

2013

“Estudio Comparativo de Género Sobre la Vulnerabilidad Emocional de los Adolescentes de Tercer Ciclo ante la Influencia de las Redes Sociales”.



Elaborado por:

Blanca Lisbeth Bonilla Carpio

Carla Carolina Galdames Velásquez

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**



Universidad de El Salvador

Hacia la libertad por la cultura

INFORME FINAL DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN

**ESTUDIO COMPARATIVO DE GÉNERO SOBRE LA VULNERABILIDAD
EMOCIONAL DE LOS/LAS ADOLESCENTES ANTE LA INFLUENCIA DE LAS
REDES SOCIALES.**

PRESENTADO POR:

BLANCA LISBETH BONILLA CARPIO

BC04046

CARLA CAROLINA GALDÁMEZ VELASQUEZ

GV06022

ASESORA DEL PROCESO DE GRADO:

LICDA. SARA ARELY BERNAL.

COORDINADOR DEL PROCESO DE GRADO:

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES.

CIUDAD UNIVERSITARIA, 09 DE AGOSTO DE 2013



INDICE DEL TRABAJO

CONTENIDO	PÁG.
AUTORIDADES	
AGRADECIMIENTOS	
JUSTIFICACION.....	1
INTRODUCCION.....	3
OBJETIVOS.....	5
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	6
1.1. Antecedentes Históricos.....	7
1.2. Identificación del Problema.....	9
1.3. Enunciado del Problema.....	11
1.4. Delimitación del Problema.....	11
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO.....	12
2.1. Generalidades de la Adolescencia.....	13
2.2. Conducta y Adaptación de la Adolescencia.....	14
2.3. Emociones en la Adolescencia.....	17
2.4. Conducta Moral en los Adolescentes.....	21
2.5. Los Intereses Sexuales en los Adolescentes.....	26
2.6. Las Citas y Noviazgos en los Adolescentes.....	27
2.7. Las Relaciones Familiares en la Adolescencia.....	29
2.8. Definición de los Medios de Comunicación.....	30
2.9. Generalidades de las Redes Sociales.....	38
2.10. Las Redes Sociales más Usadas por los Jóvenes.....	41
2.11. Utilidad y Aplicaciones de las Redes Sociales.....	46
2.12. Funcionamiento de las Redes Sociales.....	48

2.13.	Influencia de las Redes Sociales en los Adolescentes.....	50
2.14.	Riesgos Asociados al Uso de las Redes Sociales.....	51
2.15.	Privacidad y Protección de Datos en las Redes Sociales.....	54
2.16.	Los Problemas de Seguridad en las Redes Sociales.....	57
2.17.	Trastornos Psicológicos y Problemas Sociales Relacionados con el Uso de las Redes Sociales.....	58
2.18.	Otras Adicciones Asociadas a la Influencia de las Redes Sociales.....	61
 CAPITULO III. SISTEMA DE HIPÓTESIS Y DEFINICION DE VARIABLES.....		64
3.1.	Hipótesis De Investigación.....	65
3.2.	Definición Conceptual de Variables.....	66
3.3.	Definición Operacional De Variables.....	67
 CAPITULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....		68
4.1.	Diseño del Estudio.....	69
4.2.	Sujetos.....	69
4.3.	Instrumentos.....	70
4.4.	Procedimiento.....	71
4.5.	Procesamiento de los Datos.....	73
 CAPITULO V: ANALISIS INTERPRETATIVO DE LOS RESULTADOS.....		77
5.1.	Análisis Cuantitativo.....	78
5.2.	Prueba Estadística T de Student.....	121
5.3.	Análisis Cualitativo.....	126
 CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		132
6.1.	Conclusiones.....	133
6.2.	Recomendaciones.....	134

REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS.....	135
INDICE DE ANEXOS.....	137
ANEXO I: Cuestionario dirigido a Adolescentes.....	138
ANEXO II: Cuestionario dirigido a Padres de Familia.....	144
ANEXO III: Cuestionario de Habilidades Sociales.....	149
ANEXO IV: Inventario de Autoestima de Coopersmith.....	153
ANEXO V: Perfiles de los Sujetos del Estudio Comparativo.....	157
ANEXO VI: Programa de Capacitación.....	220
ANEXO VII: Cartas de los Jueces que aprobaron los Instrumentos.....	294



Universidad de El Salvador

Hacia la libertad por la cultura

AUTORIDADES CENTRALES.

- **RECTOR.**

ING. MARIO ROBERTO NIETO LOVO

- **VICE-RECTORA ACADÉMICA:**

MSC. ANA MARIA GLOWER DE ALVARADO

- **SECRETARIA GENERAL:**

DRA. ANA LETICIA ZA VALETA DE AMAYA



AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

- **DECANO:**

LIC. JOSÉ RAYMUNDO CALDERÓN MORÁN

- **VICE-DECANA**

MSC. NORMA CECILIA BLANDÓN DE CASTRO

- **SECRETARIO DE LA FACULTAD:**

MSC. ALFONSO MEJÍA ROSALES



AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

- **JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA:
LIC. WILBER ALFREDO HERNÁNDEZ**

- **COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO:
LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES**

- **DOCENTE ASESORA:
LIC. SARA ARELY BERNAL**



AGRADECIMIENTOS

Al finalizar un trabajo arduo y lleno de dificultades como el desarrollo de un trabajo de grado, es inevitable que nos asalte un muy humano egocentrismo que nos lleva a concentrar la mayor parte del mérito en el aporte que se ha hecho.

Sin embargo, el análisis objetivo nos muestra inmediatamente que la magnitud de ese aporte hubiese sido imposible sin la participación de personas e instituciones que han facilitado las cosas para que esta investigación llegue a un feliz término.

Por ello, es para mí un verdadero placer utilizar este espacio para ser justa con ellas, expresándoles mis agradecimientos.

*Debo de agradecer en primer lugar a **Díos**, por haberme permitido llegar a la finalización de mi carrera, a mi padre **Reynaldo Bonilla**, por apoyarme en todo lo largo de mi vida académica. Además de tener un agradecimiento muy especial a la **Licenciada Sara Arely Bernal**, por su amable colaboración como asesora de nuestro trabajo de grado. Así como también a mi compañera de trabajo de grado y Amiga: **Carla Carolina Galdámez**, no solo por estar conmigo durante este proceso, sino también por compartir momentos muy especiales y llenos de alegría a lo largo de nuestra carrera y vidas personales.*

*No puedo dejar de lado el agradecer a mi madre **María Demetría Carpio**, a pesar de no estar presente en este mundo ha sido una de las motivaciones más grandes en mi vida, así como también a **María Ester Bonilla** e **Irma Carpio**, que han hecho el papel de madres a lo largo de estos años. Desearía plasmar el nombre de muchas personas especiales, pero únicamente puedo hacer referencia a lo siguiente: agradezco enormemente a toda mi familia y a mis amigos por todo el apoyo que me han brindado, infinitas gracias a todos.*

“El éxito de la vida no está en vencer siempre, sino en no desanimarse nunca.”

Anónimo.

Blanca Lisbeth Bonilla Carpio.



AGRADECIMIENTOS

*Debo de agradecer en primer lugar a Dios, por haberme permitido alcanzar el primero de muchos logros, la finalización de mi carrera, a mis padres **Concepción Margarita Velásquez** y **Carlos Arlindo Galdámez**, por confiar en mí y apoyarme en todo a lo largo de mi vida académica y personal. Este logro académico no sería posible sin la colaboración especial de la **Licenciada Sara Arely Bernal**, por su afectuosa colaboración como asesora de nuestro trabajo de grado, así como también a mi mentor el **Licenciado Mauricio Evaristo Morales**, por siempre estar orientándome sabiamente en mi vida profesional y personal.*

*Este trabajo no tendría el mismo valor sin la colaboración de mi amiga y futura colega **Blanca Lisbeth Bonilla Carpio**, no solo por estar conmigo durante este proceso, sino también por compartir momentos muy especiales y ser una de las personas más valiosas y admirables que conocí a lo largo de la carrera, es especial por siempre estar presente en mi vida en los momentos difíciles. Me encantaría mencionar el nombre de muchas personas especiales, que siempre han estado apoyándome y animándome para lograr esta meta, pero únicamente puedo hacer referencia a lo siguiente: agradezco enormemente a toda mi familia y a mis amigos por todo el apoyo que me han brindado, infinitas gracias a todos.*

Carla Carolina Galdámez Velásquez



PRESENTACIÓN DEL
TRABAJO DE GRADO

**ESTUDIO COMPARATIVO DE
GÉNERO SOBRE LA
VULNERABILIDAD EMOCIONAL
DE LOS ADOLESCENTES ANTE LA
INFLUENCIA DE LAS REDES
SOCIALES.**



JUSTIFICACIÓN

En la actualidad la tecnología nos ha brindado un sinfín de beneficios, nos ha ayudado a encaminar una vida llena de comodidades, llena de avances científicos, y múltiples en avances de procedimientos cotidianos. Pero ha desvirtuado uno de los aspectos más importantes en el ser humano como lo es la interacción social, y las tan necesarias relaciones interpersonales que nos ayudan a no convertirnos en ermitaños.

El comportamiento humano se ve reducido a una relación con el ordenador, que si bien lo que se trasmite con letras puede ocasionar emociones, estas no son comparables con la calidez de la relación e interacción humana. Los adolescentes son los individuos más vulnerables por la revolución tecnológica, dejando de lado aspectos que pueden contribuir a un buen desarrollo de su personalidad. Son muchas las actividades relegadas al cajón de los recuerdos, ante la aparición de las tan populares redes sociales, que han causado un deterioro en la comunicación interpersonal, con la familia, amigos; y han evitado un acercamiento físico en el establecimiento de nuevas relaciones interpersonales, dando lugar a la instauración de múltiples problemas psicológicos y emocionales en los adolescentes y porque no mencionar que también en los adultos.

Esta investigación está dirigida a conocer la vulnerabilidad a la que se enfrentan los adolescentes cuando hacen uso de las redes sociales sin poseer las estrategias necesarias para poder interactuar de forma segura, de forma que les permitan distinguir entre una simple amistad y una relación más peligrosa que las pueden llevar al acoso ó abuso sexual. Es por ello que se ha tomado la iniciativa de investigar algunos de los efectos que las redes sociales han causado en las relaciones interpersonales, entre los adolescentes y su entorno, además de observar los rasgos que se han modificado socialmente con el uso continuo de esta tecnología que atrofia la vida e interacción social de los jóvenes.

También investigar cómo logran establecer nuevas relaciones fuera y dentro del uso de las nuevas tecnologías, y como son sus interacciones frente a frente. Con la aplicación del programa psicoterapéutico para prevenir la vulnerabilidad emocional de los adolescentes ante la influencia de las redes sociales es importante para poder abordar una problemática que ha invadido rápidamente a nuestros jóvenes y cambiado patrones importantes para un buen desarrollo social y personal de los adolescentes.



INTRODUCCIÓN

El presente documento da a conocer como se llevará a cabo el proyecto de grado “Estudio Comparativo de Género sobre la Vulnerabilidad Emocional de los Adolescentes ante la Influencia de las Redes Sociales” que surge como iniciativa de querer aportar algo constructivo al medio social más próximo al cual el equipo de trabajo pertenece, tomando en cuenta que la adolescencia es una etapa de tránsito entre la infancia y la vida adulta. Durante esta etapa, el adolescente experimenta cambios físicos y psicológicos que afectan a todos los aspectos de su personalidad.

Se presenta a continuación el planteamiento del problema donde se pretende explicar los antecedentes históricos del problema así como la realidad social en la que se encuentra inmersa en la actualidad dicho problema. En las sociedades desarrolladas las redes sociales han interferido con el establecimiento de las relaciones interpersonales y modificado el comportamiento de las personas, en su gran mayoría los adolescentes, en nuestro país la inserción y naturalización de la comunicación en las redes sociales ha sido como una epidemia que se ha propagado rápidamente con más desventajas que ventajas.

Este trabajo cuenta con un marco teórico conceptual el cual nos ayudara a comprender algunos de los comportamientos normales que se dan durante la etapa de la adolescencia y de qué forma pueden influir el constante uso de las redes sociales. Seguidamente se presenta el sistema de hipótesis y la definición de las variables operacionales.

Luego se encuentra la metodología en la que se describen las características de la población con la que se pretende llevar a cabo el estudio comparativo de género. A continuación se describe en forma general el instrumento a utilizar que servirá para los procesos de evaluación y medición de la problemática, también se presenta el procedimiento a seguir para la realización de dicho proyecto, a si mismo se da a conocer el diseño de investigación que se ejecutara para la comprobación de las hipótesis de dicho proyecto.

El siguiente capítulo trata sobre la presentación de los resultados donde se incluye el análisis estadístico y su valoración respectiva en cuanto a las hipótesis, también contiene la valoración cuantitativa y cualitativa de los resultados obtenidos. Finalmente se presentan las conclusiones y recomendaciones a las que se llevo como equipo de trabajo.

Se espera que mediante las recomendaciones que se han extraído de este estudio comparativo se genere un impacto positivo ante el buen uso que se debe de tener sobre las redes sociales él cual ayudará para proporcionar estrategias psicoterapéuticas para los adolescentes de cómo utilizar las redes sociales adecuadamente.

OBJETIVO GENERAL.

-  Comparar como el Género determina la Vulnerabilidad Emocional de los estudiantes de tercer ciclo del Área Metropolitana de San Salvador ante la influencia de las Redes Sociales

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

-  Identificar las diferencias en el comportamiento de adolescentes de tercer ciclo al utilizar las redes sociales.
-  Analizar cómo se da el establecimiento de relaciones interpersonales de los adolescentes que utilizan las redes sociales.
-  Conocer como la inadecuada autoestima propicia la vulnerabilidad emocional en los adolescentes de tercer ciclo que utilizan las redes sociales.
-  Determinar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales que muestran los adolescentes de tercer ciclo bajo la influencia de las redes sociales.



CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. ANTECEDENTES HISTORICOS.

Nunca como ahora las personas habían tenido la posibilidad de estar tan conectadas entre ellas. Internet ha propiciado que personas de distintos lugares del mundo con intereses en común pudieran conocerse y ponerse en contacto fácilmente, y las redes sociales son la herramienta facilitadora de ello. Pero las redes sociales no son algo que haya nacido con internet sino que han existido desde que existe la humanidad.

Más allá de las personas, el mundo está conectado a través de redes: el sistema eléctrico, internet, las rutas aéreas, las carreteras estas redes, en realidad, están formadas por infinidad de pequeñas redes conectadas entre ellas, y cada una de estas redes contiene nodos individuales, que se comportan de un determinado modo y sin los cuales nada de esto tendría sentido. En realidad, es fácil comprender el comportamiento de los nodos de manera individual, pero lo que los científicos llevan años intentando es comprender cómo funcionan y se desarrollan esos nodos cuando lo hacen en el conjunto de una red: cómo se conectan entre ellos y qué probabilidad tienen de establecer nuevas relaciones a medida que los nodos van estando cada vez más comunicados.

Además, debemos tener en cuenta que una red no es una foto de nodos interconectados estáticos, sino que dentro de las redes se realiza algo porque cada uno de sus nodos está en movimiento. Estamos hablando, por lo tanto, de algo dinámico y en evolución constante que debe ser estudiado de ese modo. La investigación relacionada con las redes da comienzo en el siglo XVIII, cuando el matemático Leonhard Euler empieza a desarrollar la teoría de los grafos¹. A partir de aquí y con el paso de los años, este asunto ha trascendido las matemáticas y ha ocupado a científicos de distintas ramas: psicología, sociología, física, etc.

¹ http://es.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_de_grafos

Otra teoría, denominada Seis Grados de Separación² es la hipótesis que intenta probar que cualquiera en la Tierra puede estar conectado a cualquier otra persona del planeta a través de una cadena de conocidos que no tiene más de cinco intermediarios (conectando a ambas personas con sólo seis enlaces), algo que se ve representado en la popular frase “el mundo es un pañuelo”. La teoría fue inicialmente propuesta en 1930 por el escritor húngaro Frigyes Karinthy en un cuento llamado Chains. El concepto está basado en la idea de que el número de conocidos crece exponencialmente con el número de enlaces en la cadena, y sólo un pequeño número de enlaces son necesarios para que el conjunto de conocidos se convierta en la población humana entera.

Desde el punto de vista de la sociología se presenta la teoría del mundo pequeño³, parte del enunciado formulado por Stanley Milgram que dice que cualquiera de nosotros puede conectarse con cualquier otro habitante del planeta empezando a partir de alguien a quien ya conoce y en no más de seis grados (personas). Esta teoría es muy popular incluso fuera del ámbito investigador y muchos científicos han trabajado en el tema para desentrañar su validez. Destacan las tareas de Steven Strogatz y Duncan J. Watts, los primeros que se propusieron validar la teoría de Milgram y a los cuales muchos siguieron posteriormente. Estos autores dicen que tendemos no tanto a tener amigos como grupos de amigos; cada grupo se asemeja a un pequeño agrupamiento basado en la experiencia, el lugar o los intereses compartidos por sus miembros, y se unen entre ellos por los recubrimientos que se crean cuando los individuos que figuran en un grupo también pertenecen a otros grupos.

Las redes del mundo están formadas por muchos grupos interconectados entre sí de modo que cualquier componente puede entrar en contacto con cualquier otro (lo que no significa que esto se haga siempre de manera sencilla, ya que cada nodo tiene una visión local de la red pese a tener posibilidades a nivel global).

² http://es.wikipedia.org/wiki/Seis_grados_de_separacion

³ http://es.wikipedia.org/wiki/Modelo_Watts_y_Strogatz

Las redes sociales muestran en general un gran agrupamiento; es decir, que si imaginamos una red, lo que ocurre es que la mayoría de personas dentro de un grupo comparten amigos. Estos grupos además suelen formarse por contexto (compañeros de trabajo, un interés específico, etc.), lo que acentúa el carácter circular de las relaciones (a las uniones dentro de un grupo las llamamos afiliaciones y, por lo tanto, a los unidos los llamamos afiliados); por decirlo de algún modo. Puesto que la utilidad en una red la obtenemos principalmente de quien puede ofrecernos nueva información y puntos de vista (y nuestros amigos habitualmente no pueden, puesto que tienen una visión de las cosas muy parecida a la nuestra).

1.2. IDENTIFICACION DEL PROBLEMA

Los adolescentes nacidos inmersos en la sociedad de la información, han encontrado en las tecnologías un medio extraordinario para relacionarse, comunicarse, aprender, satisfacer su curiosidad y divertirse. Los medios de comunicación proporcionan un espacio de pertenencia para los adolescentes, en esta etapa encuentran en estos medios una posibilidad de obtener información y de interactuar con distintos fines. Estos elementos constituyen parte esencial de la representación de esta etapa, pues al interactuar a través de estos espacios los adolescentes crean una idea sobre su mundo y sobre la forma en que se relacionan.

Entre las herramientas que permiten a los adolescentes relacionarse hoy en día, se encuentran las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación).⁴ En especial en las redes sociales, los jóvenes han encontrado el medio a través del cual pueden ser, pueden expresar sus sentimientos y pensamientos, ellos mediante esta herramienta pueden elegir lo que quieren hacer y cómo quieren hacerlo, ya que actualmente los adolescentes tienen una activa participación a través de este medio, llega a tener una comprensión de su mundo y que conforma

⁴ http://es.wikipedia.org/wiki/Tecnologias_de_la_informacion_y_la_comunicacion

así la comprensión que se tiene sobre sí mismo, es decir, la forma en que construye su sentir, su hacer y su pensar, de esta manera llega a consolidarse su identidad.

El uso de las nuevas tecnologías por parte de los adolescentes, en ocasiones trae consecuencias a su persona y la repercusión que tienen en su modo de vida. Desde que se popularizaron las redes sociales, y como había ocurrido antes con los videojuegos o los mensajes de texto, comenzó a temerse que la adictiva red social afectara al comportamiento de los adolescentes. Cada día miles de adolescentes responden esta pregunta en Facebook "¿Qué estás pensando?" esta es una de las redes sociales más populares, siendo un refugio para tímidos y escaparate para narcisistas, al mismo tiempo siendo un dolor de cabeza para padres alarmados por los estudios que relacionan esta plataforma con el fracaso escolar y la depresión.

En lo que corresponde al fenómeno de la red de redes sociales, no hubiera existido en una sociedad carente de computadoras personales, surge precisamente, cuando la mayoría de los hogares tiene al menos una computadora en casa. Su penetración global tiene la misma base: el acceso de una u otra manera a la computadora y, claro, a internet. Los usuarios de las redes sociales parecen alejarse de la comunicación personal e inmediata, pero utilizan la red para expandir su comunicación principalmente con amigos, familiares, colegas de trabajo y otras personas con quienes tienen alguna afinidad.

El adolescente cuando está frente a una computadora no comparte su vida en un entorno social directamente con sus pares, la comunicación virtual puede despertar en algunos jóvenes comportamientos erráticos, nos referimos a que muchas veces los adolescentes pierden la inhibición cuando están en la red. Esto puede provocar que algunos actúen de manera audaz y equivocada, sin tomar conciencia de que se exponen o exponen a otros (fotos inadecuadas o videos o comentarios).

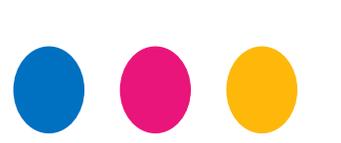
Poniendo en evidencia la situación actual de vulnerabilidad emocional de los adolescentes ante la influencia de las redes sociales, se vuelve viable y factible realizar el presente estudio comparativo, ya que se cuenta con una población de adolescentes que cumplen con los parámetros para realizar dicho estudio. Así mismo se cuenta con el recurso económico para todos los materiales y gastos que el estudio involucre. También se cuenta con la disponibilidad de tiempo para realizar el estudio comparativo y cumplir con los objetivos de la investigación.

1.3. ENUNCIADO DEL PROBLEMA.

¿Cuál es la incidencia del género en la vulnerabilidad emocional de los adolescentes de tercer ciclo del área Metropolitana de San Salvador ante la influencia de las redes sociales?

1.4. DELIMITACION DEL PROBLEMA

Estudio Comparativo de Género sobre la Vulnerabilidad Emocional de los Adolescentes de Tercer Ciclo, pertenecientes al Centro Escolar “General Francisco Morazán” y el Liceo Cristiano “Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica”, ante la Influencia de las Redes Sociales, en el año 2013.



CAPITULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. GENERALIDADES DE LA ADOLESCENCIA.

Desde hace poco tiempo la adolescencia ha sido denominada los **terrible teens**, ya que muchos padres y educadores temen a este lapso de vida, debido a los constantes problemas que presenta, después de un largo periodo de comportamiento relativamente estable, el niño se torna súbitamente falto de equilibrio, inestable y sus reacciones son imprevisibles a medida que entra en la adolescencia.

Tampoco es la adolescencia una edad o un periodo que resulte fácil convivir con el niño en desarrollo. El adolescente es torpe, irregular y desconcertante en sus reacciones. En los pocos momentos que tienen de calma, los adultos reconocen que cuando los jóvenes parecen difíciles, presentan síntomas que por lo común acompañan al desarrollo. Por lo tanto algunos de los síntomas durante esta etapa suelen ser cambios radicales a medida se pasa de la niñez a la a la adultez, se supone que en esta época se despoja automáticamente de las características indeseables adquiridas durante la niñez, y que desarrolla de alguna manera misteriosa, y con poco o sin ningún esfuerzo de su parte los rasgos favorables que le han de ser muy útiles cuando llegue a la adultez.

Como anteriormente hemos descrito el periodo entre la niñez y a adultez se denomina **adolescencia** y este vocablo “proviene del verbo latino *adolescere* que significa crecer o llegar a la maduración. Esto significa no solo un crecimiento físico, sino también el desarrollo mental. En el aspecto somático representa alcanzar una estatura adulta, la adquisición de rasgos físicos característicos del individuo adulto, y el desarrollo del aparato reproductor que hace posible la reproducción. En lo cognoscitivo, está maduro el individuo cuya inteligencia haya alcanzado un desarrollo máximo. Se supone que, acompañado a la madurez mental, se logren la madurez emocional y social; pero en la época moderna, con

su gran complejidad y elevado estándar de vida, solo pueden lograrse luego de cierto periodo, necesario para su obtención.”⁵

En términos generales, la adolescencia se extiende desde el momento de la madurez sexual hasta la edad en la que se asegura por vía legal la independencia respecto de la autoridad por el adulto. Por lo tanto, debemos considerar a los veintiún años como edad legal de la madurez y del final de la adolescencia.

2.2. CONDUCTA Y ADAPTACIÓN DEL ADOLESCENTE.

2.2.1. Conducta.

Al igual que en los años de la infancia, el desarrollo que tiene lugar en la adolescencia sigue una secuencia ordenada. Como todos los adolescentes siguen un tipo de desarrollo muy similar, es posible observar en ellos ciertas formas de características de conducta.

El adolescente típico de nuestros días, se revela ante los requerimientos y prohibiciones de la familia, se muestran ansiosos e indecisos, turbados y faltos de seguridad en sí mismos, buscan la seguridad que les otorga el grupo de individuos de su misma edad, y muestran tendencia a ser snobs⁶, y a excluir a los miembros que no son de su camilla. Todos los adolescentes ansían tener la aprobación de quienes son un poco mayores que ellos; se turban y se preocupan por lo atinente a su desempeño de su papel masculino o femenino, acerca de qué hacer y que decir y acerca de qué no hacer y qué no decir para ser “masculinos” y “femeninos”; sienten temor de lo sexual y poseen un sentimiento de fuerte lealtad, y devoción hacia su grupo.

Los cambios que tiene lugar en la pre adolescencia y en el periodo inicial de la adolescencia, son mayores que los que ocurren más tarde, y acompañan a las rápidas modificaciones de conducta. En el periodo final de la adolescencia, los cambios de orden físico son casi imperceptibles; sin embargo, esto no es cierto en

⁵ Elizabeth B. Hurlock “psicología de la adolescencia” cap. I

⁶ Mimetismo social.

el mismo grado, con respecto a las modificaciones de la conducta. Ocurren cambios tanto en lo físico como en la conducta, pero a un ritmo más lento en los años iniciales de la adolescencia.

Los adolescentes de nuestra cultura para ser felices y lograr una buena adaptación, deben dominar las siguientes etapas.

- Lograr relaciones nuevas y serias con los compañeros de su edad, de ambos sexos
- Asumir un papel social masculino o femenino definido.
- Aceptar su aspecto físico y ejercitar eficientemente su cuerpo.
- Lograr la independencia emocional de los padres y otros adultos.
- Alcanzar la seguridad de una independencia económica.
- Elegir una ocupación y adiestrarse para ella.
- Prepararse para el matrimonio y la vida familiar.
- Desarrollar las aptitudes intelectuales y los principios necesarios para la vida ciudadana.
- Desear y lograr una conducta socialmente responsable.
- Adquirir una norma de valores y un sistema ético como guía para la conducta⁷

2.2.2. Adaptación.

La adolescencia es un periodo de transición entre la niñez y la edad adulta. El individuo es adulto cuando puede ocupar su puesto y desempeñar su papel en asunto de adultos, en lo físico, social y económico. Se considera que un individuo es adolescente mientras no actúe como adulto.

