido al objetivo 6. Se muestra que existe relación estadística entre la dimensión proyectos y ciberadicción, con grado de relación baja en sentido inverso ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); es decir a mayores proyectos personales hay menor presencia de ciberadicción.

Octava: Referido al objetivo 7. Se evidencia que existe relación estadística entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.19$; $p<0.05$); es decir a mayor bienestar psicológico se presenta menor obsesión por las redes sociales.

Novena: Referido al objetivo 8. Se encontró que existe relación estadística entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.33$; $p<0.05$); es decir a mayor bienestar psicológico se presenta menos falta de control personal.

Décima: Referido al objetivo 9. Se muestran que existe relación estadística entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo por las redes sociales a intensidad baja en sentido inverso ($\rho=-0.23$; $p<0.05$); es decir a mayor bienestar psicológico se presenta menor uso excesivo por las redes sociales.

5.2. Recomendaciones

A Dirección Académica, se sugiere al personal del departamento de psicología establecer un plan estratégico o diseñar programas educativos, charlas, y talleres orientados a la prevención y promoción, dirigidos a los alumnos, padres de familia y personal docente a fin de informar, sensibilizar y concientizar la importancia del bienestar psicológico, promoviendo hábitos buenos sobre el uso de redes sociales, enfatizando la comunicación y relaciones positivas entre adolescentes , sus padres y amistades.

A los padres de familia, participar activamente de los talleres que implementa el servicio psicopedagógico en el colegio orientado a desarrollar estrategias de afrontamiento a la ciberadicción en jóvenes a fin de tener un mejor manejo de esta situación desde casa.

A los estudiantes, participar activamente de los talleres y sesiones de tutoría donde se abordan temas de ciberadicción a fin de desarrollar estrategias de afrontamiento que les permita tener un adecuado control y gestión de esta problemática.

A los investigadores, sobre este tema incito a continuar investigando sobre las variables de estudio, por ser un problema muy serio y en auge con consecuencias serias así profundizar conocimientos, asimismo publicar los resultados a fin de valorar la importancia del bienestar psicológico en adolescentes garantizando una calidad de vida, contribuyendo a la investigación basada en evidencias.

REFERENCIAS

- Álvarez, D. G. (2020a). *montevideana: Una mirada desde el bienestar psicológico*.
- Álvarez, D. G. (2020b). *Salud mental en la adolescencia Montevideana. Una mirada desde el bienestar psicológico*.
- Álvarez, D. G., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J.-F., & Soler, M. J. (2021). *Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevideanos*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4487296>
- Alvarez Solórzano, N. D. P. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico* [Universidad de Lima].
<https://doi.org/10.26439/ulima.tesis/10604>
- Araoz, E. G. E., Roque, M. M., Ramos, N. A. G., & Uchasara, H. J. M. (2021). Adicción a internet y agresividad en estudiantes peruanos de educación secundaria. *Apuntes Universitarios*, *11*(1), Article 1.
<https://doi.org/10.17162/au.v11i1.560>
- Arias Gonzáles, J. L. (2020). *Técnicas e instrumentos de investigación científica*. Enfoques Consulting EIRL.
<http://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2238>
- ASALE, R.-, & RAE. (s. f.). *Bienestar | Diccionario de la lengua española*. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. Recuperado 26 de septiembre de 2023, de <https://dle.rae.es/bienestar>
- Association, A. P. (2010). *APA. Diccionario conciso de psicología*. Editorial El Manual Moderno.
- Bedoya, V. H. F. (2020a). Tipos de justificación en la investigación científica. *Espí-ritu Emprendedor TES*, *4*(3), Article 3.
<https://doi.org/10.33970/eetes.v4.n3.2020.207>

