

## ADICCIÓN DE LAS REDES SOCIALES Y SU IMPACTO EN HABILIDADES COMUNICATIVAS PARA ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA

### SOCIAL MEDIA ADDICTION AND ITS IMPACT ON COMMUNICATIVE SKILLS FOR STUDENTS AT A PRIVATE UNIVERSITY

**Tipo de Publicación:** Artículo Científico

**Recibido:** 20/04/2024

**Aceptado:** 24/05/2024

**Publicado:** 07/07/2024

**Código Único AV:** e324

**Páginas:** 1 (654-672)

**DOI:** <https://doi.org/10.5281/zenodo.12679840>

**Autor:**

**Mirian Susana Durand Ysla**

Licenciada en Educación en la especialidad de Lengua y Literatura

 <https://orcid.org/0009-0002-5499-0700>

**E-mail:** [miysla1@gmail.com](mailto:miysla1@gmail.com)

**Afiliación:** Universidad Nacional Mayor de San Marcos

**País:** República del Perú

#### Resumen

El estudio investiga la relación entre las habilidades comunicativas y la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios. Se utiliza un enfoque positivista y cuantitativo, empleando el método científico y la estadística inferencial para recolectar datos y probar hipótesis. El diseño de investigación es básico y no experimental, con un enfoque transversal y correlacional. La muestra consiste en 100 estudiantes de pregrado de la Facultad de Educación de la Universidad César Vallejo en 2023, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Tras un análisis detallado de los hallazgos, se confirma de manera inequívoca que la adicción a las redes sociales tiene un impacto negativo significativo en las habilidades comunicativas de los estudiantes. En conclusión, es crucial implementar intervenciones y estrategias de prevención adecuadas para fomentar un uso responsable de las redes sociales y aumentar la conciencia sobre los riesgos asociados. Este estudio destaca la importancia de abordar el problema de la adicción a las redes sociales y su impacto en las habilidades comunicativas de los estudiantes universitarios.

**Palabras Clave:** Adicción, redes sociales, habilidades comunicativas, estudiantes, universidad

#### Abstract

The study investigates the relationship between communication skills and addiction to social media in university students. A positivist and quantitative approach are used, using the scientific method and inferential statistics to collect data and test hypotheses. The research design is basic and non-experimental, with a transversal and correlational approach. The sample consists of 100 undergraduate students from the Faculty of Education of the César Vallejo University in 2023, selected through non-probabilistic convenience sampling. After a detailed analysis of the findings, it is unequivocally confirmed that social media addiction has a significant negative impact on students' communication skills. In conclusion, it is crucial to implement appropriate interventions and prevention strategies to encourage responsible use of social media and increase awareness of the associated risks. This study highlights the importance of addressing the problem of social media addiction and its impact on the communication skills of university students.

**Keywords:** Addiction, social networks, communication skills, students, university

## Introducción

El progreso tecnológico de la web 2.0 ha generado el desarrollo y la masificación de las RRSS, estas tienen su origen en Arpanet un proyecto militar que dio origen a Internet, otro aspecto importante es la cantidad de usuarios, se estima que en el mundo aproximadamente dos tercios de la población mundial emplea Internet, también se estima que aproximadamente el 61% de la población mundial accede a las redes sociales (en adelante RRSS).

Otro dato relevante es que cerca de dos tercios de la población mundial utiliza un teléfono móvil, además el 84% de los teléfonos móviles son smartphone, estos datos obtenidos de reportes publicados en la web realizadas por empresas dedicadas al estudio sobre el uso de internet a nivel mundial como We Are Social y Meltwater, indican la importancia de conocer el impacto que tienen las RRSS debido a la cantidad de inversiones que se realizan alrededor de las mismas.

Aprovechando la variedad de actividades que se desenvuelven en el contexto social, tenemos varias actividades la principal sucede en el proceso de comunicación donde interactuamos con amigos, familiares y demás personas mediante mensajes, publicaciones o comentarios, también compartimos contenido como fotos, videos, artículos, memes para entretener o inspirar a otros, además se crean grupos

y comunidades con personas que comparten los mismos intereses y a su vez seguimos a otras personas o instituciones para estar al día con las últimas noticias y tendencias.

Pero no solo se usan las RRSS para comunicarnos también se emplean para el entretenimiento como ver videos desde clips cortos hasta transmisiones en vivo, escuchar música o podcasts, jugar en línea y hasta leer noticias, otro uso que le damos a las RRSS es la actividad comercial, lo usamos para comprar, vender, encontrar ofertas y descuentos, incluso durante la pandemia las RRSS se emplearon para el aprendizaje, accediendo a cursos en línea o viendo tutoriales.

Otro aspecto observable sobre el uso que dan las personas a las RRSS es la promoción personal cuando compartimos logros y experiencias, cuando se construye una marca personal creado en base a nuestra imagen profesional, acceder a oportunidades laborales o promocionar un negocio o emprendimiento.

En este sentido, otras de las actividades que se desarrollan en las RRSS es el activismo social, como hacer conciencia e informar sobre temas mediáticos como la contaminación o la inseguridad ciudadana, unirse a movimientos sociales, participar en campañas o defender causas de interés social como la no violencia, como se ha descrito hay diversidad de acciones en torno a las RRSS

situación que es muy bien aprovechada por las empresas y da motivo a investigar y compilar información sobre los usuarios.

Pero el uso de las RRSS también puede ocasionar dificultades a los usuarios como la sensación a estar desinformado (síndrome FOMO), recibir comentarios negativos (ciberbullying) o contenido inapropiado que pueda afectar la autoestima de la persona aumentando su ansiedad y depresión, es decir, afectando su salud mental, asimismo en las RRSS no toda la información es de buena fuente también hay información falsa (fake news) y existe la posibilidad que nuestra información personal sea compartida sin nuestro consentimiento (doxxing) o que roben la identidad de una persona con fines delictivos (phishing), es más, la comunicación en las redes es breve y fragmentada dando la posibilidad de afectar la comunicación verbal y escrita.