Mientras el individuo se encuentra en este periodo de transición pasa de los hábitos de conducta infantiles a las maduras. Ahora debe aprender a valerse por sí mismo y enfrentar al mundo por sí solo, sin que sus padres y maestros

⁷ Havighurst 1953

actúen como “paragolpes”, como lo hacían cuando era niño. El éxito con que atraviese este periodo de transición, dependerá en gran parte lo bien que haya sido preparado para ello. El individuo se halla ahora en el umbral de la adultez, época en que debe de tomar decisiones y realizar ajustes que tendrán proyecciones trascendentes para su futuro.

Dentro de la adaptación que los adolescentes tienen que ejercer en esta parte tan peculiar de su vida también existen una serie de inestabilizadores que les hacen más difícil lograr una adecuada adaptación a esta etapa.

Una de las características más sorprendentes de este misterioso periodo de la vida humana, es la simultaneidad de tendencias contradictorias, que se excluyen. La adolescencia es, a la vez, improductiva y prodigiosamente creadora y fértil. La centralización inútil e irresponsable de todos los intereses en el yo se da conjuntamente con una capacidad casi ilimitada de auto sacrificio idealista. “el amor apasionado y altruista coexiste con la fría indiferencia.”

La inestabilidad en la adolescencia no es debida a una sino a muchas causas, la más importante de las cuales son:

- Desarrollo rápido e irregular.
- Faltas de conocimiento y experiencia.
- Exigencias contradictorias.
- Interrupciones en la instrucción.

Dentro de los efectos que la inestabilidad deja sobre la conducta del adolescente podemos destacar que algunas de ellas son la falta de seguridad en sí mismo, e inseguro de la posición que ocupa. Tiende ser agresivo, retraído y a encontrarse incómodo. Se torna extremadamente sensible y reservado, en especial cuando esta con gente que el teme que no lo entienda o lo ponga en ridículo. La reserva puede tomar la forma de distanciamiento e indiferencia o de bravatas y despectiva altanería. Siente con intensidad, se ve afectado por estados emocionales, es dado a las fantasías y es propenso a las súbitas explosiones

temperamentales. Se va a los extremos, porque teme ser incapaz de demostrar su total competencia. Algunos adolescentes exageran su dedicación a las tareas escolares, otros se lanzan febrilmente a las prácticas de los deportes mientras que otros dedican su tiempo casi exclusivamente a las actividades sociales.

En su lucha por la independencia el adolescente protesta en forma vehemente contra las decisiones protectoras de los adultos; pero cuando es incapaz de administrar su independencia tan bien como cuando era menor, solicita protección en términos que no se le escuchaban desde la época de la infancia. Pocas veces es tan santo como pretende pero también es raro que llegue a los extremos de la conducta antisocial que él afirma desea adoptar. Su palabra y su conducta real son típicamente contradictorias: es un idealista, pero su comportamiento no siempre lo demuestra. En un momento dado, sigue con total rigidez una norma de conducta idealizada pero súbitamente viola o habla de trasgredir toda norma aceptable. Sus relaciones con los demás son desconcertantes, en un momento odia y en el siguiente ama.

2.3. EMOCIONES EN LA ADOLESCENCIA.

La mayoría de los investigadores de la adolescencia concuerdan que este periodo se caracteriza por un aumento en la emotividad. No están de acuerdo en que esta hiper emotividad pueda ser denominada tormenta de tensión, frase que significa que es de carácter intenso y continuo. No se discute el hecho de que en un momento u otro de la adolescencia haya aumento de la emotividad; pero esta no es lo suficientemente intensa como para que se le denomine “tormenta y tensión.”

Así mismo las causas de la acentuada emotividad han sido objeto de muchas controversias; el punto de vista más antiguo les atribuía, casi sin discusión a las notables modificaciones glandulares que ocurren en la adolescencia, principalmente las de las glándulas sexuales. Sin embargo las investigaciones más recientes han demostrado que el periodo de mayor tensión emocional no coincide con las etapas en que las alteraciones glandulares son más

pronunciadas. La pubertad es el periodo de mayor conmoción glandular, mientras que la mitad y el final de la adolescencia son las épocas en que la emotividad llega a su punto máximo. *“Aunque los cambios glandulares y físicos indudablemente tienen su importancia, los factores sociales parecen ser de mucha mayor trascendencia.”*

2.3.1 Causas del aumento de la emotividad.

En cualquier edad el proceso de adaptación va acompañado de tensión emocional; cuanto más difícil sea dicho proceso, tanto mayor va acompañado de tensión emocional, cuanto más difícil sea dicho proceso tanto mayor será el componente emotivo. La razón de que esto ocurra es que la adaptación exige una revisión de los hábitos, no solo de los motrices sino también de los mentales.

Existen muchas causas que originan en el adolescentes sentimientos de inseguridad e incertidumbre y que, como resultado, lo predisponen a un aumento de la emotividad. Todas ellas son producto de factores ambientales y sociales por tal motivo es lógico llegar a la conclusión de que el aumento de la tensión emocional durante la adolescencia es atribuible a factores sociales y no glandulares como se creía antes.

Los factores que predisponen a los adolescentes a altos niveles de emotividad son los siguientes.

- *Relaciones familiares desfavorables:* desgraciadamente muchos adolescentes carecen de relaciones favorables con sus padre, y a muchos les falta el control emocional suficiente. Como resultado, experimentan emociones desordenadas durante la adolescencia, a causa de conflictos interiores y de inadecuada preparación.

- *Relaciones provocadas por la supervisión paterna.* Algunos padres no advierten la rapidez de los cambios que se producen durante el desarrollo puberal y como resultado no modifican su tratamiento con el adolescente para responder a su nuevo panorama; pero como

aquí ha dejado de ser niño se revela si se le trata como tal. Además el adolescente interpreta mal la ayuda paterna creyendo que se le trata injustamente.

- *Obstáculos que impiden que el adolescente actúe como él quiere.* Los obstáculos financieros que impiden al adolescente poseer las cosas de las ventajas escolares, las diversiones o el dinero para gastos que tienen sus amigos constituyen motivo de honda preocupación para él. Siempre se encuentran con amigos que tienen más que él o cada vez que piensan en el problema económico experimenta un trastorno emocional. Las restricciones paternas y la dependencia económica son obstáculos que dificultan los matrimonios entre jóvenes; la desviación de un impulso tan fuerte como el que condiciona la unión de ambos sexos, provoca tensión emocional, a menos que se encuentran vías de escape satisfactorias para sustituirla.

- *Situaciones en las que el individuo se siente inadaptado.* El adolescente se ve frustrado y desorientado ante muchas situaciones que debe de enfrentar por primera vez, y para las cuales no está aun debidamente preparado. Cuanto mayor sea el número de nuevas situaciones a las que deba de adaptarse de una sola vez mayor será la frustración y su desequilibrio.

- *La conducta más seria que la sociedad espera.* A medida que el niño se transforma en el individuo físicamente maduro, el grupo social espera que piense y actúe como adulto. Educadores y psicólogos han señalado que muchos de los problemas del adolescente, constituyen en parte un derivado de la filosofía social, educacional, y económica, de nuestra cultura. A los adolescentes se les hace sentirse inseguros e incapaces con comentarios tales como:

“lo que importa es la personalidad”, o “podrías ser el mejor de tu clase”. La publicidad moderna con sus advertencias relativas al mal aliento y otros trastornos físicos constituye una amenaza para los sentimientos de seguridad del adolescente, puesto que este se pregunta cuál es su posición y como le afectan esas condiciones. Sería mucho mejor que en vez de ejercer presión social sobre el adolescente se intentara crearle el sentido de valor personal, y ayudarle así a establecer en su trabajo y en sus relaciones sociales, índices de rendimiento que estén en consonancia con sus aptitudes y necesidades.

- *Adaptación a nuevos ambientes.* Para el adolescente la adaptación es particularmente difícil, por dos razones: se espera que él se adapte a varios ambientes, nuevos en un periodo relativamente corto, y sus hábitos de adaptación a un ambiente infantil, firmemente establecidos, lo han acostumbrado a pensar de manera infantil. En la adolescencia un periodo en el que el individuo tiene un aspecto adulto, se espera que se adapte a estos ambientes como lo haría un adulto, y se comporte de conformidad con la mentalidad adulta.
- *Adaptación al sexo opuesto.* Este interés hace que el adolescente busque evidentemente dicha compañía. Sobre que conversar o cual habrá de ser el comportamiento social correcto, y muchas dificultades afines, causan perplejidad al adolescente, para quien todos estos problemas son nuevos. Como en toda complicación desconocida en que debe de realizarse una adaptación, estas provocan tensión nerviosa y excitación emocional general.
- *Fracasos escolares.* Cualquiera que sea las causas de sus fracasos los adolescentes son extremadamente sensibles ante ellos. La perturbación emocional puede llegar a ser más intensa como para que abandonen la escuela o el hogar e incluso se suiciden.

- *Conflictos con la familia y amigos.* Cuanto más piensan más perturbados se sienten, prontos para reaccionar violentamente ante la menor provocación. Las principales causas de las dificultades son la disciplina paterna demasiado estricta, la muy escasa independencia del adolescente y la falta de comprensión de los intereses del mismo.

- *Dudas religiosas.* El individuo encuentra que su preparación escolar o las creencias religiosas de sus amigos están en desacuerdo con las creencias de su infancia.

- *Comprensión más seria.* Situaciones que en la infancia no despertaban ninguna reacción emocional, las provocan en la adolescencia. La forma en que el individuo interpreta una situación determina la forma en que responderá a ella; y la forma en que interpreta esa situación dependerá en parte de sus experiencias pasadas. El adolescente inmaduro interpreta las situaciones de manera muy similar a como lo hacía cuando era niño. Esto lleva a reacciones emocionales inmaduras, especialmente explosiones temperamentales que hacen recordar los días de infancia.

2.4. LA CONDUCTA MORAL EN LOS ADOLESCENTES

Como el individuo posee muchas posibilidades de conducta, debe elegir entre los diversos modos de actuar. A su vez, lo que él elija determinará la cualidad de su conducta; y a su vez esta conducta será juzgada como buena o mala según el efecto que ejerza sobre los demás. Cuando una persona llega a ser moralmente “madura”, su conducta se haya regulada por el autodominio, no por directivas impuestas por el ambiente en que vive. Según Wrenn (1949) una persona

moralmente madura es “un individuo disciplinado que posee completo dominio de si mismo, que dirige la situación dentro de si mismo y sin regulación externa”.

El individuo es juzgado por la forma en que se adapta o no a las normas del grupo. Estos juicios hacen que la sociedad califique al individuo como “moral” ó “inmoral”, según su grado de adaptación. Por medio de tales juicios, el individuo adquiere una “reputación” en el grupo. El que se adapta a los dictados de este no solo logra buena reputación, sino que también experimenta satisfacción. Por el contrario, las desviaciones de las normas de su grupo se traducen en una mala reputación y sentimientos de culpa. Como lo ha señalado Hollingworth (1949): “muchos problemas de adaptación de la adolescencia dependen de dilemas morales”.

La moralidad se adquiere porque el individuo aprende a orientar su conducta adaptándose a los códigos ó los “valores” morales que ha adquirido del grupo, este aprendizaje se realiza de tres maneras: por medio de las recompensas y castigos, por la imitación inconsciente de aquellos con quienes el individuo se haya vinculado y a quienes considera su “ideal”; y a través de la reflexión que permite elaborar principios morales de carácter general aplicables a las situaciones que pueden surgir en el futuro y que sean similares a aquella en que se formo el principio moral.

Los valores morales adquiridos en la infancia, generalmente son aceptados por el niño sin discusiones. Muchos de estos valores son trasferidos a la adolescencia en forma muy similar a la que fueron adquiridos en la infancia. El adolescente de hoy en día se enfrenta a mayor número de alternativas morales que las que jamás tuvieron que enfrentar los miembros de las generaciones anteriores. Esto se debe a muchas causas, las más importantes son las siguientes:

- a.** El movimiento de la sociedad moderna, que hace que el adolescente abandone el grupo vecinal y familiar a edad temprana.

- b.** El rápido cambio de las fases de la vida, que ha provocado el derrumbe de normas morales bien establecidas, haciendo que los padres carezcan de seguridad en su enseñanza de los preceptos de ética.
- c.** El poder que ejercen los códigos para adolescentes sobre muchos de los grupos juveniles, con escasa supervisión, con escasa supervisión por parte de los códigos para adultos. (Landis 1952).

Los adultos interpretan para el niño los códigos morales de la comunidad y lo castigan cuando viola dichos códigos. El descuido de la educación moral en la infancia o la incapacidad para castigar al niño cuando este viola intencionalmente las normas aceptadas por el grupo, provoca el establecimiento de códigos defectuosos, que pueden constituirse en una fuente de dificultades en épocas posteriores. Solamente al llegar a la adolescencia el individuo piensa por sí mismo, ya no está dispuesto aceptar sin discusión los conceptos de bien y mal de los adultos o de sus compañeros. Tomando como base sus conceptos morales infantiles, el adolescente elabora un código propio de moral, cuyas razones son meditadas conscientemente.

En general se supone que las modificaciones de los conceptos morales acompañan al proceso de maduración sexual que a medida que el individuo pasa por esta fase, también madurará moralmente. El desarrollo moral no es un proceso automático, ni madura por propia voluntad; es un producto del aprendizaje y depende no solo de la madurez mental del individuo, sino también de su educación y de las oportunidades de reflexionar independientemente de los problemas morales.

El hecho de que el adolescente alcance el nivel más alto de conducta moral. En la que su comportamiento se halla regulado por los principios y la determinación morales o que llegue apenas al nivel inferior ó popular en que la conducta es dirigida por el elogio y la recompensa de su ambiente social inmediato, dependerá

en gran parte del grado en que revise sus conceptos morales a medida que transcurre la adolescencia.