- Bedoya, V. H. F. (2020b). Tipos de justificación en la investigación científica. *Espi-ritu Emprendedor TES*, 4(3), Article 3.
<https://doi.org/10.33970/eetes.v4.n3.2020.207>
- Benatuil, D. (2003). El bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicodebate*, 3, 43-58. <https://doi.org/10.18682/pd.v3i0.502>
- Bolaños, R. E. D. (2017). *Positive psychology: A new approach to the study of happiness*. 21(1).
- Bustos C, K., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2022). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10100-10113. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4121
- Cabrera-Gómez, C.-C., Caldas-Luzeiro, J., & Rivera-Porras, D. (2019). Influencia del programa “Florece” en el bienestar psicológico de jóvenes universitarios. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 422.
- Carbajal, O. J., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D. F., Huerta, C. R. M., Paucar, G. E. M., Ruiz, O. N. V., Añazco, C. Q., Carbajal, O. J., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D. F., Huerta, C. R. M., Paucar, G. E. M., Ruiz, O. N. V., & Añazco, C. Q. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 147-162. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.323>
- Carl Rogers y la perspectiva centrada en la persona.cap 13*. (s. f.). Recuperado 23 de agosto de 2023, de <http://biblio3.url.edu.gt/Libros/2013/teo-per/13.pdf>
- Carmen Martinez, L. (2022). *Abuso de las Redes Sociales y Bienestar Psicológico en estudiantes del 4º grado de secundaria de la Institución Educativa G.U.E. Leoncio Prado, Huánuco 2019*.
<https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3392416>

- Caro, P. A. G., Montoya, D. S. D., & Muñoz, C. F. (2023). Nuevas tecnologías y su incidencia en la salud mental de los adolescentes. *Socialium*, 7(1), Article 1. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2023.7.1.1734>
- Casullo, M. M. (2004). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. En *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (p. 112 p.-112 p.). <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1218631>
- Casullo, M. M., & Solano, A. C. (2000a). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Casullo, M. M., & Solano, A. C. (2000b). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Caycho Rodríguez, T. (2010). Psicología de la felicidad. Introducción a la Psicología positiva. Lima. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, 13, 184-187.
- Ccorahua Estrada, S. M. (2023). *Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de San Juan de Miraflores, 2021*.
- Chávez Alcántara, S. M. (2011). *Bienestar psicológico en practicantes de yoga*. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/627>
- Chiza-Lozano, D., Vásquez-Mendoza, D., & Ramírez Vega, C. (2021). Adicción a redes sociales y cyberbullying en los adolescentes. *Revista Muro de la Investigación*, 6(1), 34-44. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1437>
- Clavón Changoluisa, S. S. (2021). *Bienestar psicológico y adicción a internet en adolescentes de bachillerato del Cantón Pedro Moncayo* [bachelorThesis, Quito:

Universidad Tecnológica Indoamérica].

<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/2400>

Demir, Y. (2021). Relationships among childhood experiences, happiness and social media addictions in adolescents. *Educational Process International Journal*, 10(1). <https://doi.org/10.22521/edupij.2021.101.2>

Díaz Llanes, G. (2001). El bienestar subjetivo: Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17(6), 572-579.

Dominguez L, S. A. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: Un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia*, 8(1), 23-31. <https://doi.org/10.21500/19002386.1211>

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

Echeburúa, E., & de Corral, P. (s. f.). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto* *Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge*.

Escurra, M., & salas, E. (2014). Construcción Y Validación Del Cuestionario De Adicción a Redes Sociales (ars). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73-91.

Espinoza Medina, O. J. (2021). Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en estudiantes de pregrado de la escuela de Tecnología Médica de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. *Repositorio institucional-WIENER*. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5722>

Espósito, W. (2020). *El silencio de las adicciones*. Editorial Peniel.

- Ferrer, C. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 5(0), Article 0.
<https://doi.org/10.32351/rca.v5.199>
- Guzmán D, C. J. (2022). Discriminación percibida y bienestar psicológico en adultos jóvenes de la comunidad LGBTI de Lima Metropolitana, 2021. *Repositorio Institucional - UCV*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82434>
- Huaringa C., E. D., & Yactayo F.s, M. S. (2019). *Uso problemático de redes sociales, bienestar psicológico y soledad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*.
<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/5155554c-dc9c-4305-b691-1d257cf42eb4>
- Huaringa Cerrón, E. D., & Yactayo Flores, M. S. (2019). *Uso problemático de redes sociales, bienestar psicológico y soledad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*.
<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/5155554c-dc9c-4305-b691-1d257cf42eb4>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática*. (s. f.). Recuperado 25 de septiembre de 2023, de <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/uso-del-servicio-de-internet-alcanzo-al-754-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-de-edad-14547/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática—INEI*. (2023, agosto 31).
<https://www.gob.pe/inei>
- Iyer, M., & Sharma, R. (2020). Impact of Internet overuse on Psychological well-being of adolescents during Covid 19 shutdown. *JOURNAL OF CRITICAL REVIEWS*, 7(09).