Por añadidura estar demasiado tiempo usando las RRSS puede consumir un tiempo valioso que puede dedicarse a otras actividades como el estudio y de la misma manera puede afectar la calidad del sueño provocando insomnio, fatiga y sedentarismo. Todas estas actividades nos vuelven monótonos cuando estamos a merced de la tecnología, ya que observamos que en el día a día las personas utilizan su celular y no prescinden de ella en la calle, ni cuando se desplazan usando el servicio de transporte donde es común ver a personas conversando o

enviando mensajes, entonces en diferentes situaciones de su vida, las personas satisfacen sus necesidades emplean la tecnología para saludar, comprar, pagar recibos, con la finalidad de ahorrar tiempo en estos menesteres.

La conexión a Internet se ha vuelto indispensable para casi todos, desde profesionales hasta amas de casa, ofreciendo recursos innumerables y la posibilidad de satisfacer cualquier necesidad con un clic. Internet parece hacer posible todo, desde compras hasta encontrar compañeros de vida, proporcionando respuestas a casi todas nuestras preguntas.

Las RRSS son ahora una parte integral de la vida de la generación más joven, gracias a su popularidad y facilidad de uso. A pesar de sus atractivas funciones, surgen problemas relacionados con la comunicación, vital para nuestras conexiones. El no tener presencia en estas plataformas puede llevar a ser visto como obsoleto. Sin embargo, la adicción puede acarrear consecuencias negativas significativas. Cada vez es más común presenciar la escena de varias personas reunidas en una cafetería, pero en lugar de entablar conversaciones entre sí, se sumergen en sus dispositivos electrónicos, ya sea teléfonos inteligentes, tabletas o computadoras portátiles, navegando por diversas plataformas de RRSS.

Esta preferencia por la comunicación virtual parece ganar terreno sobre la comunicación cara a

cara para ciertos individuos, lo que plantea interrogantes sobre el impacto en nuestras habilidades comunicativas. La proliferación de numerosos sitios de RRSS en la actualidad tiene repercusiones tanto favorables como desfavorables.

En el lado positivo, estos sitios son considerados instrumentos fundamentales para el diálogo virtual, permitiendo conexiones instantáneas sin importar la distancia, así como la difusión eficiente de información académica y anuncios, facilitando la interacción entre estudiantes y profesores y reduciendo tanto el tiempo como los costos asociados. Sin embargo, esta proliferación también conlleva riesgos negativos, como el potencial de generar obsesión y adicción entre los estudiantes, afectando negativamente sus habilidades comunicativas y sociales (Abd Rahman, 2014).

Se ha observado desde el pasado hasta el presente que la humanidad ha experimentado puntos de inflexión fundamentales que han alterado por completo los sistemas económicos, sociológicos, culturales y políticos. Estos hitos incluyen la transición hacia una sociedad agrícola y la posterior Revolución Industrial. En este sentido, el cambio más reciente y significativo es la era de la información, desencadenada por la digitalización, que ha digitalizado todos los aspectos de la vida representados por ceros y unos.

Como consecuencia, las RRSS han emergido como elementos integrales tanto de la vida cotidiana como de la comunicación, con millones de usuarios activos en todo el mundo. Estas plataformas se usan direccionando en varias actividades, desde mantener contacto con amigos y familiares hasta organizar protestas y compartir ideas. Con su omnipresencia y poder, se han convertido en herramientas para comunicar y compartir procesos que los individuos establecen con su entorno.

En el año 2010 se presenció un notable aumento en el número de usuarios de Internet, superando los dos mil millones según Berea et al., (2019), evidenciando la creciente importancia de la red en nuestra vida diaria. La ausencia de Internet puede llevar a sentimientos de soledad y melancolía para algunos, al perder acceso a una fuente esencial de entretenimiento e información.

Los diversos servicios ofrecidos por la red han capturado especialmente la atención de los jóvenes, proporcionando un espacio donde conectarse con nuevos amigos, reencontrarse con viejas amistades, compartir contenido multimedia y organizar eventos sociales, consolidando múltiples funciones sociales en una sola plataforma y ganando una popularidad creciente entre los jóvenes ávidos de actualizaciones instantáneas sobre sus círculos sociales.

## Desarrollo

### *Teoría sociocultural*

El conocimiento no se recibe de forma pasiva, sino que se construye a través de la interacción con el entorno social y físico. Tanto Piaget como Vygotsky coinciden en que los niños son actores activos en su propio aprendizaje, creando su propio entendimiento del mundo. Vygotsky, en particular, destaca la importancia de la interacción social en este proceso. El aprendizaje se produce de manera óptima en la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), donde el niño, con la ayuda de un adulto o un compañero más capaz, puede abordar tareas que están ligeramente más allá de su capacidad actual.

El papel del maestro es fundamental en este proceso, guiando al niño y proporcionándole las herramientas y el ambiente adecuado para que pueda avanzar en su aprendizaje. La experiencia y la manipulación física también juegan un papel importante en la construcción del conocimiento. Este proceso permite que el niño se apropie del conocimiento y lo integre a su repertorio cognitivo. La evaluación del aprendizaje es fundamental para ajustar la enseñanza a las necesidades individuales de cada niño. Vygotsky también enfatiza la influencia del contexto social en el aprendizaje y el pensamiento.