Se han realizado cantidad de estudios de las modificaciones de los valores morales asignados al mismo hecho a diversas edades. Dichos estudios demuestran cómo se modifican los conceptos de bien y mal a medida que aumenta la edad, tornándose a veces más liberadas y a veces más conservadores. Se ha encontrado que la mentira como forma de falta de honradez sigue un prototipo similar al de hacer trampas. Antes de la adolescencia, existe gran tendencia a aceptar las enseñanzas paternas relativas a la mentira y a censurarla como mala en todas las circunstancias.

El afán de destrucción es considerado moralmente malo antes del final de la infancia, los adolescentes consideran que es tan malo destruir cosas simplemente por el placer de hacerlo, que pocos de ellos pueden imaginarse a sí mismos dedicándose a tales actividades. El valor moral significa defender los propios derechos y los derechos de los demás, la mayoría de los adolescentes cree que deben defender a todo el mundo de las habladurías, aunque manifiestan indecisión para actuar por temor a que esto desagrade a los que ocupan posiciones de autoridad o pongan en peligro su popularidad. La lealtad como valor moral aun no está desarrollada durante el periodo inicial de la adolescencia, a menudo la fidelidad hacia los amigos está subordinada a otros valores.

El conocimiento de lo bueno y lo malo no garantiza necesariamente una conducta concordante con dicho conocimiento. Durante la edad en que suele asistirse al colegio secundario hay poca relación entre los valores morales que se profesan y la conducta real, aunque las jovencitas son más fiscalizadas que los muchachos en su proceder, por los padres.

Hay cuatro motivos por los cuales todo adolescente necesita de la disciplina; y por ello la disciplina puede ser considerada como una “necesidad de desarrollo” de la adolescencia. Estos motivos son los siguientes:

1. La disciplina brinda al adolescente un sentimiento de seguridad al saber dónde se encuentran sus fronteras, límites y libertades, eliminando de este modo la confusión.
2. La disciplina le permite vivir de acuerdo con ciertas normas para experimentar menores sentimientos de culpabilidad.
3. La disciplina lo ayuda a hacer lo que corresponda para merecer elogios y esto a su vez, lo estimula a continuar.
4. El realizar lo que se pretende que él haga aumenta la fortaleza del yo del individuo. (Geisel, 1951).

El adolescente que no se adapta bien en el hogar, el colegio, o entre sus compañeros, habitualmente comete más faltas de conducta que el adolescente que se haya adaptado. Cuando un adolescente pertenece a un grupo, debe comportarse del mismo modo que sus amigos, para mantener su ubicación en ella. A una muchacha puede no gustarle fumar y puede pensar que está mal violar las reglas familiares o escolares con respecto a esto pero si sus amigas fuman ella también debe fumar para evitar que estas le hagan sentir que no es una del grupo. Hollingshead (1949), ha señalado de este modo la intensidad de las presiones sociales que ejerce el grupo: “para poder estar en un grupo en el que las actividades consideradas tabú por la sociedad constituyen parte de sus normas de conducta, uno tiene que tomar parte en dichas actividades. El motivo de esto es que la afiliación depende: primero de la adaptación a los valores que sostiene la mayoría del grupo y segundo de la compatibilidad existente entre el individuo y las actividades en que participa el grupo”. Debido a esta necesidad de los adolescentes de pertenecer a un grupo y tomando en cuenta que la mayoría de la población mundial cuenta con por lo menos una red social, resulta indispensable para las nuevas generaciones de jóvenes mantenerse comunicados y adaptarse a las exigencias que la tecnología está imponiendo a la sociedad.

2.5 LOS INTERESES SEXUALES EN LOS ADOLESCENTES.

La mayoría de los adolescentes adquieren conocimientos de los diversos temas de información sexual antes de llegar a la edad en que comienzan la enseñanza en secundaria. Incluso antes de los diez años poseen considerable instrucción sobre dichos temas. Por regla general, los varones poseen mayor información sobre la fisiología sexual masculina que sobre la femenina, en general las niñas llegan a enterarse de las cuestiones sexuales algo más tarde que los niños.

La cantidad y exactitud de la información recibida por el individuo depende hasta cierto punto de los conocimientos que poseen los padres. En su mayoría, los niños cuyos padres están bien informados dispondrán de mayores conocimientos relativos al sexo que los niños cuyos padres tienen escasos conocimientos. Los hijos de familias profesionales habitualmente tienen información más amplia que los de las familias de empleados u obreros calificados. Los niños de madres empleadas, especialmente cuando están desempeñando tareas profesionales poseen mayor facilidad para obtener información para sus hijos, que los niños cuyas madres son amas de casa.

El interés por las cuestiones sexuales aumenta en la pubertad como resultado de los cambios fisiológicos que se producen en ese periodo, al principio el interés se centra en los cambios fisiológicos que se producen en el organismo del individuo o en el de sus amigos, más tarde, la inclinación por los integrantes del sexo opuesto despierta la curiosidad acerca de la forma en que ellos son afectados por la maduración sexual y las modificaciones que produce dicha maduración.

La curiosidad relativa a cuestiones sexuales impulsa al adolescente a buscar información en cualquier fuente. Algunos estudios han revelado que las fuentes de información corrientes son los padres, parientes, compañeros, libros, revistas, folletos, la escuela, el cine, internet, etc. El que las actitudes sexuales de los adolescentes sean sanas ó no será determinado en gran parte por las personas

que instruyen al niño acerca de cuestiones sexuales y por experiencias concretas que haya adquirido en este tema. La “conspiración del silencio” en el hogar y la importancia dada a los “no debes” provocan actitudes desfavorables. Además cuando gran parte del conocimiento del adolescente sobre las cuestiones sexuales ha provenido de cuentos obscenos o literatura pornográfica, ello intensifica las actitudes desfavorables ya existentes.

En cada cultura existen muchos factores que son responsables de la formación de la actitud del individuo hacia lo sexual. Los más importantes de dichos factores son los siguientes:

1. La familia, que trasmite a los niños el prototipo cultural de grupo con respecto a las actitudes y la conducta sexual.
2. La cultura del grupo
3. La posición social de la familia
4. El grado de participación del individuo en el grupo que determina la influencia que ejerce este grupo sobre sus actitudes.
5. Las películas, internet y otros medios de comunicación

Tomando en cuenta la diversidad de formas de acceder a la información actualmente los adolescentes si no tienen la orientación adecuada de sus padres pueden interpretar erróneamente la información sexual que encuentran porque no suelen poder comentar sus dudas con sus padres por que el sexo es considerado un tema tabú en muchas cultural aun, creando un brecha entre padres e hijos.

2.6 LAS CITAS Y NOVIAZGOS EN LOS ADOLESCENTES.

Todo grupo cultural posee su propio tipo de cortejo aprobado por la sociedad, cada adolescente adquiere el prototipo estereotipado de sus padres, compañeros y medios de comunicación. Los jóvenes aprenden a adaptarse a este tipo cultural, porque descubren que cualquier desviación de él provoca la desaprobación de la sociedad.

El significado de tener “citas” ha cambiado sensiblemente en los últimos años, y esto ha influido sobre las normas del noviazgo. En el pasado, una cita o dos con una chica significaba un fuerte interés romántico y llevaban la intención implícita de proponerle matrimonio; hoy en día, las citas no son más que experiencias agradables para los que participan de ellas, e incluso las “relaciones formales” no son considerables como una auténtica indicación de intenciones matrimoniales serias. Lo que los adolescentes hacen durante las citas ha cambiado asimismo en cuanto a su aprobación social. Los cambios experimentados por las sanciones sociales relativas a donde pueden ir los jóvenes durante las citas, las caricias amorosas, y el deber, han afectado notablemente la forma de galanteo entre los adolescentes de hoy día.

El tipo de conducta en el noviazgo se haya influido por los diversos medios de comunicación: como el diario, televisión, internet, cine entre otros, lo que el adolescente ve o lee le sirve como modelo sobre el cual basar su propia conducta, se ha encontrado que tanto los muchachos como las jovencitas imitan las técnicas amorosas observadas en la pantalla, así como copian las ropas, la forma de hablar, y otras características de los actores y actrices.

Mead (1949) ha señalado dos razones para el establecimiento de relaciones serias en la adolescencia. La primera es que los jóvenes cuya activa sexualidad ha sido genuinamente despertada, de modo que pueda decirse que están “enamorados”, opinan que las citas, como deportes, carecen de sentido, porque cada uno prefiere la compañía del otro. La segunda es la que los jóvenes que no están enamorados depende uno del otro para la protección. Esto es más notorio con respecto a los adolescentes impopulares que ocultan su fracaso simulando que se prefieren mutuamente.

Los factores más importantes en la determinación de la atracción de un individuo del sexo opuesto, ya sea como “compañero de citas” son las siguientes:

- Belleza física: el aspecto de la belleza que atrae a un adolescente no tiene porque atraer necesariamente al otro.
- Modo de vestir: el estilo de las ropas, el arreglo y el adorno personales son poderosos factores para traer a los compañeros del sexo opuesto.
- Edad: en su mayoría, los adolescentes son atraídos por individuos de aproximadamente su misma edad.
- Inteligencia y Educación: como la inteligencia y los intereses se hallan estrechamente relacionados, pueden haber poca compatibilidad entre individuos de diferente niveles intelectuales.
- Personalidad: los adolescentes de hoy se sienten atraídos y toman por compañeros de citas a individuos de sexo opuesto que sean sociables y tengan personalidades agradables.
- Similitud de intereses: la similitud de atractivos no solo es responsable del acercamiento amistoso de dos personas de sexo opuesto, sino que constituye un factor importante en el desarrollo de la relación amorosa.
- Creencias religiosas: cuanto más devoto de su creencia religiosa sea un joven, tanto más probable es que se sienta atraído por una muchacha de la misma creencia.
- Antecedentes familiares: cuando se conciertan citas, a veces se atraviesan los límites de la clase social.

2.7 LAS RELACIONES FAMILIARES EN LA ADOLESCENCIA.

Como la relación de padre e hijo/a, o de madre e hijo/a se encuentra en estado de corriente constante, es esencial que todo lo incluido en ella se adapte a este cambio. Cuando llegan a la adolescencia, las presiones que ejercen sobre los padres son aun mayores que las del niño. Los adolescentes desean entonces desarrollar una existencia sociales, económica y emocionales, muchas de las cuales no solo hacen perder tiempo y energías a sus padres, sino que son poco razonables que estos creen que deben reprimirlas.

A su vez, el padre formula nuevas exigencias al adolescente: como este ya no es más un niño, le exigen ahora que se comporte de acuerdo con su edad. Los padres esperan que el adolescente contribuya a aliviar parte de las cargas del hogar e incluso que contribuya económicamente a su sustento, que piense seriamente y que se prepare para su futuro. Cuando el adolescente es demasiado serio, sus padres exigen que “se divierta mientras es joven”; si por el contrario le gustan las bromas, le exigen que se tranquilice y se tome la vida más en serio.

Como en las relaciones familiares se produce una delicada interacción de fuerzas psíquicas, pueden que dicha relación se trastorne si un miembro de la familia no satisface la expectativa familiar. Como Berman (1948) lo ha señalado: “cualquier experiencia emocional que perturbe el equilibrio psíquico de un miembro de la familia provocará una perturbación en el equilibrio psíquico de todos los miembros de la familia”.

2.8 DEFINICIÓN DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

Son sistemas de transmisión de mensajes que se difunden a un gran número de receptores a través de diferentes técnicas y canales. Los medios de comunicación son canales artificiales que permiten la comunicación interpersonal entre emisor y receptor: el teléfono, teléfono celular, el correo de papel (la carta y el telegrama). También se pueden considerar como medios de comunicación personal la radio, internet (el chat), y la televisión, pues actualmente permiten establecer comunicación con el auditor, receptor y televidente de manera inmediata en el tiempo y en el espacio. Entre los distintos medios de comunicación destacan los llamados Medios de Comunicación de Masas, es decir, aquellos canales artificiales a través de los cuáles se transmiten mensajes que se dirigen a un receptor colectivo o social. En el proceso de comunicación de masas se traspasan las fronteras del tiempo y del espacio.

2.8.1 Tipos de Medios de Comunicación⁸

Los medios de comunicación son el canal que los publicistas utilizan para transmitir un determinado mensaje a su mercado meta, por tanto, la elección del o los medios a utilizar en una campaña publicitaria es una decisión de suma importancia porque repercute directamente en los resultados que se obtienen con ella. En primer lugar, cabe señalar que los medios de comunicación se dividen, de forma general, en tres grandes grupos, según los tipos de medios de comunicación que engloban:

- **Medios Masivos:** Son aquellos que afectan a un mayor número de personas en un momento dado. También se conocen como medios medidos.
- **Medios Auxiliares o Complementarios:** Éstos afectan a un menor número de personas en un momento dado. También se conocen como medios no medidos.
- **Medios Alternativos:** Son aquellas formas nuevas de promoción de productos, algunas ordinarias y otras muy innovadoras.

En segundo lugar, cada uno de estos grupos incluye una diversidad de tipos de medios de comunicación, como se podrá ver en detalle a continuación:

1. Medios Masivos: Dentro de este grupo se encuentran los siguientes tipos de medios de comunicación:

- **Televisión:** Es un medio audiovisual masivo que permite a los publicistas desplegar toda su creatividad porque pueden combinar imagen, sonido y movimiento. Según Lamb, Hair y McDaniel, las emisoras de televisión abarcan la televisión de cadena o red (ABC, CBS, NBC y Fox Network), las estaciones independientes, la

⁸ <http://laverdaderamagnitud.files.wordpress.com/2009/06/medios-de-comunicacin.pdf>

televisión por cable y un relativo recién llegado, la televisión satelital de emisión directa.

Sus principales ventajas son: Buena cobertura de mercados masivos; costo bajo por exposición; combina imagen, sonido y movimiento; atractivo para los sentidos.