- Jasso Medrano, J. L., López Rosales, F., Díaz Loving, R., Jasso Medrano, J. L., López Rosales, F., & Díaz Loving, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de investigación psicológica*, 7(3), 2832-2838. <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.11.001>
- Jesus-Carbajal, O., Vivar-Bravo, J., Perez, Y. D. F., Huerta, C. R. M., Paucar, G. E. M., Ruiz, O. N. V., & Añazco, C. Q. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), Article 22. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.323>
- Keyes, C. L. M., & Magyar-Moe, J. L. (2003). The measurement and utility of adult subjective well-being. En *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 411-425). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10612-026>
- Lazaro Ventura, L. V. C. (s. f.). *Ciberadicción y funcionalidad familiar en adolescentes de una institución educativa estatal de Trujillo*.
- Lluch, M. T. (2002). Evaluación empírica de un modelo conceptual de salud mental positiva. *Salud Mental*, 25(4), Article 4.
- López, A. L. (2004). *Adicción a Internet: Conceptualización y propuesta de intervención*.
- Lupano Perugini, M. L., & Castro Solano, A. (2022). Preferencia en la Utilización de Plataformas y Diferentes Usos de Internet. El Rol Moderador de los Rasgos Psicopatológicos de Personalidad en la Relación con el Bienestar Percibido. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 64(3). <https://doi.org/10.21865/RIDEP64.3.11>

- Maganto Mateo, C., Peris Hernández, M., & Sánchez Cabrero, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: Variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139.
<https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.279>
- Maiza, D. N. L., Reinoso, P. E. O., & Aguirre, J. L. (2019). La estadística y la investigación científica: Un trabajo en conjunto. *Revista Imaginario Social*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.31876/is.v2i2.11>
- Medina, O. J. E. (2020). *Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en estudiantes de pregrado de la escuela de Tecnología Médica de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. 144.
- Meruane, O., & Balin, D. (s. f.). *Descripción de las formas de justificación de los objetivos en artículos de investigación en español de seis áreas científicas*. 31.
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 153. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.510>
- Nations, U. (s. f.). *La seguridad de la infancia y la juventud en la red | Naciones Unidas*. United Nations; United Nations. Recuperado 25 de septiembre de 2023, de <https://www.un.org/es/global-issues/child-and-youth-safety-online>
- Navarro-Mancilla, Á. A., & Rueda-Jaimes, G. E. (2007). *Adicción a Internet: Revisión crítica de la literatura*. 4.
- OMS. (2021a). *Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013—2030*. Sitio web mundial. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>
- OMS. (2021b). *Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013—2030*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>

- OPS/OMS. (2018). *Programa Regional de Bioética—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. <https://www.paho.org/es/bioetica>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Park, N., Peterson, C., & Sun, J. K. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica*, 31(1), 11-19. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082013000100002>
- Prieto, A. T. (2019). Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). *Congreso de Actualización en Pediatría AEP*, 131-141.
- ¿Qué es una adicción según la OMS? (2023, enero 11). Top Doctors. <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/las-adicciones-suelen-ser-dificiles-de-superar-y-pueden-requerir-tratamiento-medico-y-psicologico>
- Rodríguez, A., & Pérez, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 82, 175-195. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>
- Rodríguez, R., Ponce G., Jiménez, M., Bagny A., Cubillo A., Aragües M., Rubio G., Palomo T., (2006). *Bases psicobiológicas de la adicción a cocaína*. (s. f.). Recuperado 29 de septiembre de 2023, de https://www.aesed.com/upload/files/vol-31/n-3-4/v31n3-4_6.pdf
- Rogers, C. (1958). *On Becoming a Person A Therapist's View of Psychotherapy.pdf*. (s. f.). Recuperado 23 de agosto de 2023, de <http://dspace.vnbrims.org:13000/jspui/bitstream/123456789/4397/1/On%20Becoming%20a%20Person%20A%20Therapist%E2%80%99s%20View%20of%20Psychotherapy.pdf>