Este contexto, que forma parte del desarrollo y moldea los procesos cognitivos, se refiere a todo

lo que ha sido afectado por la cultura en el entorno del niño. Vygotsky lo divide en tres niveles: a) Nivel interactivo inmediato: compuesto por las personas que interactúan con el niño en un momento dado; b) Nivel estructural: formado por los entornos sociales que tienen influencia en el niño, como la familia y la escuela; c) Nivel cultural o social general: formado por los elementos de la sociedad en general, como el lenguaje y el uso de la tecnología. Estos diferentes niveles del contexto social influyen en la forma de pensamiento de las personas, configurando su desarrollo cognitivo y su interacción con el mundo (Bodrova y Leong, 2004).

### *Teoría Cognitiva Conductual*

El estudio del comportamiento humano tiene dos niveles: externo e interno, en el primero se estudia la conducta, en el segundo las emociones y el pensamiento o cognición. La teoría cognitiva conductual fusiona la teoría del aprendizaje con las fases del proceso de datos e intenta explicar cómo se aprenden determinadas conductas, la forma en que cada persona procesa la información es esencial para comprender su comportamiento y aplicar el tratamiento adecuado, partiendo de la premisa que el entorno tiene un impacto en nosotros y que aprendemos comportamientos.

Esta metodología está basada en la terapia cognitivo-conductual (TCC) desarrollado por Beck (2013), es un modelo de intervención psicológica estructurada y basada en evidencia científica y

empírica que ha sido el estándar en la práctica de los psicólogos clínicos, educativos y organizacionales. Se encuentra entre los tratamientos y terapias más populares en la actualidad debido a su desarrollo y expansión, así como por su efectividad y eficiencia.

Esto lo coloca entre las terapias de corta duración y por lo tanto económicamente accesibles. Además, el objetivo inicial del tratamiento se logra en poco tiempo (Hernández-Pineda et al., 2020). También complementa Albert Ellis, con la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) que se basa en el pensamiento de lo que sentimos y los comportamientos no son el resultado de circunstancias externas, sino que están mediados por nuestros pensamientos y creencias sobre esas circunstancias, el creador de esta terapia afirma que estas creencias pueden ser racionales o irracionales. Las creencias racionales son flexibles, realistas y adaptables, mientras que las creencias irracionales son rígidas, dogmáticas y tienen consecuencias negativas.

### *Enfoque comunicativo textual*

Para este enfoque, Halliday (1973) estableció las bases de la teoría Lingüística Sistémico-Funcional (LSF) esta se basa en la relación entre el lenguaje y el contexto social, concibe al lenguaje como un sistema complejo que se organiza en diferentes niveles: fonológico, gramatical, léxico. La teoría que se presenta busca analizar las interacciones humanas como productos del contexto

en el que se desarrollan. Se trata de una teoría descriptiva del lenguaje, centrada en el estudio de los patrones reales de la comunicación humana, en lugar de una teoría prescriptiva que dicte cómo las personas deben usar el lenguaje para crear significados.

La teoría se enfoca en el estudio del lenguaje como un sistema semiótico, donde el significado no se limita a la forma material del habla o la escritura (fonemas y grafemas), sino que se centra en los significados que se generan a partir de estas formas. En esta teoría las personas crean significado y en la función y la forma se entrelazan, además una oración no solo es examinada desde su estructura gramatical, sino también como esta contribuye a la función comunicativa, es decir la relación intrínseca entre la forma y la función lingüística.

Por lo tanto, una de las características que distingue esta teoría es su objetivo de comprender el lenguaje como un proceso social y también como metodología analítica que permita la descripción detallada y sistémica de los patrones del lenguaje, esto hace que se distinga de otras teorías por que propone comprender las relaciones entre las estructuras y las funciones lingüísticas, siendo propiamente social y mediado por el contexto, para comprender de manera simple las personas usan el lenguaje para construir significados coexistiendo sus condiciones ambientales y contextuales específicas de cada uno, las que moldean y

determinan las elecciones culturales y lingüística que adopte, no se limitan a los rasgos superficiales del discurso como el acento o el dialecto sino como se organiza en torno a las meta funciones del lenguaje (Cardozo Gaibisso, 2024).

### *Enfoque teórico*

#### *Adicción a RRSS*

La adicción es considerada un problema mental, una enfermedad patológica generando dependencia en este caso hacia las redes y aminora libertad del individuo. Lo que caracteriza sobre todo a una adicción es la pérdida de sentido y control, una persona en su sano juicio se inserta a las RRSS en busca de lo útil que es para solucionar alguna inquietud de su vida en cambio una persona adicta lo hace para aliviar su estrés, sus emociones, su ansiedad y nerviosismo.

Trayendo como consecuencia aislamiento familiar y social, fracasando en los estudios y trabajo (Lillo Peláez, 2022), según la literatura, la adicción a las RRSS se considera un subtipo de la adicción a Internet, definida por un intenso interés en el uso de estas plataformas, una pérdida de tiempo significativa, resistencia a reducir su uso y efectos negativos en la vida diaria. Este tipo de adicción refleja una preocupación obsesiva por las RRSS, un aumento en el tiempo dedicado a ellas en busca de placer y una sensación de malestar cuando no se puede acceder a ellas.

#### *Obsesión por las RRSS*

Es una compulsión por utilizar las RRSS en exceso, están personas llegan a descontrolarse al punto que ya no pueden manejar su vida, disminuyendo la cognición, teniendo malas reacciones físicas y emocionales, dañando todo tipo de interrelación, afectando a la familia y al entorno contextual en el que se maneja (Zeng et al., 2021). Demasiados estudios sobre este tema han demostrado los problemas de salud mental con las que se enfrenta como depresión, ansiedad, insomnio, miedo incontrolable y compulsivo dañando la autoestima y el deseo de continuar con un proyecto de vida.