Entre sus principales limitaciones se encuentran: Costos absolutos elevados; saturación alta; exposición efímera, menor selectividad de público.

- **Radio:** Es un medio "solo-audio" que en la actualidad está recobrando su popularidad. Según Lamb, Hair y McDaniel, escuchar la radio ha tenido un crecimiento paralelo a la población sobre todo por su naturaleza inmediata, portátil, que engrana tan bien con un estilo de vida rápido. Además, según los mencionados autores, los radios escuchadores tienden a prender la radio de manera habitual y en horarios predecibles. Los horarios más populares son los de "las horas de conducir", cuando los que van en su vehículo constituyen un vasto auditorio cautivo.

Sus principales ventajas son: Buena aceptación local; selectividad geográfica elevada y demográfica; costo bajo. Además, es bastante económico en comparación con otros medios y es un medio adaptable, es decir, puede cambiarse el mensaje con rapidez.

Sus principales limitaciones son: Solo audio; exposición efímera; baja atención (es el medio escuchado a medias); audiencias fragmentadas.

- **Periódicos:** Son medios visuales masivos, ideales para anunciantes locales.

Sus principales ventajas son: Flexibilidad; actualidad; buena cobertura de mercados locales; aceptabilidad amplia; credibilidad

alta. Además, son accesibles a pequeños comerciantes que deseen anunciarse.

Entre sus principales limitaciones y desventajas se encuentran:

Vida corta; calidad baja de reproducción; pocos lectores del mismo ejemplar físico y no es selectivo con relación a los grupos socioeconómicos.

- **Revistas:** Son un medio visual "masivo-selectivo" porque se dirigen a públicos especializados pero de forma masiva, lo que les permite llegar a más clientes potenciales.

Sus principales ventajas son: Selectividad geográfica y demográfica alta; credibilidad y prestigio; reproducción de calidad alta; larga vida y varios lectores del mismo ejemplar físico.

Sus limitaciones son: Larga anticipación para comprar un anuncio; costo elevado; no hay garantía de posición.

- **Internet:** Hoy en día, el internet es un medio audiovisual interactivo y selectivo, que dependiendo del tipo de producto y la audiencia al que va dirigido, puede llegar a una buena parte de los clientes potenciales. Para emplear este medio, los anunciantes necesitan colocar un sitio web en la red para presentar sus productos y servicios. Luego, deben promocionarlo (para atraer a la mayor cantidad de visitantes interesados en lo que ofrecen), primero, posicionándolo entre los primeros resultados de búsqueda de los principales buscadores (Google, Yahoo, Altavista, MSN) para llegar al 85% de personas que utilizan esos recursos para encontrar lo que buscan en internet; y segundo, colocando en otros sitios web (relacionados directa o indirectamente con sus productos o servicios), uno o más de los siguientes elementos publicitarios: banners, mensajes de texto y otros, con la finalidad de atraer a la mayor cantidad de personas interesadas.

Las ventajas de este medio son: Selectividad alta; costo bajo; impacto inmediato; capacidades interactivas.

Entre sus principales limitaciones se encuentran: Público pequeño; impacto relativamente bajo; el público controla la exposición.

- **Cine:** Es un medio audiovisual masivo que permite llegar a un amplio grupo de personas "cautivas" pero con baja selectividad.

Sus ventajas son: Audiencia cautiva y mayor nitidez de los anuncios de color.

Entre sus desventajas se encuentran: Poco selectivo en cuanto a sexo, edad y nivel socioeconómico, y es bastante caro.

2. Medios Auxiliares o Complementarios: Este grupo de medios incluye los siguiente medios de comunicación:

- **Medios en Exteriores o Publicidad Exterior:** Es un medio, por lo general, visual que se encuentra en exteriores o al aire libre. Según Lamb, Hair y McDaniel, es un medio flexible, de bajo costo, capaz de asumir una gran variedad de formas.

Sus ventajas son: Flexibilidad alta; exposición repetida; bajo costo; baja competencia de mensajes; buena selectividad por localización.

Algunas de sus desventajas son: No selectivo en cuanto a edad, sexo y nivel socioeconómico, no tiene profundos efectos en los lectores, se le critica por constituir un peligro para el tránsito y porque arruina el paisaje natural.

- **Publicidad Interior:** Consiste en medios visuales (y en algunos casos incluyen audio) colocados en lugares cerrados donde las personas pasan o se detienen brevemente. Según Laura Fischer y Jorge Espejo, ésta publicidad se coloca en: Estadios deportivos; plazas de toros; interior de los camiones; trolebuses y tranvías

urbanos; la parte inferior de pantallas cinematográficas (marquesinas luminosas) y el interior del metro, ya sea dentro de los vagones o en los andenes.

Sus ventajas son: Bajo costo, audiencia cautiva, selectividad geográfica.

Sus desventajas son: No da seguridad de resultados rápidos, no llega a profesionales ni a empresarios, son muy numerosos y tienden a parecerse tanto que se confunden.

- **Publicidad Directa o Correo Directo:** Este medio auxiliar o complementario consiste, por lo general, en enviar un anuncio impreso al cliente potencial o actual. Según Laura Fischer y Jorge Espejo, la publicidad directa emplea muchas formas (por ejemplo, tarjetas postales, cartas, catálogos, folletos, calendarios, boletines, circulares, anexos en sobres y paquetes, muestrarios, etcétera). La más usual es el folleto o volante.

Sus ventajas son: Selectividad de público alta; no hay competencia publicitaria dentro del mismo medio; permite personalizar.

Sus limitaciones son: Costo relativamente alto por exposición; imagen de "correo basura".

3. **Medios Alternativos:** Son aquellos medios que no se encuentran en las anteriores clasificaciones y que pueden ser muy innovadores. Según Lamb, Hair y McDaniel, dentro de este grupo se encuentran los siguientes tipos de medios de comunicación:

- ✓ Faxes.
- ✓ Carritos de compras con vídeo en las tiendas comerciales.
- ✓ Protectores de pantallas de computadoras.
- ✓ Discos compactos.

Además, según los mencionados autores, casi cualquier cosa puede convertirse en un vehículo para exhibir publicidad. Por ejemplo, los elevadores (ascensores) incluirán o ya incluyen pantallas para exhibir noticias, información y publicidad para captar la atención de trabajadores de altos ingresos en los grandes edificios de oficinas.

2.8.2 Características de los Medios de Comunicación Masivos:

1. El **emisor** está constituido por personas específicas que entregan la información a través de los medios
2. El **receptor** de los mensajes es, en todos los casos, colectivo y heterogéneo. Ello no quita que en general tengan un público ideal al cual se dirigen, que corresponderá a determinado nivel cultural, social, con alguna tendencia política o religiosa, etc.
3. La **comunicación** es fundamentalmente unidireccional, es decir, no es posible la reacción inmediata de los receptores ante lo expuesto por el emisor.
4. El **código** dependerá del lugar de origen del medio de comunicación, por otra parte, se mueve en todos los niveles de acuerdo al público ideal al que va dirigido.
5. **Contexto temático:** se tratan los más diversos temas, que abarcan todos los ámbitos del interés público.
6. **Contexto situacional:** se mueven en un ámbito espacial y temporal amplio (globalización de las comunicaciones).
7. El **mensaje** toma diversidad de estructuras, de acuerdo a los recursos que pueden utilizar los distintos medios para darlos a conocer.

Básicamente, se pueden distinguir cuatro propósitos de los medios de comunicación masiva:

- **Informar:** este fue el objetivo original de los medios de comunicación en tiempo real (radio y televisión), la posibilidad de informar a una gran

cantidad de personas lo que está ocurriendo en el mundo en un tiempo cercano a los sucesos noticiosos.

- **Educación:** la invención de la imprenta (Gutenberg 1440), dio origen a una de las funciones principales de los medios de comunicación que aún se mantiene, a saber, la masificación de la cultura.
- **Entretener:** es una función muy de moda en nuestros días. Frente a las altas exigencias laborales, buscamos un descanso en las secciones de chistes de los diarios, teleseries y películas de la televisión, y la gran variedad de sitios de internet.
- **Formar opinión:** cada medio, considerando aspectos políticos, religiosos, nacionales o culturales, va a interpretar y organizar la información de una manera adecuada a sus intereses.

Los Medios de Comunicación de Masas han supuesto un enorme avance en la difusión de la cultura y de la información, así como en la posibilidad de participación en la vida pública; sin embargo, en su propia concepción lleva algunos aspectos negativos:

- La deformación de sus contenidos normalmente simplificándolos para adaptarlos a un tipo medio de público.
- El hecho de que los medios masivos de comunicación consideran a los receptores como una masa homogénea, sin atender a las peculiaridades culturales que los individualizan.
- Su carácter “conservador” y su falta de espíritu crítico como consecuencia de limitarse a transmitir hechos culturales ya “experimentados” en otros niveles superiores.
- El extraordinario poder “El cuarto poder” que tienen como instrumento para la imposición de ideologías.
- El carácter pasivo de la recepción, la imposibilidad de diálogo al tratarse de una comunicación unilateral y filtrada.

2.9. GENERALIDADES DE LAS REDES SOCIALES

2.9.1 Concepto de Red Social

La definición de las redes sociales en Internet y la delimitación de su concepto no resulta fácil, puesto que estamos ante una realidad relativamente reciente, multiforme y en rápida evolución. Las primeras redes sociales nacen en el contexto académico o universitario para conectar colegas o antiguos compañeros de estudio. Con este fin fue creada en 1995 “classmates.com” por Randy Conrads, que puede ser considerada la pionera de las redes sociales. Sin embargo su desarrollo más amplio se produce a medida que se van poniendo en marcha redes con propósitos más amplios y mayor número de usuarios, como Híspase (2003), Hi5 (2003), y, sobre todo, a partir del año 2004 con Facebook. Con todo la autentica universalización del uso de las redes se está produciendo, como veremos, a partir del año 2008.

A pesar de la variedad de formas y contenidos, se puede establecer que las redes sociales tienen en común que **“se trata de aplicaciones online que permiten a los usuarios, de forma completamente descentralizada, generar un perfil público, compartir información, colaborar en la generación de contenidos y participar de forma espontánea en movimientos sociales y corrientes de opinión.”**⁹ Lo importante por lo tanto, en las redes, son las relaciones que podemos denominar “horizontales” entre los propios usuarios, como se señala en la definición que recoge “La Sociedad en Red”, del año 2008: *“Una red social es una comunidad de usuarios que establecen relaciones personales o profesionales y que comparten conocimiento y experiencias.”*¹⁰ Estas relaciones entre usuarios

⁹ Guías Legales: Redes Sociales, Menores y Privacidad en la Red. Instituto Nacional de Tecnologías de la Educación. Ministerio de Industria, Turismo y Comercio.

¹⁰ La Sociedad en Red 2008. Informe anual. Secretaria de Estado de Telecomunicaciones y para la Sociedad de la Información. Ministerio de Industria, Turismo y Comercio.

se establecen a través del intercambio de mensajes, mensajes, fotos, archivos, y otros tipos de contenidos que se comparten.

¿Qué es lo que distinguiría una red social, en sentido propio, de otro tipo de páginas web que también facilitan el contacto y las relaciones entre los usuarios? La diferencia no siempre está clara, **pero lo fundamental es que en la red social este tipo de relaciones son su núcleo y el objetivo principal.** Como señala Dídac Margaix: *“En los sitios de redes sociales, el principal elemento es la relación entre los usuarios y los sitios con funcionalidades sociales son sitios web que tienen un objetivo concreto y que de forma complementaria permiten establecer relaciones entre los usuarios. Por ejemplo, Facebook es un sitio de redes sociales, porque su propósito es mantener en contacto a distintas personas, cada usuario utilizará las herramientas que brinda la plataforma que mejor se le ajusten. En cambio, sitios como del.icio.us tienen un objetivo concreto (en este caso guardar y compartir enlaces) y además, de forma opcional, se pueden establecer contactos con otros usuarios para ver sus enlaces de forma conjunta, pero el propósito principal del sitio sigue siendo compartir enlaces, no gestionar la red de contactos.”*

2.9.2 Tipos de redes sociales

Cada red social tiene sus propias características y finalidad. La primera distinción que debe establecerse es la que se da entre las redes sociales “generalistas” y las que tienen contenidos o características específicas.

Las **redes de tipo generalista** están abiertas a la población general, que busca relacionarse, intercambiar información y mantenerse en contacto con otras personas. Son las que mayor número de miembros reúnen. En estas redes, de tipo general, los usuarios pueden utilizar los instrumentos de comunicación que se les ofrece en función de los fines que cada uno tenga. Por ello cada usuario puede mantener unos objetivos y un tipo de relación muy distinto y los usuarios como

colectivo puedan configurar los contenidos y las relaciones a su manera. Por ello la red tiene “una vida propia” que le puede conducir a adquirir características cambiantes.

Frente a ellas **las redes específicas** están definidas en función de unos objetivos (por ejemplo, profesionales o académicos), que de alguna forma condicionan y limitan las relaciones entre los usuarios. Pueden ser de profesionales, relacionadas con algún aspecto de la cultura o la política, o estar dirigidas a determinadas personas en razón de su situación o circunstancias: jóvenes, padres, salud (enfermedades), separados, propiciar relaciones de amistad o pareja, etc. Javier Leiva¹¹, a partir del análisis de propósito final de la red y de su público objetivo, las diferencia en función de su especialización (horizontal y vertical) y su ámbito vital.

Las redes horizontales equivaldrían a las generalistas, y no estarían enfocadas a un grupo de personas o cuestión concreta, sino que en ellas cabría cualquier cosa: trabajo, ocio, amigos, familia, ligues, deportes, literatura... de todo puede hablarse y las relaciones pueden ser de lo más heterogéneas. Ejemplos de estas redes: Facebook, Tuenti, Hi5 o MySpace. En las verticales existe una especialización en torno a un tema concreto y se intenta reunir a personas en torno a un interés específico: Genviajero (sobre viajes), Cinemavip (sobre cultura audiovisual), Vitals19 (sobre salud) o Circle of Moms (para padres y madres que quieren hablar sobre sus hijos).