- Rojas Sánchez, G. A., Rodríguez Estévez, I., Rojas Sánchez, G. A., & Rodríguez Estévez, I. (2022). Coincidencias y controversias entre la psicología positiva y la psicología de la salud. *Humanidades Médicas*, 22(3), 704-728.
- Roldan B., I., Manrique Tisnés, H., & Henao Galeano, C. M. (2017). Individuación y adaptación: Entre determinaciones y contingencias. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 51(2), 121-131.
<https://doi.org/10.5209/NOMA.55009>
- Ruiz, A. B. (2015). *Motivación extrínseca e intrínseca en el consumo de drogas*.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995a). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995b). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Salas-Picón, W. M., Avendaño-Prieto, B. L., & Universidad Católica de Colombia Bogotá, Colombia. (2022). Adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryff con una muestra de sobrevivientes del conflicto armado colombiano. *Revista Criminalidad*, 63(3), 229-244. <https://doi.org/10.47741/17943108.307>
- Sampieri, H., Collado, F., & Lucio, B. (2017). *Metodología De La Investigación. 3ra edición*, 157.
- Sanchez, A. *Comorbilidad de TDAH y adicción en pacientes de una clínica neuropsiquiátrica y de salud mental en la ciudad de Arequipa, Perú 2017*. (s. f.). Recuperado 29 de septiembre de 2023, de http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/5145/TESIS_S%C3%81NCHEZ%20RODR%C3%8DGUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Shresta, N., & D'mello, M. (2020). Internet addiction and psychological well-being among high school students of Mangaluru city, Karnataka, India. *Journal of Mental Health and Human Behaviour*, 25, 27.
https://doi.org/10.4103/jmhbb.jmhbb_26_20
- Silva,s.f.(2022)la_adolescencia_y_su_interrelacion_con_el_entorno.pdf. (s. f).
Recuperado 5 de octubre de 2023, de
https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la_adolescencia_y_su_interrelacion_con_el_entorno.pdf
- Solano, A. C. (2009a). *El bienestar psicológico: Cuatro décadas de progreso*.
- Solano, A. C. (2009b). *El bienestar psicológico: Cuatro décadas de progreso*. 30.
- Solano, A. C. (2009c). *El bienestar psicológico: Cuatro décadas de progreso*. 31.
- Solano, A. C. (2009d). *El bienestar psicológico: Cuatro décadas de progreso*.
- Stover, J. B., Bruno, F. P., Uriel, F. E., & Fernandez Liporace, M. M. (2017). *Teoría de la Autodeterminación: Una revisión teórica*.
<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/73304>
- Tangmunkongvorakul, A., Musumari, P. M., Thongpibul, K., Srithanaviboonchai, K., Techasrivichien, T., Sugimoto, S. P., Ono-Kihara, M., & Kihara, M. (2019). Association of excessive smartphone use with psychological well-being among university students in Chiang Mai, Thailand. *PloS One*, 14(1), e0210294.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210294>
- Tengland, P.-A. (2001). *Mental Health: A Philosophical Analysis*. Springer Science & Business Media.
- Toscano, N. (2018, septiembre 28). *OPS/OMS | Día Mundial de la Salud Mental 2018*. Pan American Health Organization / World Health Organization.

https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14710:world-mental-health-day-2018&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0

Ulloa Contreras, S. M. (2019). *Adicción a las redes sociales, violencia en relaciones de pareja y bienestar psicológico en adolescentes de instituciones educativas públicas-distrito Huanchaco.*

Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J., Ruiz, U. G., & Robles, B. F. (2021).

Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*, 99-125.

<https://doi.org/10.51302/tce.2021.573>

Valerio Ureña, G., & Serna Valdivi, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>