#### *Falta de control personal en el uso de las RRSS*

Indica que la persona no tiene autocontrol que viene hacer el conjunto de habilidades para desarrollar acciones en donde actuemos bajo los criterios de retroalimentación y autorregulación. Ya que a través de este último la persona puede abstenerse del uso de las RRSS ante situaciones que no lo requiere, ya que utilizar las RRSS en todo momento es una característica directa de una adicción. El usar mucho lleva a un tecnoestrés y a un agotamiento, creando por supuesto conflictos como el dejar de hacer tareas importantes, relacionarse adecuadamente socialmente (Marín-Díaz et al., 2015).

### *Uso excesivo de las RRSS*

La adicción a las RRSS, presente en la era digital, se caracteriza por el uso desmedido de estas plataformas, interfiriendo en las actividades cotidianas y afectando el bienestar personal. Las personas con esta adicción experimentan dificultad para controlar el tiempo que invierten en las RRSS, descuidando responsabilidades como el trabajo, estudio o relaciones personales. Además, presentan síntomas de ansiedad, depresión o baja autoestima cuando no están conectados.

Las consecuencias del uso excesivo son variadas: problemas de sueño, disminución del rendimiento académico o laboral, aislamiento social y deterioro de las relaciones personales. Los usuarios pueden desarrollar una inquietud desmedida por estar al tanto de la última información, padeciendo el síndrome FOMO (Fear of Missing Out, o miedo a perderse algo). Esta situación afecta especialmente a los adolescentes, quienes pueden adquirir una identidad falsa y perder el contacto personal familiar, encerrándose en un mundo virtual (Cataldo et al., 2021).

### ***Habilidades comunicativas***

Son capacidades que permiten a las personas comprender, desarrollar e interactuar a través del lenguaje en diferentes contextos, estas se dividen en tres competencias, la primera es la competencia lingüística que indica que es el saber del código

lingüístico (vocabulario, gramática, etc.); la segunda es la competencia pragmática, que es la capacidad de usar el lenguaje de forma adecuada al contexto y a la intención del hablante; la tercera es la competencia estratégica que viene a ser la capacidad de utilizar recursos para compensar las dificultades comunicativas.

Las habilidades comunicativas son imprescindibles para el triunfo en la vida personal, familiar, social y profesional, por que permiten expresar ideas y pensamientos de forma clara y precisa, además de comprender y responder a los mensajes de los demás para establecer y mantener relaciones positivas, permitiendo a las personas resolver problemas y tomar decisiones en forma eficaz y pertinente. Según Cassany Comas et al., (2019) existen dos tipos de habilidades comunicativas, las habilidades receptivas: escuchar y leer, las habilidades productivas: hablar y escribir.

### ***Autopercepción personal***

La autopercepción, una visión interna del individuo y su entorno, es fundamental para el desarrollo social. No se trata de una simple internalización de normas sociales, sino de una construcción personal que influye en cómo interactuamos con el mundo. La autopercepción es un concepto complejo que se ha estudiado desde varios campos de la ciencia, lo que ha llevado a una variedad de interpretaciones y significados.



Se han utilizado términos como la conciencia de sí mismo, la imagen de sí mismo, la representación de sí mismo, el concepto de sí mismo, la estima de sí mismo y el yo; sin embargo, todos tienen dos elementos fundamentales, el primero lo conforman los aspectos cognitivos y descriptivos que hace referencia a cómo nos vemos a nosotros mismos, nuestras características físicas, psicológicas, nuestras habilidades y capacidades; el segundo elemento es la autoestima que consiste en la valoración que hacemos de nosotros mismos, como nos sentimos con respecto a nuestras características y capacidades.

Se debe hacer una precisión sobre la autopercepción y el autoconcepto, como se ha descrito la autopercepción es la imagen que tenemos de nosotros mismos, mientras que el autoconcepto es el conjunto de creencias que tenemos sobre nosotros mismos, se define a esto como una serie de conceptos cohesivos y jerárquicamente concertados, en relación a las características comunes en los términos utilizados por varios autores sobre la autopercepción.

El autor considera que la realidad es compleja e integra una variedad de autoconceptos más concretos, como el físico, social, emocional y académico. Es una observación que se da de forma dinámica que cambia con el tiempo y se adapta a las experiencias sociales, especialmente con las personas significativas. El funcionamiento de una

persona depende de la organización de su concepto de sí mismo, lo que le da una sensación de seguridad e integridad (López de Tkachenko y de Lameda, 2008).

### *Importancia profesional*

Se refiere al valor que se le da a la habilidad de una persona para desempeñarse con éxito en su campo de trabajo. Esta capacidad se basa en la formación académica, la experiencia laboral, las habilidades y competencias desarrolladas, así como la actitud y los valores del profesional que permiten destacarse en su área de trabajo, aportando a la organización y a la sociedad en su conjunto. Más aún con el desarrollo de la tecnología, en donde la rapidez del mercado de trabajo necesita de personas con facilidad de adaptación a los cambios del campo laboral.

La profesión debe ser cercana a las personas que se forman para un futuro cambiante, brindándoles confianza en la elección de su futuro profesional. Es fundamental que estos individuos tengan el derecho a una buena educación con mejores condiciones de calidad en el sistema que rige la carrera.

Ser un buen profesional de la orientación va más allá de obtener títulos. Se trata de tener la capacidad de seguir aprendiendo y especializándose en áreas específicas para brindar un mejor servicio a las personas. La formación de estos profesionales

debe ser integral y continua, incluyendo conocimientos teóricos, prácticos y habilidades interpersonales.

Además, requieren de competencias especializadas como la capacidad de evaluación, diagnóstico, intervención y seguimiento, ya que la profesionalidad es un proceso continuo que requiere de una formación integral y especializada para brindar un servicio de calidad (Carro Sancristóbal et al., 2021).