Otra distinción es la que se establece entre redes personales y profesionales. La clave de las redes personales es que el interés de quién participa en ellas es personal, *es decir, no está buscando información o conociendo a nuevas personas para obtener un rendimiento a nivel profesional. En las redes profesionales los usuarios buscan un rendimiento relacionado con su trabajo: contactos para ventas, para obtener un nuevo puesto de trabajo, para obtener información específica*

¹¹ Redes Sociales Situación y tendencias en relación a la Información y la Documentación Javier Leiva Aguilera 2009.

sobre el sector en un territorio determinado, etc. Dentro de ellas las hay de contenido amplio, que no discriminan por sector (Linkedin) o dedicadas solamente a un sector específico, como Serno, dedicada a los médicos”¹²

En cualquier caso, hay que indicar que, al margen de estas clasificaciones, en todas las redes sociales se produce una cierta “hibridación”. Este proceso viene dado por la propia actividad que desarrollan los usuarios, al margen del propósito de los que la han sido creadas. Las redes tienen su propia dinámica, a veces impredecible. Así, por ejemplo, en las redes generalistas como Facebook, es fácil que se desarrollen contactos o grupos profesionales, o relacionados con un problema de salud.

2.10 LAS REDES SOCIALES MÁS USADAS POR LOS JÓVENES Y SUS CARACTERÍSTICAS

Existen redes de todo tipo. Las hay artísticas, profesionales, musicales, de universidades. Hay redes para cada tema. Sin embargo, las redes más populares en los últimos años no responden a un tema específico. Son redes cuyo objetivo es reencontrarse con viejos amigos o conocer gente nueva.

Las redes sociales más visitadas por los jóvenes y con mayor crecimiento en los últimos años son Facebook, MySpace y Twitter. Por lo que se han seleccionado las redes sociales más relevantes actualmente para conocer sus características.

■ MESSENGER

Realmente se trata de un servicio asociado al empleo de las cuentas de correo electrónico de Windows Live Messenger y que forma parte del conjunto de servicios en línea denominado Windows Live. Señala en su eslogan que es *“La mejor forma de permanecer en contacto con tus amigos”*. Además de sus funciones básicas y sus características generales como cliente de mensajería

¹² Redes Sociales Situación y tendencias en relación a la Información y la Documentación Javier Leiva Aguilera 2009.

instantánea, Windows Live Messenger permite efectuar llamadas a PC por teléfono, realizar video conferencias y comprobar si nuestros contactos están de alta. Dispone de juegos en línea para practicar con los contactos y también permite iniciar aplicaciones externas de manera compartida.

▪ **FACEBOOK**

Desde su nacimiento en 2004, Facebook ha pasado de ser una limitada red estudiantil de Harvard a **la red social “generalista” de mayor implantación**. Facebook sigue cautivando a los salvadoreños con un crecimiento de 221,440 usuarios en los últimos seis meses, el país subió un escalón en el ranking de naciones con acceso a la red y ahora se ubica en el número 73, de acuerdo al sitio de estadísticas Social Bakers¹³. Según las estadísticas actuales, los salvadoreños con un perfil activo en la red más popular de planeta ascienden a 1 millón 257 mil 380. El 53% son hombres. De acuerdo al sitio de estadísticas la penetración de Facebook en el total de la población es de 20.78%, casi cuatro puntos arriba que hace tan solo medio año; mientras que de la población con acceso a Internet, la penetración es de 128.96%.

Como en otras redes sociales, en Facebook un usuario puede agregar a cualquier persona que conozca y esté registrada, siempre que acepte su invitación. El diseño de Facebook, sus herramientas y sus buscadores invita al usuario a localizar antiguos amigos con quienes se perdió el contacto o descubrir amigos nuevos con los que intercambiar fotos o mensajes. Una de las utilidades que más desarrollo tiene actualmente son los grupos y páginas que reúnen personas con intereses comunes. En los **grupos** se pueden añadir fotos, vídeos, mensajes, etc. Las **páginas**, se crean con fines específicos y, a diferencia de los grupos, no contienen foros de discusión, puesto que son por así decirlo “unidireccionales” es decir, están encaminadas a informar o publicitar sobre marcas o personajes específicos.

¹³ http://www.elsalvador.com/mwedh/nota/nota_completa.asp?idCat=47861&idArt=6511758

▪ **TUENTI**

Es una red social virtual específicamente dirigida a la población joven y es usada preferentemente por los de menor edad. Los datos indican que a medida que van cumpliendo años, los jóvenes se “pasan” a Facebook. Sin embargo, también se señala que, dado que muchos usuarios se dan de alta cuando son adolescentes y continúan en ella según van cumpliendo años, la edad de sus miembros va aumentando progresivamente según pasa el tiempo. Los dueños de Tuenti la definen como *“una plataforma social privada, a la que se accede únicamente por invitación y que es usada cada día por millones de personas para comunicarse entre ellas y compartir información”*. Señalan que en ella *“puedes conectarte, y comunicarte con tus amigos, compañeros de trabajo y familia.”*

Tuenti permite al usuario crear su propio perfil, subir fotos y vídeos y contactar con amigos. Ofrece posibilidades de crear eventos: Tuenti Sitios y Tuenti Páginas, etiquetar amigos en fotos, comentar sus estados, crear un espacio personal propio, participar en Tuenti Juegos, que son juegos dentro de la red social, etc. También ha incorporado Vídeo Chat, con el cual es posible chatear con amigos a través de la red social.

▪ **TWITTER**

Es una red social con características propias. Su eslogan señala que es *“la mejor manera de descubrir lo que está pasando en tu mundo”*. Realmente **se trata de un sitio web de mensajería tipo blog que permite a sus usuarios enviar y leer entradas de texto de 140 caracteres como máximo** denominados *tweets*. El envío de estos mensajes se puede realizar tanto por el sitio web de Twitter, como vía SMS desde un teléfono móvil, desde programas de mensajería instantánea o incluso desde cualquier aplicación de terceros.

Estos mensajes se van mostrando en la página de perfil del usuario, y también se envían de forma inmediata a otros usuarios que han elegido la opción de recibirlos. A estos usuarios se les puede restringir el envío de estos mensajes sólo

a miembros de su círculo de amigos o permitir su acceso a todos los usuarios, que es la opción por omisión.

- **MYSPACE**

Myspace es una **web de interacción social constituida por perfiles personales de usuarios**, que incluye redes de amigos, grupos, blogs, fotos, vídeos y música. También incluye una red interna de mensajería que permite a los usuarios comunicarse entre sí.

Ofrece perfiles especiales para músicos y, de hecho, ha servido a los nuevos grupos musicales para darse a conocer, puesto que casi todos tienen un perfil en esta red que a menudo es más visitada que la propia página oficial. También permite comunicarse con amigos o familiares y establecer nuevos contactos o relaciones. Su eslogan es *“Millones de personas comparten lo que les gusta”*, en el que va implícito el objetivo de la red.

- **BADDOO**

Es una red social orientada, en gran parte, para que sus usuarios encuentren **nuevos amigos o parejas**. Su eslogan así lo apunta: *“Este es el mejor sitio para conocer gente nueva a tu alrededor. ¡Charla, liga, socialízate y diviértete!”*. Dispone de diversos sistemas de búsqueda, incluidos por ubicación geográfica (del tipo "buscar usuarios de mi ciudad o que estén a 100 km de distancia") que muestra los objetivos de relación social de la red, incluido el propiciar estas relaciones fuera de Internet.

- **YOUTUBE**

El funcionamiento de Youtube es sencillo para que cualquier usuario de la Red pueda utilizarlo sin conocimientos técnicos. En esto se basa la web 2.0 y es la razón de su éxito, que de otra forma estaría limitado a usuarios con conocimientos más avanzados y por tanto, tendría un menor nivel de audiencia, exposición y/o participación.

Su reproductor en línea utiliza Adobe Flash o HTML para cargar su contenido. Este contenido aparece en forma de montajes de fotografías, cortes de televisión, vídeos musicales o clips de películas. También los blogs y videoblogs aparecen en la plataforma para aumentar su difusión, al igual que las empresas añaden sus anuncios, vídeos corporativos y últimos anuncios para que la audiencia aumente y opine sobre lo que hace.

- **INSTAGRAM**

Instagram es un programa o aplicación para compartir fotos con la que los usuarios pueden aplicar efectos fotográficos como filtros, marcos, colores retro y vintage, luego pueden compartir las fotografías en diferentes redes sociales como Facebook, Twitter, Tumblr y Flickr. Una característica distintiva de la aplicación es que da una forma cuadrada y redondeada en las puntas a las fotografías en honor a la Kodak, Instamatic y las cámaras Polaroid, al contrario que la relación de aspecto 16:9 que actualmente utilizan la mayoría de las cámaras de teléfonos móviles.

- **SONICO**

Es una red social en línea **orientada principalmente al público latinoamericano**. En ella los usuarios pueden buscar y agregar amigos, actualizar su perfil personal, administrar su privacidad, subir fotos y videos, organizar eventos, e interactuar con otra gente a través de mensajes privados, comentarios, marcas en las fotos, etc. Su eslogan es *“Organiza tu vida online. Comparte y comunícate controlando tu privacidad.”*

- **SKYPE**

Skype al contar con los servicios de voz, datos, fax, contestador automático, conferencia y videollamada, puede mantener comunicación sin costo y a bajo costo, entre usuarios de Skype, teléfonos móviles, teléfonos de red fija, fax, videoconferencias y obviamente texto, entre los usuarios en ambas direcciones

comunicacionales. También, Skype permite el desvío de llamadas y mensajes de texto, lo cual significa que los usuarios del sistema con número telefónico Skype asignado, pueden recibir las llamadas o mensajes directamente en su computadora, o generar el desvío de estos a un teléfono móvil o bien de red fija, en el caso de llamadas.

2.11 UTILIDAD Y APLICACIONES DE LAS REDES SOCIALES

Las posibilidades que ofrecen las redes sociales a sus usuarios son muy variadas. En una red social, es posible comunicarse con amigos y familiares que se encuentran lejos, hacer nuevos amigos, intercambiar información multimedia, fomentar relaciones de trabajo, presentar proyectos, darse a conocer social y profesionalmente, expresar o defender determinadas ideas o causas.

Lo más frecuente, sobre todo en los jóvenes es utilizarlas para estar en contacto con los amigos o establecer nuevas relaciones. En efecto, los distintos estudios señalan que los usuarios valoran, sobre todo, la importancia de poder compartir contenidos de forma inmediata con una gran cantidad de contactos, principalmente aquellos que se han conocido fuera del ámbito de las redes sociales (familia, amigos, conocidos), aunque, de forma secundaria, también utiliza las redes sociales online para conocer gente nueva.¹⁴

Independientemente de los problemas o retos que plantean las redes sociales, es evidente que se trata de un avance muy positivo en la comunicación humana, que abre todo un mundo de posibilidades que los ciudadanos y la sociedad deben aprovechar. El Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre «Repercusión de las redes sociales de comunicación e interacción en el ciudadano/consumidor», aprobado el 5 de Noviembre del 2009 (2010/C 128/12),

¹⁴ OInteractive Advertising Bureau) Spain. Estudio sobre Redes Sociales Noviembre 2009. Encuesta realizada a 503 usuarios de redes sociales.

así lo señala, recalcando los aspectos positivos asociados al desarrollo de las RSC y, en particular, su contribución a:

- La garantía y el ejercicio de la libertad de expresión en determinados contextos sociales y políticos.
- La creación y reunión de comunidades en línea.
- El (re)encuentro de amigos y familiares y la posibilidad de comunicarse entre sí.
- La prevención de situaciones de riesgo para los menores y la posibilidad de que éstos pidan ayuda a través de las RSC.
- La promoción de bienes y servicios y el incremento del comercio electrónico.

Debemos tener en cuenta, que las aplicaciones de las redes sociales se están ampliando cada día. Por un lado, en todo lo referente a los temas de consumo (publicidad, comercio electrónico, intercambio de información entre consumidores), a los que más tarde nos referiremos. Pero esta ampliación se realiza en muchos otros campos. Sirva como ejemplo el mundo de la empresa, donde el desarrollo de las redes sociales entre los trabajadores está dejando de verse como un problema para considerarse una oportunidad. *“Las empresas más avanzadas están convencidas de que integrar la tecnología de las redes sociales en su vida cotidiana facilita enormemente el trabajo y aumenta la productividad... reduce los costes de formación, alberga el conocimiento que existe en la compañía, un patrimonio que de otra manera corre el peligro de desperdigarse o perderse. Uno de los beneficios más obvios es la localización del experto en un tema dentro de una gran corporación... el conocimiento no se guarda, está ahí para ser compartido. Una persona hace un trabajo, lo publica y puede ser consultado por 1.000 empleados”*¹⁵

¹⁵ “Las redes sociales entran en las empresas para mejorar el trabajo”. El País 18-1-2011.

2.12 FUNCIONAMIENTO DE LAS REDES SOCIALES: PROPIETARIOS y USUARIOS

Para entender las redes sociales **hay que diferenciar quiénes son sus propietarios y quiénes sus usuarios**. Los llamados “servicios de las redes sociales” son las personas que se encargan de su diseño, aceptan las altas de usuarios, dictan las normas y pueden disponer de toda la información existente dentro de la cada red.

Los personas que participan en las redes como usuarios son quienes forman realmente las “redes sociales”, tal y como las entendemos habitualmente. Son las personas unidas por diversos intereses o afinidades que usan estas redes para relacionarse entre ellos, utilizando todas posibilidades de contactos e intercambio que los propietarios de la redes ponen a su disposición.