Vidal, S. (2016). La Investigación En Seres Humanos. *Red biomédica.*

Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
Problema General ¿Existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?	Objetivo General Determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.	Hipótesis General Hi: Existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. H0: No existe correlación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.	Independiente Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)	<ul style="list-style-type: none"> Aceptación /control Autonomía Vínculos sociales. Proyectos 	Enfoque: Cuantitativo Tipo de investigación: correlacional Diseño de la investigación: No experimental
Problemas Específicos ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023? ¿Cuál es el nivel de ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023? ¿Existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023? ¿Existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023? ¿Existe correlación entre la dimensión vínculos sociales proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023? ¿Existe correlación entre la dimensión	Objetivos Específicos Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Identificar el nivel ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Establecer el grado de correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Establecer el grado de correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Establecer el grado de correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.	Hipótesis Específicas Hi 1: Existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. H01: No existe correlación entre la dimensión aceptación/control y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Hi 2: Existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. H0 2: No existe correlación entre la dimensión autonomía y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Hi 3: Existe correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. H0 3: No existe correlación entre la dimensión vínculos sociales y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Hi 4: Existe correlación entre la dimensión	Dependiente Adicción redes sociales (ARS).	<ul style="list-style-type: none"> Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales 	Población: 500 participantes alumnos Muestra: 286 alumnos. Método: hipotético deductivo Técnicas: Encuesta. Instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) Escala Adicción redes sociales (ARS).

proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

¿Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023?

dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de relación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Establecer el grado de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 4: No existe correlación entre la dimensión proyectos y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 5: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 5: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión obsesión por las redes sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 6: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 6: No existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión falta de control personal en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hi 7: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

H0 7: Existe correlación entre bienestar psicológico y la dimensión uso excesivo de las redes en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Anexo 2: Matriz de operacionalización de las variables bienestar psicológico y adicción a las redes sociales

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa
Bienestar Psicológico	• Aceptación /control	• sentimiento de bienestar con uno mismo/sensación de control y autocompetencia	2,11y13	De acuerdo: 3 Ni de acuerdo ni desacuerdo: 2 En desacuerdo: 1	Bajo (1 -25)
	• Autonomía	• capacidad de individualidad propia	4,9,3y12		Medio (26 -75)
	• Vínculos sociales.	• calidad de las relaciones personales	5,7y8,		Alto (76 -99)
	• Proyectos	• metas y propósito en la vida.	1,3,6y10		
Adicción a redes sociales	• Obsesión por las redes sociales	- Pensamientos automáticos y persistentes sobre redes sociales - Síntomas de ansiedad ante la ausencia de redes sociales - Preocupación ante la falta de acceso a redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Siempre: 4 Casi Siempre: 3	Bajo (0 -7) Medio (8 -19) Alto (20 -30)
	• Falta de control personal	-Incapacidad de abstenerse el uso de redes sociales - Descuido de las tareas y los estudios	4, 11, 12, 14, 20, 24	Algunas veces: 2 Rara vez: 1	Bajo (0 -7) Medio (8 -19) Alto (20 -30)
	• Uso excesivo de las redes sociales	- Dificultad para controlar el uso - Incapaz de disminuir el tiempo de uso - Exceso de tiempo de uso	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	Nunca: 0	Bajo (0 -7) Medio (8 -19) Alto (20 -30)

Anexo 3: Instrumento de la variable bienestar psicológico

Descripción de instrumentos (BIEPS-A)

- Nombre : Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A)
- Autora : María Martina Casullo y col.
- Año : 2002
- Procedencia : Argentina
- Tiempo : 10 minutos
- Total, de ítems : 13 ítems
- Ámbito de aplicación : 18 años a más
- Administración : Individual o colectiva
- Objetivo : Evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico

Para la evaluación del bienestar psicológico, se empleó la Escala Bieps-A, adaptada al contexto de Lima, Perú por Sergio Domínguez en una muestra de estudiantes universitarios de Lima. Domínguez (2014) reduce las 5 escalas de Casullo (2002) en cuatro, las cuales son Aceptación/control de situaciones, Autonomía, Vínculos Sociales y Proyectos. A continuación, su ficha técnica

Baremos para la interpretación

Dimensiones	Bajo	Medio	Alto
Aceptación/control	1 – 25	26 – 75	76– 99
Autonomía	1 – 25	26 – 75	76– 99
Vínculos sociales	1 – 25	26 – 75	76– 99

Proyectos

1 – 25

26 – 75

76– 99

Fuente: Domínguez L, 2014

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: **-ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO -ESTOY EN DESACUERDO-** No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

A= De Acuerdo

NN=Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo

D=En Desacuerdo

N	ENUNCIADO	A	NN	D
1	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3	Me importa pensar que haré en el futuro.			
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
5	Generalmente le caigo bien a la gente.			
6	Siento que podré lograr las metas que me proponga			
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
13	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias			

Anexo 4: Cuestionario de bienestar psicológico (BIEPS-A)