### **Metodología**

El objetivo es determinar cómo las habilidades comunicativas de los estudiantes universitarios se relacionan con la adicción a las RRSS. El estudio se basa en el paradigma positivista, que busca descubrir leyes que rigen la naturaleza y la sociedad mediante el método científico, fundado en la observación y experimentación de fenómenos observables.

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis mediante la estadística inferencial, con el objetivo además de establecer pautas de comportamiento. El tipo de investigación es básico, ya que parte de un marco teórico y busca establecer nuevas teorías o modificar las existentes.

El diseño no experimental no manipula las variables, solo observa los hechos en su contexto natural. El corte transversal recolecta información

en un solo momento en el tiempo y es correlacional, ya que busca establecer la relación o grado de asociación entre las variables.

El estudio se centró en estudiantes de pregrado de la Facultad de Educación de la Universidad César Vallejo año 2023. De una población total de 1200 estudiantes, se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia de 100 estudiantes. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de encuesta, empleando cuestionarios estandarizados.

Se aplicó el Cuestionario de Adicción a las RRSS (ARS) para la primera variable y el Cuestionario de Habilidades Comunicativas (HABICOM) para la segunda variable, con el objetivo de identificar las fortalezas y debilidades de las habilidades comunicativas en adultos. Ambos cuestionarios fueron validados por juicio de expertos y utilizan una escala tipo Likert.

### **Resultados**

#### *Análisis de confiabilidad*

Como se puede apreciar en la Tabla 1, a la muestra recolectada, se le aplicó la prueba Alfa de Cronbach obteniendo como resultado 0.928 lo que nos indica que el instrumento utilizado en el presente trabajo tiene muy buen grado de confiabilidad.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,928	54

**Tabla 1.** Estadísticas de fiabilidad

### Pruebas de normalidad

Para este trabajo se utilizó una muestra de 101 estudiantes, por lo tanto, para la presente hipótesis se usará el valor estadístico de prueba de Kolmogórov- Smirnov ( $n > 50$ ). Para ello se plantean los siguientes supuestos:

1. Ho: Los datos provienen de una distribución normal
2. H1: Los datos no provienen de una distribución normal

El nivel de significancia para esta investigación será  $\alpha=0.05$ . A partir de ello, establecemos la regla de decisión:

1. Si  $\alpha > 0.05$ , se acepta la hipótesis nula
2. Si  $\alpha < 0.05$ , se rechaza la hipótesis nula

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las RRSS	,100	101	,015	,963	101	,006
Obsesión por las RRSS	,157	101	,000	,932	101	,000
Falta de control personal en el uso de las RRSS	,098	101	,017	,984	101	,258
Uso excesivo de las RRSS	,107	101	,006	,972	101	,030
Habilidades comunicativas	,076	101	,159	,972	101	,031
Autopercepción personal	,076	101	,159	,972	101	,031
Importancia profesional	,076	101	,159	,972	101	,031

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Tabla 2.** Pruebas de normalidad

Se puede evidenciar en la Tabla 2, el valor de significancia calculada en el estadístico de Kolmogórov-Smirnov es menor a 0,05 en su mayoría. Por ende, se procede a rechazar la hipótesis nula y aceptaremos la hipótesis alterna. En ese sentido, se puede indicar que los datos no provienen de una distribución normal, y, por lo tanto, en las pruebas de hipótesis se aplicará una prueba no paramétrica.

### Baremos de las variables

Para un análisis más comprensible de las variables, se realizó una adaptación de estas a fin de adaptarlas a una nueva escala, dividida en 3 niveles. Para la variable Adicción a las RRSS, se consideró los niveles: bajo, medio y alto; mientras que, para la variable Habilidades comunicativas, se consideró los niveles: malo, regular y bueno, como se puede apreciar en las Tablas 3 y 5 respectivamente.

Variable/ Dimensiones	Puntajes		Niveles			N	
	Mínimo	Máximo	Bajo	Medio	Alto	Válido	Perdidos
Adicción a las RRSS	29	98	29-52	53-75	76-98	101	0
Obsesión por las RRSS	13	40	13-22	23-31	32-40	101	0
Falta de control personal en el uso de las RRSS	7	25	7-13	14-19	20-25	101	0
Uso excesivo de las RRSS	8	35	8-17	18-26	27-35	101	0

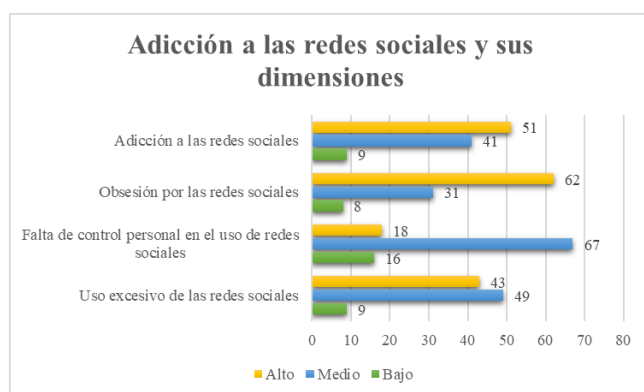
**Tabla 3.** Estadísticos de la variable adicción a las RRSS y sus dimensiones

De la Tabla 4 se puede obtener como principales indicadores que el 50.5% de los encuestados considera que tiene un nivel alto de adicción a las RRSS, el 61.4% considera que hay un nivel alto de obsesión por las RRSS, el 66.3%

considera que tiene un nivel medio de falta de control en el uso de las RRSS y el 48.5% indica que tiene un nivel medio de uso de RRSS.