En efecto, “los espacios de comunidad en Internet se presentan y se perciben como ámbitos equivalentes a los del mundo físico en los las reglas de juego del entorno no las define el usuario. Cuando se registra se somete a unas reglas contractuales fijadas por el proveedor de servicios, aunque se presentan al usuario con una apariencia de gratuidad. Sin embargo existe una transacción: facilitamos nuestros datos personales. Cuando nos registramos en una red social no solemos verificar la información legal, no sabemos qué se puede hacer con nuestros datos, o como está configurado el entorno, quién puede consultar nuestra información y para qué finalidad”.¹⁶

Sin embargo, como sucede en Internet en muchos otros casos, los usuarios de las redes sociales tienen la sensación de que estos espacios virtuales les pertenecen, que son ellos quienes crean y controlan sus contenidos y la información que

¹⁶ El Derecho Fundamental a la Protección de Datos: Guía del Ciudadano. Agencia Española de Protección de Datos. Enero 2011 (<https://www.agpd.es/portaleswebAGPD/index-ides-idphp.php>)

ponen en ella. La sensación de protagonismo y libertad que ofrecen estas redes a sus usuarios les impide comprender que están sometidos a los intereses y al poder de otras personas o empresas que **son las que establecen las reglas del juego, las controlan y son dueños del soporte y de todos los contenidos.**

Los propietarios de cada red pueden señalar limitaciones para los nuevos miembros. En muchas de ellas se establece la necesidad de ser invitado por un miembro que esté dado de alta o reunir determinadas condiciones. En la práctica estas limitaciones son fácilmente sorteadas.

Habitualmente los nuevos usuarios se agregan a una red cuando reciben la invitación de un amigo que conocen, que ya forma parte de la red. Por ello las redes suelen utilizar todo tipo de estrategias o grupos para animar a sus miembros a que inviten a unirse a ellas a sus amigos y contactos. Es frecuente que favorezcan que se envíen de forma indiscriminada este tipo de invitación a todo un conjunto de contactos, con lo que se da lugar a un tipo de “spam” de invitaciones a participar en redes sociales, que saturan los correos electrónicos de los internautas.

El alta en la mayoría de las redes sociales suele exigir muy pocos datos. De hecho los únicos universalmente exigibles son el nombre de usuario, una dirección de correo electrónico y una contraseña. En muchos casos es también requisito imprescindible indicar el sexo y la fecha de nacimiento. Una vez efectuada la inscripción el usuario recibe un mensaje de bienvenida con la invitación a visitar la página y completar los datos del perfil del usuario subiendo las fotos.

El nombre de usuario es lo primero y lo más importante para diferenciarte de los demás usuarios dentro de estas enormes comunidades. Algunas veces el nombre de usuario no es tan fácil de obtener porque entre tantos millones de usuarios lo más probable es que nuestro favorito ya haya sido elegido. Una vez registrado en la red social, hay que crear y personalizar el perfil. El perfil no es más que un

cuestionario a rellenar con toda la información personal que se decida hacer pública para darse a conocer mejor. Se puede colocar una foto o imagen, escoger un *nick* o avatar, y cuantos detalles se deseen como persona o como empresa. El usuario puede ser todo lo creativo que la página permita en la personalización del perfil, para diferenciarse del resto de usuarios, agregando colores, fondos e imágenes. En todas las redes el usuario tiene a su disposición las condiciones de uso, configuración de la cuenta, configuración de la privacidad, servicio de ayuda y formas de desactivar su cuenta.

2.13 INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ADOLESCENTES

El atractivo de Internet para los jóvenes es que se caracteriza por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventanas con diferentes actividades. El uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia). Otra cosa es cuando el abuso de la tecnología provoca aislamiento, induce ansiedad, afecta a la autoestima y le hace perder al sujeto su capacidad de control.

La mayoría de los adolescentes consideran las redes sociales como sitios personales donde juega, se divierte, sube fotos, videos, música y deja comentarios en los sitios de las demás personas o como un lugar para construir una red de amigos donde puede chatear, enviar mails, conocer gente nueva, reencontrarse con amigos que hace tiempo no veía o enterarse de eventos y novedades. Aunque no solo son centros de diversión ya que se sabe en muchos casos son utilizadas con fines académicos pues, en las escuelas ahora ya es común que te pidan realizar tareas o dar avisos por medio de las redes sociales.

Internet en general y las redes sociales en particular, han creado un nuevo modelo de relaciones personales, que ha cambiado el significado de los conceptos respecto a los que son habituales fuera de la red. Se ha señalado que la

comunicación virtual puede contribuir a empobrecer la calidad de las relaciones humanas, reemplazando las relaciones fuertes y directas por unas más débiles y, a menudo, falsas. **La auténtica amistad se disuelve en la masa indeterminada y superficial de los “contactos” o “amigos”**. De esta forma, en medio de tanta comunicación virtual las personas pueden tener un profundo sentimiento de soledad e incluso en ocasiones llegar a sustituir su vida real por una virtual. Las personas tienden cada día a dedicar más tiempo y a vivir con más intensidad el mundo virtual de las “redes sociales” que el mundo real. Especialmente entre los jóvenes, existe una alta tendencia a crear mundos virtuales que acaban centrando más la vida social que las relaciones reales.

Normalmente se considera que el número de personas con las que un ser humano puede mantener una relación cercana, con un mínimo conocimiento mutuo y comunicación personal, es muy limitado y, desde luego, es casi imposible que supere las cien personas. Sin embargo en las redes sociales se encuentran muchas personas satisfechas por tener centenares de “amigos”. Si tenemos en cuenta que la base de la mayoría de estas redes es que estos “amigos” pueden acceder, sin restricciones, a la información y datos de cada miembro, vemos que una de las consecuencias prácticas de la admisión general e indiscriminada de cualquier conocido ó no conocido como amigo, es que todo lo que se coloca en una red social se convierte, de hecho, en información de libre acceso.

2.14 RIESGOS ASOCIADOS AL USO DE LAS REDES SOCIALES

Las redes sociales son una evolución de las aplicaciones de Internet, y producto de su uso generalizado. Por ello todos los problemas y peligros del uso inadecuado o excesivo de Internet pueden aplicarse a las redes sociales que funcionan a través de la red. Sin embargo, es necesario diferenciar entre los peligros y retos genéricos que plantea Internet, y que las redes sociales comparten en una medida similar a otras aplicaciones, y los problemas específicos asociados a las redes sociales. Estos últimos, aún estando también presentes en cualquier

uso de Internet, **se encuentran muy agudizados en las redes sociales por tres motivos:**

- 1.** Puesto que la finalidad específica de las redes sociales es la comunicación e intercambio entre particulares, en ellas **se acumula una inmensa cantidad de informaciones y datos privados**, e incluso íntimos, de millones de ciudadanos.
- 2.** Los usuarios de redes sociales son, en **una gran mayoría, jóvenes que no han recibido ningún tipo de formación previa sobre el uso adecuado de las redes sociales, ni advertencias sobre sus peligros**. A los padres y educadores de la juventud actual, les ha tocado vivir, respecto a las redes sociales al igual que sobre las nuevas tecnologías en general una situación nueva desde el punto de vista educativo. En otros temas, para educar a las nuevas generaciones los adultos tenían como referencia su propia experiencia y conocimiento, así como las normas aprendidas sobre ellos. Pero los padres y educadores de los niños y jóvenes actuales han vivido una infancia y juventud sin redes sociales virtuales (como también la han vivido sin móvil, Internet o videojuegos) y por lo tanto desconocen sus posibilidades y los peligros. Son sus hijos o alumnos los que van por delante y asumen el papel de expertos. Estos niños y jóvenes son conscientes de que dominan más su funcionamiento y que, de alguna forma, las redes sociales son “su mundo”, un mundo en el que se sienten cómodos y más experimentados que los adultos, de los que no han recibido ningún tipo de información sobre normas de prudencia ni formación sobre su uso adecuado o inadecuado.
- 3.** En relación con lo anterior, el desarrollo, tan reciente y acelerado, de las redes sociales, ha hecho que **los problemas que traen consigo son desconocidos a los internautas actuales**. Estos usuarios tienen la oportunidad de experimentar un mundo de relaciones virtuales, que no

existían anteriormente, pero tienen también que enfrentarse a retos y peligros desconocidos. Ante los problemas que se están planteando, y a los que a continuación haremos referencia, se están preparando y poniendo en marcha medidas legislativas y de otro tipo que probablemente en un futuro pondrán límites y normas que regulen mejor el funcionamiento de las redes sociales. Pero en el momento actual, los usuarios de las redes sociales están pagando con la desprotección su papel de pioneros.

Por todo ello, la importancia de los retos y problemas que plantean estas redes, especialmente en el caso de la privacidad, protección de datos y seguridad, es de tal magnitud que actualmente están centrando la preocupación de los investigadores sociales, legisladores, educadores, medios de comunicación, los internautas y la sociedad general. Estos peligros son especialmente significativos en lo que se refiere a los menores. El Dictamen del Comité Económico y Social Europeo señala como riesgos asociados al uso de las RS fines ilícitos o perjudiciales, en particular para un sano desarrollo de los menores, los siguientes:¹⁷

- Traumas psicológicos provocados por insultos transmitidos por medio de dichos servicios.
- Acoso sexual a niños y jóvenes.
- Exhibición de fotografías y vídeos de adolescentes desnudos o semidesnudos, colgados por ellos mismos o por terceros.
- Anuncios explícitos de prostitución y servicios de acompañamiento
- Violaciones reiteradas de la privacidad, de la honra y la dignidad personal.
- Atentados a la salud física y mental de los usuarios.
- Llamamientos a la violencia, el racismo y la xenofobia.
- Suicidios de jóvenes, supuestamente como consecuencia de la divulgación de determinadas situaciones íntimas a través de estas redes.

¹⁷ Dictamen del Comité Económico y Social Europeo sobre «Repercusión de las redes sociales de comunicación e interacción en el ciudadano/consumidor», aprobado el 5 de Noviembre del 2009 (2010/C 128/12).

Dicho Dictamen alerta especialmente de los riesgos asociados a la utilización de las RS por menores y otras personas en situación de riesgo, como personas con escasa alfabetización digital. Muchas veces son víctimas de quienes se aprovechan de ellas para cometer actos ilegales que ofenden la dignidad personal y ponen en peligro su salud física o mental e, incluso, su propia vida.

2.15 PRIVACIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS EN LAS REDES SOCIALES

La vulneración de la protección de datos y de los derechos de privacidad constituye una de las facetas más negativas de las redes sociales. Estas amenazas se concretan en la intromisión en la vida íntima de las personas y el uso incorrecto de la información personal que en ella aparece para fines comerciales así como el intercambio de información sensible.

Como hemos señalado, las redes contienen una ingente cantidad de información privada, contactos, conversaciones, fotos, archivos, etc. sobre millones de personas. Los usuarios de estas redes constituyen ya la primera “nación virtual” del mundo, con una población que muy pronto será superior a la de China o India. Nunca había existido un procedimiento tan amplio y efectivo para recoger, almacenar e intercambiar datos privados, e incluso íntimos, que los ciudadanos aportan de forma voluntaria y despreocupadamente para el conocimiento general y que, sin embargo, serían reacios de facilitar directamente a ninguna empresa.

En las redes sociales parece que la idea de intimidad y los derechos de todas las personas a la propia imagen desaparecen desde el momento en que cualquier individuo puede colgar las imágenes o los vídeos, suyos o de otras personas, para que se vean de inmediato en todo el mundo. De esta forma, se entra en una carrera de cotilleo y afán de notoriedad a cualquier precio. No hay ninguna piedad ni límites para exponer a la luz pública todas las parcelas de la intimidad propia o ajena. En la población juvenil se da a menudo este tipo de comportamiento, volcando en las redes sociales imágenes y fotos de compañeros o profesores sin

reflexionar sobre las graves consecuencias de su conducta e ignorando que pueden estar incurriendo en delitos. Para empezar, activar una red social se le van a pedir al nuevo miembro muchos datos personales que en otro contexto resultarían inadmisibles: además de la edad, profesión, estudios, residencia etc., se le pueden preguntar sus tendencias sexuales, religión, ideas políticas, etc. Por otro lado, los usuarios desconocen los términos y condiciones de uso de las redes sociales, al igual que los contratos bancarios, contienen letra pequeña donde se vulneran derechos y sin saber que pueden salir perjudicados. Las grandes empresas obtienen de esta manera información personal de manera fácil, rápida y abundante.

Otro problema específico de las redes sociales es la dificultad en darse de baja. Así como el darse de alta es muy fácil, la opción de darse de baja está oculta y los usuarios deben rebuscar activamente en toda la página para encontrarla. Por ello la mayoría de las personas deciden que es más fácil “dejarlo estar” y limitarse a no volver a entrar en una red, con lo que todos los datos e información continúan estando expuestos en la red. Además, actualmente la baja en una red social no tiene realmente significación desde el punto de vista de la protección de la información. Una vez efectuada la baja y sea efectiva, simplemente se “desactiva” al usuario, que no aparece para los demás miembros pero el servicio social guarda todos sus datos.

Hay que tener en cuenta que, en cierta medida, la preocupación por la privacidad y la discreción de los usuarios de las redes sociales va en contra de los intereses de sus dueños. Así explica Richard Allen, responsable de privacidad de Facebook en Europa, que señala: *"si te unes a esta red social es porque quieres compartir cosas con otra gente. La información siempre pública es relevante para que el resto te encuentre. Y viceversa. Si no fuera pública, el servicio dejaría de ser útil porque estarías en un entorno donde no puedes compartir nada con nadie. Nuestro objetivo es dar el control de su privacidad al usuario, pero si nada es público no tiene sentido su existencia"*.