Anexo 5: Instrumento de la variable adicción a redes sociales

FICHA TECNICA

- **Nombre:** Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
- **Autores:** Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)
- **Administración:** Individual y colectiva.
- **Duración:** 20 a 25 minutos aproximadamente
- **Aplicación:** Hombres y mujeres de 13 a 45 años
- **Significación:** Detección de indicadores de adicción a redes sociales.
- **Descripción:** Está compuesto por 24 ítems divididos en 3 dimensiones con sus respectivos reactivos: obsesión por las redes sociales (2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23), falta de control personal (4, 11, 12, 14, 20, 24) y uso excesivo de las redes sociales (1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21); con opciones de respuesta tipo Likert: siempre (4), casi siempre (3), algunas veces (2), rara vez (1) y nunca (0), a excepción del ítem 13 que se puntúa de manera inversa. Para la corrección se suman todos los puntos dados en cada ítem por dimensiones y en conjunto se obtiene una puntuación total entre 11 y 67 puntos.(Ecurra y Blas, 2014).

Baremos para la interpretación

Dimensiones	Bajo	Medio	Alto
• Obsesión por las redessociales	0 – 7	8 - 19	20 – 40
• Falta de control personal	0 – 6	7 - 13	14– 24

• Uso excesivo de las redes sociales	0 – 8	9 - 16	17 - 32
--------------------------------------	-------	--------	---------

Fuente: Eскурra y Salas, 2014

Anexo 6: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

¿Utiliza redes sociales?.....sí respondió SÍ, indique cuál o cuáles:.....

1. Si respondió NO, entregue el formato al encuestador

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa () En mi trabajo () En las cabinas

de internet En las computadoras de la universidad ()

A través del celular ()

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado () Una o dos veces por día ()

Entre siete a 12 veces al día () Dos o tres veces por semana ()

Entre tres a Seis veces por día () Una vez por semana ()

De todas las personas que conoce a través de la red ¿cuántos conoce personalmente?

10 % o Menos () Entre 11 y 30 % () Entre el 31 y 50 % ()

Entre el 51 y 70 % () Más del 70 % ()

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad,

género,dirección, etc.)? SI () NO ()

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

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

Anexo 7: Asentamiento informado

Título de proyecto: Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Hola mi nombre es Rosa Elvira, Mejía Barturen y estudio en el Departamento de Lima de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW). Actualmente se está realizando un estudio de investigación para determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023 y para ello queremos pedirte tu participación.

Tu participación en el estudio consistiría en completar los cuestionarios Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá y/o apoderado hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporcionas/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (O RESULTADOS DE MEDICIONES), sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrado de abajo que dice "Si quiero participar" y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre del participante: _____

Nombre y firma de la persona/investigador que obtiene el asentimiento:



Rosa Elvira, Mejía Barturen

Fecha: 17 de noviembre de 2023.

Título de proyecto de investigación : Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.

Investigadores : Mejía Barturen, Rosa Elvira

Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023". de fecha 17/10/2023 y versión.01. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es Determinar la relación entre bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023. Su ejecución ayudará/permitirá conocer la relación entre ambas variables.

Duración del estudio (meses): 8 meses

N° esperado de participantes: 286

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Se le explicará los objetivos del estudio, en qué consistirá su participación y se le brindará el consentimiento Informado para su lectura y aprobación.
- Se le facilitará los cuestionarios para su llenado dando un tiempo aproximado de 15 minutos.
- La información recolectada será digitada al Microsoft Excel para su posterior procesamiento de datos. Esta será almacenada respetando la confidencialidad y el anonimato.

Riesgos:

Su participación en el estudio *no* presenta riesgo alguno.

Beneficios:

Usted no se beneficiará del presente proyecto, los datos obtenidos servirán como evidencia y aporte científico para conocer la relación entre ambas variables.

Costos e incentivos: Usted *no* pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Anexo 8: Consentimiento informado

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal (*Rosa Elvira Mejía Barturen*, 996 531 765 y a2018101639@old-uwiener.edu.pe).