Variable /Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Adicción a las RRSS	Bajo	9	8.9%	8.9%
	Medio	41	40.6%	49.5%
	Alto	51	50.5%	100%
Obsesión por las RRSS	Bajo	8	7.9%	7.9%
	Medio	31	30.7%	38.6%
Falta de control personal en el uso de las RRSS	Alto	62	61.4%	100%
	Bajo	16	15.8%	15.8%
	Medio	67	66.3%	82.1%
Uso excesivo de las RRSS	Alto	18	17.9%	100%
	Bajo	9	8.9%	8.9%
	Medio	49	48.5%	57.4%
	Alto	43	42.6%	100%

**Tabla 4.** Frecuencias de la variable adicción a las RRSS y sus dimensiones



**Figura 1.** Distribución de frecuencias de la variable adicción a las RRSS y sus dimensiones

De acuerdo con la Figura 1, se puede indicar que el nivel malo es considerado con la menor puntuación tanto en la variable gestión educativa estratégica como en sus dimensiones. Asimismo, en el caso de la variable gestión educativa estratégica y las variables liderazgo, trabajo colaborativo y planeamiento, son consideradas con la mayor puntuación en el nivel bueno. Finalmente, para las dimensiones monitoreo y control, participación

social responsable y ejecución, la mayor puntuación se concentra en el nivel regular.

Variable/ Dimensiones	Puntajes		Niveles		N		
	Mínimo	Máximo	Malo	Regular	Bueno	Válido	Perdidos
Habilidades comunicativas	94	324	94-170	171-247	248-324	101	0
Autopercepción personal	47	162	47-85	86-124	125-162	101	0
Importancia profesional	47	162	47-85	86-124	125-162	101	0

**Tabla 5.** Estadísticos de la variable habilidades comunicativas y sus dimensiones

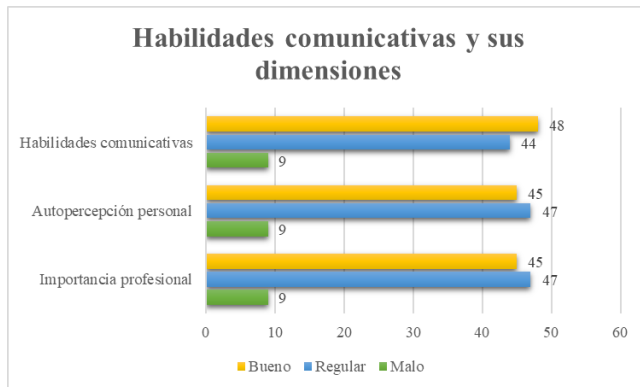
Variable /Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Habilidades comunicativas	Malo	9	8.9%	8.9%
	Regular	44	43.6%	52.5%
	Bueno	48	47.5%	100%
Autopercepción personal	Malo	9	8.9%	8.9%
	Regular	47	46.5%	55.4%
	Bueno	45	44.6%	100%
Importancia profesional	Malo	9	8.9%	8.9%
	Regular	47	46.5%	55.4%
	Bueno	45	44.6%	100%

**Tabla 6.** Frecuencias de la variable habilidades comunicativas y sus dimensiones

De la Tabla 6 se puede observar que los principales indicadores señalan que el 51% de los encuestados considera que tienen un alto nivel de uso de TIC, el 49% considera que tiene un nivel medio de conocimiento sobre TIC, el 59% considera que tiene un nivel medio de criterio de uso de las TIC y, finalmente, el 70% considera que existe tiene un nivel bajo aptitud sobre el uso de las TIC.

De acuerdo con la Figura 2, se puede evidenciar que los encuestados no consideran tener un nivel alto en todos los casos de la variable uso de TIC. Asimismo, en el caso de la variable uso de TIC y la dimensión aptitud consideran que tienen un nivel bajo representado con la mayor puntuación. Finalmente, para las dimensiones criterio de uso y

conocimiento, la mayor puntuación se concentra en el nivel medio.



**Figura 2.** Distribución de frecuencias de la variable habilidades comunicativas y sus dimensiones

### Correlación de las variables

Al ser una muestra no paramétrica, se utilizó el coeficiente Rho de Spearman para medir la correlación entre las variables. Se establece como criterio de decisión que ante un  $\alpha < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa.

		Adicción a las RRSS	Habilidades comunicativas
<b>Rho de Spearman</b>	Adicción a las RRSS	Coefficiente de correlación	,181
		Sig. (bilateral)	,070
		N	101
	Habilidades comunicativas	Coefficiente de correlación	,210*
		Sig. (bilateral)	,035
		N	101

**Tabla 7.** Correlaciones entre la adicción a las RRSS y las habilidades comunicativas

Respecto al objetivo general, se determinó que según el valor del coeficiente de correlación de Spearman existe una correlación positiva mínima ( $\rho = 0,181$ ) entre las variables adicción a las RRSS y las habilidades comunicativas. Asimismo, debido a que el valor de significancia observada ( $\text{sig.} =$

$0,070$ ) es mayor a  $\alpha = 0,05$  se puede señalar que no existe una relación significativa entre las variables y, por ende, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa. En ese sentido, se puede decir que no existe una relación entre la adicción a las RRSS y las habilidades comunicativas.

		Obsesión por las RRSS	Habilidades comunicativas
<b>Rho de Spearman</b>	Obsesión por las RRSS	Coefficiente de correlación	,210*
		Sig. (bilateral)	,035
		N	101
	Habilidades comunicativas	Coefficiente de correlación	,210*
		Sig. (bilateral)	,035
		N	101

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**Tabla 8.** Correlaciones entre la dimensión obsesión por las RRSS y las habilidades comunicativas

Como se aprecia en la Tabla 8, se determinó que según el valor del coeficiente de correlación de Spearman existe una correlación positiva baja ( $\rho = 0,210$ ) entre la dimensión obsesión por las RRSS y las habilidades comunicativas. Además, ya que el valor de significancia observada ( $\text{sig.} = 0,035$ ) es menor a  $\alpha = 0,05$  se puede señalar que existe una relación significativa entre las variables y, por ende, se puede decir que existe una relación entre la obsesión por las RRSS y las habilidades comunicativas.

Como se puede observar en la Tabla 9, se determinó que según el valor del coeficiente de correlación de Spearman existe una correlación negativa baja ( $\rho = 0,054$ ) entre la dimensión falta de control personal en el uso de las RRSS y la variable habilidades comunicativas.

		Falta de control personal	Habilidades comunicativas
Rho de Spearman	Falta de control personal en el uso de las RRSS	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,054
		N	101
	Habilidades comunicativas	Coefficiente de correlación	,054
		Sig. (bilateral)	,590
		N	101

**Tabla 9.** Correlaciones entre la dimensión falta de control personal en el uso de las RRSS y las habilidades comunicativas

De igual modo, puesto que el valor de significancia observada (sig. = 0,590) es mayor a  $\alpha = 0,05$  se puede señalar que no existe una relación significativa entre las variables y, en consecuencia, se puede indicar que no existe una relación entre la falta de control personal en el uso de las RRSS y las habilidades comunicativas.

		Uso excesivo de las RRSS	Habilidades comunicativas
Rho de Spearman	Uso excesivo de las RRSS	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,131
		N	101
	Habilidades comunicativas	Coefficiente de correlación	,131
		Sig. (bilateral)	,191
		N	101

**Tabla 10.** Correlaciones entre la dimensión uso excesivo de las RRSS y las habilidades comunicativas

De acuerdo con la Tabla 10, se determinó que según el valor del coeficiente de correlación de Spearman existe una correlación positiva mínima ( $\rho = 0,131$ ) entre la dimensión uso excesivo de las RRSS y la variable habilidades comunicativas. De la misma forma, ya que el valor de significancia observada (sig. = 0,191) es mayor a  $\alpha = 0,05$  se puede señalar que no existe una relación

significativa entre las variables y, por consiguiente, se puede decir que existe una relación entre el uso excesivo de las RRSS y las habilidades comunicativas.

## Discusión

La adicción a las RRSS puede afectar negativamente las habilidades comunicativas de los estudiantes, ya que pasan tanto tiempo en línea que descuidan la comunicación cara a cara. Esto puede resultar en dificultades para expresar pensamientos de manera clara y coherente, así como para interpretar las señales verbales y no verbales de los demás. Es importante investigar cómo esta adicción influye en la comunicación interpersonal y encontrar estrategias para mitigar su impacto (Parraguez Serpa & Salas Huaman, 2023).

Para Ruiz Meza (2023) la adicción a las RRSS puede afectar tanto la comunicación verbal como la no verbal de los estudiantes. La sobreexposición a la comunicación escrita en plataformas digitales puede disminuir la habilidad para comunicarse verbalmente de manera efectiva, al tiempo que se descuidan las señales no verbales importantes en la interacción cara a cara. Es fundamental entender cómo estos aspectos de la comunicación se ven afectados por el uso excesivo de las RRSS para abordar este problema con eficacia.

En este sentido, Klimenko et al., (2021) señala que la adicción a las RRSS también puede impactar

la empatía y las habilidades sociales de los estudiantes. Al enfocarse en interacciones digitales, se corre el riesgo de perder la capacidad de leer las emociones y necesidades de los demás en un entorno cara a cara. Esto puede resultar en una disminución de la empatía y en dificultades para establecer relaciones interpersonales significativas. Es esencial investigar cómo abordar este déficit en habilidades sociales para fomentar una comunicación más efectiva y empática en los jóvenes.

Por último, Batuecas Planchuelo, (2020) indica que los factores de riesgo individuales que pueden contribuir a la adicción a las RRSS incluyen la baja autoestima, la necesidad de validación externa y la falta de habilidades para manejar emociones negativas. Por otro lado, se han identificado factores protectores como la autoeficacia, la autoestima saludable y las estrategias de afrontamiento positivas.

En cuanto a los factores familiares y sociales, la falta de apoyo familiar, la presión social y la exposición temprana a las RRSS pueden aumentar el riesgo de adicción. Por el contrario, un entorno familiar comunicativo, relaciones sociales saludables y límites claros en el uso de la tecnología pueden actuar como factores protectores.

## Conclusiones

Tras analizar detalladamente todos los hallazgos y conclusiones obtenidas de la minuciosa investigación realizada, se puede confirmar de manera inequívoca que la adicción a las RRSS tiene un impacto profundamente negativo en las habilidades comunicativas de los estudiantes. Específicamente, este problema afecta de manera considerable tanto a la comunicación verbal como a la no verbal, así como también a la capacidad de empatizar y relacionarse socialmente.

Estos resultados son sumamente significativos y subrayan con gran énfasis la importancia esencial de abordar este problema de manera proactiva y eficiente, llevando a cabo la implementación de estrategias y medidas preventivas con el fin de mitigar significativamente los efectos perjudiciales que esta adicción puede tener en el desarrollo integral de las habilidades comunicativas de los jóvenes.

Es fundamental que todos los actores involucrados, desde padres y educadores hasta instituciones y organismos relevantes, trabajen de forma conjunta y coordinada para poder brindar un apoyo sólido y constante a los estudiantes y así fomentar un uso saludable y responsable de las RRSS. Solo a través de una acción decidida y comprometida podremos superar este desafío y garantizar el desarrollo pleno y exitoso de las habilidades comunicativas de nuestra juventud.