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio,

Contacto del Comité de Ética: Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, Email: comité_etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

_____ (Firma)

Nombre participante:



Nombre investigador: *Rosa Elvira
Mejía Barturen*

DNI:

DNI: 40459276

Fecha: (dd/mm/aaaa)

Fecha: (17/10/2023)


_____ (Firma)

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Anexo 9: permiso uso de instrumentos

Permiso uso de instrumento Externo Recibidos x


 **Rosa Elvira Mejia Barturen** <a2018101635@old-uwiener.edu.pe> 8 nov 2023, 22:30 (hace 13 días) ☆ ↶ ⋮
para sdominguezmpcs ▾

Estimado Dr. Domínguez Lara, Sergio, mi nombre Rosa Elvira Mejia Barturen con DNI 40459276, estudiante de la universidad Norbert Wiener, me encuentro realizando mi proyecto de tesis con el título "Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de secundaria de una institución Educativa Nacional, Cajamarca -2023".

Me dirijo a usted solicitando se conceda el permiso para utilizar la escala adaptada por su persona, Escala de BIEPS-A.

Un honor, me despido atenta a su respuesta.
mi gratitud.

Mejia Barturen, Rosa.

 **Sergio Dominguez** 14 nov 2023, 12:21 (hace 7 días) ☆ ↶ ⋮
para mí ▾

Estimada Rosa, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí; pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitan) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Anexo 10: Aprobación del Comité de Ética

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 18 de diciembre de 2023

Investigador(a)
Rosa Elvira Mejía Barturen
Exp. N°: 1094-2023

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Bienestar psicológico y ciberadicción en estudiantes de una institución educativa pública, Cajamarca-2023.” Versión 02 con fecha 29/11/2023.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **26/10/2023.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Rosa Elvira Mejía Barturen y a los investigadores colaboradores (no aplica)

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **El Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Yenny Marisol Bellido Fuente
Presidenta del CIEI-UPNW



Lima 05 de marzo de 2023

SEÑOR:
Roberto Barboza Rojas
DIRECTOR DEL COLEGIO NACIONAL SAN JUAN
CHOTA-CAJAMARCA



Yo, Rosa Elvira Mejía Barturen, identificada con DNI: 40459276 y Código Universitario N° A2018101635, estudiante del 10° Ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener, me presento ante Ud. Y le expongo lo siguiente:

Que, por efectos propios de mi carrera universitaria, la curricula y exigencia docente, me solicita realizar una investigación bajo el título "BIENESTAR PSICOLÓGICO Y CIBERADICCIÓN EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN NACIONAL, CHOTA, CAJAMARCA- 2023"; en tal sentido y siendo -con orgullo- una ex alumna de su digna Institución, me permito solicitar de manera respetuosa su consentimiento para aplicar una muestra segmental, del citado estudio.

Este estudio, es parte de mi proyecto de tesis; la participación es totalmente voluntaria, respetando los principios bioéticos. Los instrumentos a aplicarse, son: Cuestionario de bienestar psicológico (BIEPS-A) y Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

La metodología de la encuesta es presencial. sería un honor para mí-reitero-, su aceptación, así ser parte importante y contribuir con este trabajo de investigación.

Sin otro particular, quedo de Ud., agradecida de antemano por la atención que le pueda brindar a la presente.

Rosa Elvira Mejía Barturen

DNI 40459276

V° B°



C.N. "SAN JUAN - CHOTA"

Prof. *[Signature]*
SUB DIRECTOR

CH: 06-10-2023

Col. 925910322

Anexo 12: Informe del asesor de Turnitin

NOMBRE DEL TRABAJO

TESIS-Mejia Barturen_docx

AUTOR

Mejia Barturen

RECuento DE PALABRAS

21881 Words

RECuento DE CARACTERES

126948 Characters

RECuento DE PÁGINAS

96 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

749.5KB

FECHA DE ENTREGA

Dec 15, 2023 6:45 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Dec 15, 2023 6:47 PM GMT-5

● **13% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 10% Base de datos de Internet
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref
- 7% Base de datos de trabajos entregados

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)

● 15% Overall Similarity

Top sources found in the following databases:

- 14% Internet database
- 0% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 10% Submitted Works database

TOP SOURCES

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	4%
2	repositorio.unid.edu.pe Internet	2%
3	Submitted on 1690409119865 Submitted works	<1%
4	researchgate.net Internet	<1%
5	uwiener on 2024-01-14 Submitted works	<1%
6	Universidad Pública de Navarra on 2024-08-01 Submitted works	<1%
7	uwiener on 2024-08-21 Submitted works	<1%
8	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%