En conclusión, la adicción a las RRSS tiene un impacto significativo en las habilidades comunicativas de los estudiantes, afectando su capacidad para la comunicación verbal y no verbal, así como para la empatía y las habilidades sociales. Es crucial que se implementen intervenciones y estrategias de prevención adecuadas para fomentar un uso responsable de las RRSS y promover una mayor conciencia sobre los riesgos asociados.

Además, es importante que se realicen más investigaciones en este campo para profundizar en los efectos de la adicción a las RRSS en las habilidades comunicativas de los estudiantes y desarrollar soluciones efectivas. Una mayor atención debe ser prestada a la educación sobre el uso saludable de las RRSS y a la promoción de conductas que fomenten la comunicación cara a cara y la interacción social en persona.

Es esencial que los padres, educadores y los propios estudiantes estén informados sobre los riesgos y se les brinden las herramientas necesarias para gestionar su tiempo y uso de las RRSS de manera equilibrada. Asimismo, es fundamental fortalecer la educación en habilidades de comunicación en el entorno escolar, incluyendo la enseñanza de técnicas de escucha activa, expresión verbal clara y efectiva, resolución de conflictos y empatía hacia los demás.

Es necesario resaltar la importancia de un equilibrio saludable entre la interacción en línea y la

interacción en persona, y promover la participación en actividades extracurriculares que fomenten el desarrollo de habilidades sociales y la conexión interpersonal.

En definitiva, es responsabilidad de todos los actores involucrados trabajar juntos para abordar el impacto de la adicción a las RRSS en las habilidades comunicativas de los estudiantes y garantizar un uso responsable y saludable de estas plataformas.

### Referencias

- Abd Rahman, S. H. (2014). Can't live without my FB, LoL: The influence of social networking sites on the communication skills of TESL students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 134, 213-219. Documento en línea. Disponible <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.241>
- Batuecas Planchuelo, T. (2020). Intervención con enfoque integrador sobre un caso de adicción a videojuegos en un adolescente con antecedentes de maltrato infantil. Documento en línea. Disponible <https://ebuah.uah.es/dspace/handle/10017/42850>
- Beck, A. T. (2013). Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad. Desclee de brouwer. Documento en línea. Disponible <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=WZz-DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=Teor%C3%ADa+Cognitiva+Conductual+Aaron+T.+Beck,+&ots=VoShB3d3iC&sig=f9E59gVJl2XsftUNZ-C0EKwreEw>
- Berea, G. A. M., González, J. G., & Sampedro-Requena, B. E. (2019). El efecto de las TIC y redes sociales en estudiantes universitarios. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 153-176.



- Bodrova, E., y Leong, D. J. (2004). *Herramientas de la Mente: El Aprendizaje en la Infancia desde la Perspectiva de Vygotsky* (1ra ed.). SEP/Pearson Educación de México.
- Cardozo Gaibisso, L. (2024). Aportes de la Lingüística Sistémico-Funcional a la equidad educativa: prácticas y debates. *Cuaderno De Pedagogía Universitaria*, 21(41), 7–19. Documento en línea. Disponible <https://doi.org/10.29197/cpu.v21i41.544>
- Carro Sancristóbal, L., Carabias Herero, M. y Morcillo Casas, V. (Eds.) (2021). Buena orientación, buena elección. II Congreso Internacional de Orientación Universitaria. Valladolid, 1 al 3 de septiembre. Documento en línea. Disponible <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/47952>
- Cassany Comas, D., Luna, M., y Sanz, G. (2019). Enseñar lengua: Manual para la formación del profesorado de ELE. Barcelona, España: GRAO, EDITORIAL. (ISBN: 978-84-7827-100-9)
- Cataldo, I., Lepri, B., Neoh, M. J. Y., y Esposito, G. (2021). Social Media Usage and Development of Psychiatric Disorders in Childhood and Adolescence: A Review. *Frontiers in psychiatry*, 11, 508595. Documento en línea. Disponible <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.508595>
- Halliday, M. A. (1973). Exploraciones en las funciones del lenguaje. Documento en línea. Disponible <https://eric.ed.gov/?id=ED095550>
- Hernández-Pineda, J. A., Medina-Guerrero, E. A., y Castillo-Martínez, J. A. (2020). Terapia cognitivo-conductual: una revisión teórica de sus bases. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*, 1(2), 20-24.
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I., & Úsuga Echeverri, S. J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), 123-155.
- Lillo Peláez, N. (2022). Programa de prevención de adicción a las redes sociales en adolescentes. Documento en línea. Disponible <https://crea.ujaen.es/handle/10953.1/17530>
- López de Tkachenko, G., y de Lameda, B. L. (2008). Análisis de los constructos teóricos: vida cotidiana, familia, auto percepción y motivación (Primera Entrega). *Laurus*, 14(26), 243-261.
- Marín-Díaz, V., Sampedro Requena, B., & Muñoz González, J. M. (2015) ¿Son adictos a las redes sociales los estudiantes universitarios? Documento en línea. Disponible <https://helvia.uco.es/handle/10396/15860>
- Parraguez Serpa, D. I. & Salas Huaman, F. Z. (2023). Sintomatología de adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Huancayo 2022. Documento en línea. Disponible <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/13421>
- Ruiz Meza, J. C. (2023). Los videojuegos en las habilidades comunicativas del inglés de una institución educativa privada, *El Agustino*, 2023. Documento en línea. Disponible <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/121009>
- Zeng, G., Zhang, L., Fung, SF, Li, J., Liu, YM, Xiong, ZK, ... y Huang, Q. (2021). Uso problemático de Internet y autoestima en estudiantes universitarios chinos: los efectos de mediación del afecto individual y la satisfacción de las relaciones. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 18 (13), 6949.