También es cierto que el entorno virtual en el que se desarrollan favorece la desinhibición y el contagio colectivo en la exposición pública de las propias vidas. El internauta, sobre todo el joven, en una red social tiene la impresión de que la privacidad no tiene sentido y le aleja del éxito social dentro de ese mundo virtual, en el que el protagonista es, justamente, aquel que más se abre y expone su vida, sus fotos, sus videos o sus sentimientos.

En cambio en las redes sociales, por su esencia, se exige que el individuo se identifique y facilite datos. Por ello, señala la agencia, hay unas “**reglas del juego**” que el usuario debería conocer para mantener algún control sobre su información personal y que los terceros y los proveedores de servicios de redes sociales deberían respetar:

- Informar a los usuarios de su identidad y proporcionarles información clara y completa sobre las finalidades y las distintas maneras en que van a tratar los datos personales.
- Establecer procedimientos que sean respetuosos con la intimidad. Para ello las políticas de privacidad deben ser claras y ofrecer el perfil del usuario preferentemente cerrado o, en todo caso, que permita al usuario una fácil configuración.
- Informar y advertir a sus usuarios frente a los riesgos de atentado a la intimidad cuando transfieren datos a los Servicios de la Red Social.
- Recomendar a sus usuarios no poner en línea imágenes o información relativa a otras personas sin el consentimiento de éstas.
- En la página inicial debería figurar un enlace hacia una oficina de reclamaciones, tanto para miembros como para no miembros, que cubra cuestiones de protección de datos.
- Por lo que se refiere a los menores, deberían adoptar medidas adecuadas con el fin de limitar los riesgos.

2.16 LOS PROBLEMAS DE SEGURIDAD EN LAS REDES SOCIALES: EL CIBERACOSO

Uno de los mayores atractivos de las redes sociales es, al mismo tiempo, uno de sus puntos débiles: su fácil acceso y gratuidad. **La redes sociales ponen a disposición de personas con pocos escrúpulos un método anónimo de contacto con muchas personas, ideal para el engaño, la publicidad, el abuso, intromisión en vidas privadas, obtención de dinero, transmisión de virus informáticos, acoso sexual y un sin fin de intenciones inadecuadas.**

Los niños y jóvenes puede acceder a páginas con contenidos ilícitos de violencia, de pornografía, de grupos sectarios, de apología de la violencia, entre otros. De la misma forma estos usuarios también los niños y jóvenes reciben continuamente *spam* o anuncios y páginas publicitarias por las que se puede acceder a casinos on-line, juegos de pago, tiendas virtuales, etc. Ante estas tentaciones, es fácil que muchos jóvenes, sobre todo los que tienen problemas de adaptación social, se pueden dejar arrastrar por el juego, las compras impulsivas, el consumo ilegal de medicamentos o por cualquier otra de las tentaciones ilícitas, inmorales o inconvenientes que reciben a través de la red.

Si estos problemas pueden aplicarse a cualquiera de las aplicaciones de Internet, existen otro tipo de peligros o problemas que tienen una especial relevancia en las redes sociales. La naturaleza de estas redes, a las que hemos hecho referencia, hacen que todos los inconvenientes relacionados con la transmisión de información privada, las relaciones personales y la comunicación virtual, se multipliquen. Internet en general, y las redes sociales en particular, se han convertido en una lugar lleno de engaños y peligros.

El anonimato, el falseamiento de identidades y la sensación de impunidad favorecen que determinadas personas pierdan los valores éticos, los principios y las normas jurídicas que rigen la convivencia. Continuamente, a través de la red,

se pisotean los derechos intelectuales, se engaña a personas ingenuas o inexpertas y se intentan miles de fraudes y delitos. Los menores constituyen un colectivo muy vulnerable para pederastas, sectas, grupos que hacen apología de la violencia, así como para otros colectivos o personas que pueden incitarles a actuar de forma perjudicial para sí mismo y para los demás.

Las redes sociales se utilizan demasiado a menudo con otros fines distintos de los que están anunciados por sus creadores. Es habitual encontrarse, por ejemplo, personas mayores en redes populares entre los adolescentes que se hacen pasar por uno de ellos. Personas que utilizan páginas de amistad para obtener citas y encuentros sexuales, y otros que, en redes sociales de contactos o relaciones, buscan hacer negocio o engañar obteniendo direcciones o contraseñas o datos comprometedores.

De la misma forma, el anonimato, la suplantación de identidades y, sobre todo, la sensación de impunidad también propicia el acoso o la ciber-intimidación a compañeros, lo que se denomina *bullying*, una realidad que cada vez se da con mayor frecuencia y gravedad entre la juventud siendo dramáticas las consecuencias para las víctimas. También se están utilizando las redes sociales para insultar o atacar a profesores, dar a conocer datos o información verdadera o falsa sobre otras personas, realizar venganzas mediante la transmisión de información que puede ser perjudicial, etc.

2.17 TRASTORNOS PSICOLÓGICOS Y PROBLEMAS SOCIALES RELACIONADOS CON EL USO DE LAS REDES SOCIALES

Juntos con los problemas anteriores, que podemos considerar asociados de forma objetiva al funcionamiento de las redes sociales, existen otros problemas o trastornos psicológicos y conflictos interpersonales propiciados por el uso de estas redes. Entre ellos, podemos destacar los tres siguientes:

1. Adicción a las redes sociales. Las nuevas tecnologías y, concretamente Internet, tienen un alto potencial adictivo y es fácil que se usen de una forma excesiva, perjudicial e incontrolada. En el caso concreto de las redes sociales existe un número creciente de personas con problemas graves de adicción que tienen una auténtica dependencia que les lleva a comportamientos descontrolados, aislamiento, búsqueda de estimulación continua por medio de ellas y un deseo compulsivo de estar conectados. El hecho de que estas redes estén permanentemente “vivas”, provoca en muchos usuarios, sobre todo jóvenes, una situación de continua ansiedad por permanecer siempre atentos a lo que en ellas sucede. De esta forma pierden la conciencia del tiempo y se olvidan las demás actividades y obligaciones.

En la mayoría de los casos se trata de una obsesión por el seguimiento de una red concreta, a la que se han habituado. En otros casos se produce una adicción genérica a las redes sociales, que hace que se vayan inscribiéndose impulsivamente en todas las existentes o nuevas. También son cada vez más frecuentes los jóvenes obsesionados por la participación en juegos a través de las redes sociales, donde pasan horas intercambiándose mensajes mientras comparten el juego.

2. La tentación de estar constantemente “viviendo” y espiar las vidas ajenas puede convertirse en obsesiva, especialmente en personas con problemas personales o de aislamiento social. Una gran parte de quienes se dan de alta en las redes sociales lo hacen para poder “cotillear” a los demás. De esta forma los enemigos de la privacidad no son ya las empresas o firmas comerciales, sino que pueden serlo desde los propios familiares u otras personas, más o menos conocidas. Un efecto de esta situación es que cada vez más personas sienten miedo a que sus actividades en las redes sociales sean descubiertas por los demás. Así se llega a una sensación difusa de “culpabilidad” al poder ser “pillados” por los

padres, la pareja, el jefe o los hijos visitando redes sociales o que estos conozcan y critiquen los contenidos, los contactos, las opiniones o las actividades propias en dichas redes.

- 3. En las relaciones interpersonales, esta sensación de temor/desconfianza puede llegar a niveles patológicos.** En la pareja el uso de Internet se convierte en un elemento de conflictos con “espionajes” mutuos continuos, lo que supone también una pérdida de la intimidad y la destrucción de la idea de privacidad o confianza. Como resultado, cada vez se producen más problemas familiares, sobre todo entre parejas, aunque también entre padres e hijos.

Aunque es difícil de concretar, se cree que, al menos uno de cada cinco divorcios tiene que ver con el uso de las redes sociales. Es evidente que un efecto de esta situación es que, en la “aldea global” en que vivimos, “fisgar” en las vidas ajenas parece ser aceptado como parte de la modernidad, en una guerra de búsqueda de información de “todos contra todos”.

Para las personas que facilitan información, fotos o vídeos sobre sí mismos, la exposición a la vida pública da lugar a **sentimientos relacionados con el exhibicionismo de la vida pública, el ansia de notoriedad, o la lucha por la autoestima** de una gran complejidad psicológica, que en jóvenes con problemas de comportamiento puede llegar a lo patológico.

Las envidias, la lucha por aparecer como más popular en ese mundo virtual, la formación de grupos de “amigos” contra otro grupo de “amigos” y lograr más apoyos, llevan a una competición en la que tratan de compensar sus problemas de autoestima.

2.18. OTRAS ADICCIONES ASOCIADAS A LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES.

Las adicciones comportamentales son trastornos de dependencia vinculados a actividades humanas diversas, a menudo placenteras, no relacionadas con la ingestión de sustancias químicas.

En la adolescencia, las adicciones comportamentales que generan más demanda de tratamiento son las relacionadas con los juegos en línea. Entre adultos, en cambio, son la compra compulsiva, la adicción al sexo, los grupos de manipulación psicológica y la dependencia emocional.

Los adolescentes entre 12 y 17 años que pasan mucho tiempo en la redes sociales tienden a ser más propensos a consumir drogas, beber alcohol y fumar, según un estudio basado en la encuesta realizada por el Centro Nacional de Adicción y Abuso de Sustancias (CASA) de la Universidad de Columbia. El estudio reveló que el 70 % de ellos, es decir unos 17 millones de adolescentes, son visitantes habituales de redes sociales como Facebook, Twitter, Myspace y otras redes, lo que los hace estar en mayor riesgo de abusos de sustancias

La encuesta reveló que los jóvenes que pasan más tiempo conectados tienen cinco veces más probabilidad de fumar, tres veces más de consumir alcohol, y el doble de probabilidad de consumir marihuana. El 19% de los adolescentes, unos 4,5 millones de jóvenes, han sufrido de ciber acoso lo que los hace doblemente propensos al consumo de alcohol, marihuana y tabaco.¹⁸

El Internet es el instrumento o medio que puede llevar a una persona a desarrollar alguna de las siguientes adicciones comportamentales:

¹⁸ <http://www.feeling.com.mx/site/10841/redes-sociales-fomentan-drogadiccion-y-alcoholismo-estudio.html>

- **Juegos en línea.** Son juegos de rol, descendientes del juego Dragones y Mazmorras. Internet es el medio en el que se juegan. Para poder participar es necesario que se suscriban de forma mensual. Gente de todo el mundo participa de forma masiva en esta modalidad de juego en grupo. Se crea un personaje virtual (avatar) que va evolucionando con el objetivo de superar niveles. Las características del juego lo hacen muy atractivo y esto, entre otras razones, favorece que los jugadores sean persistentes y puedan desarrollar una conducta adictiva. Por otro lado, la sensación de interacción que desarrolla el jugador le lleva, en la realidad, al aislamiento familiar y social. En los adolescentes puede ser motivo de absentismo escolar.

- **Cibersexo:** Conducta excesiva y sin control de la búsqueda de actividad sexual sin contacto físico. La excitación sexual se obtiene mediante la creación de fantasías que se producen a través de imágenes, mensajes de texto, cámara web, etc., y se utiliza Internet como medio de comunicación.

- **Celulares Inteligentes:** Se puede hablar de dependencia del móvil cuando una persona se aísla socialmente y familiarmente, tiene dificultades para interaccionar “cara a cara”, pierde el control sobre el uso del móvil y el tiempo dedicado, y continúa con la conducta a pesar de las consecuencias negativas (laborales, familiares, económicas, etc.) esto se ha visto incrementado desde que aparecieron los BlackBerry y los Iphone.

- **Compra Compulsiva:** Conducta de compra no planificada y acompañada de un impulso que no se puede controlar. Sólo interesa realizar la acción de comprar, sin importar lo que se compra. Antes de actuar, la persona muestra nerviosismo y ansiedad, que disminuyen temporalmente cuando compra. A continuación afloran sentimientos de

culpabilidad que no impiden volver a repetir la conducta problemática, a pesar de las consecuencias negativas. Es un círculo que no se detiene sin tratamiento.

- **Adicción al Sexo:** Conducta sexual sin control. Es una de las dependencias menos confesadas y visibles. Las relaciones sexuales tienen lugar, generalmente, con personas desconocidas (anonimato) y no siempre tienen la función de generar placer, sino la de aliviar un malestar momentáneo que la persona adicta siente si no puede llevar a cabo dicha conducta.

● ● ● | **CAPITULO III**

**SISTEMA DE HIPÓTESIS
Y DEFINICIÓN DE VARIABLES**

3.1. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN

 **Hipótesis General:** “Intervendrá el género para determinar la vulnerabilidad emocional en los adolescentes ante la influencia de las redes sociales.”

 **Hipótesis Alternativa H_1 :** “Influirán significativamente las redes sociales, en la vulnerabilidad emocional en las adolescentes del género femenino”

 **Hipótesis Alternativa H_2 :** “Influirán significativamente las redes sociales, en la vulnerabilidad emocional en los adolescentes del género masculino”.

 **Hipótesis Nula H_0 :** “No existe una diferencia significativa al comparar el género para determinar la vulnerabilidad emocional en los adolescentes ante la influencia de las redes sociales.”

3.2. DEFINICION CONCEPTUAL DE VARIABLES.

 **Variable Independiente.**

La variable independiente que constituye el factor inamovible, dentro de la investigación es: “*Influencia de las Redes Sociales*”.

 **Variable Dependiente.**

El factor manipulado que es susceptible de cambios es: “*vulnerabilidad emocional*”

3.3. DEFINICION OPERACIONAL DE VARIABLES.

Operacionalización de las variables.	
Influencia de las redes sociales.	Indicadores.
<p>Definición conceptual.</p> <p>Las redes son una forma de interacción social, definida como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos.</p> <p>Definición operacional.</p> <p>Para realizar la medición de esta variable, se utilizara una entrevista, la cual está dirigida a los sujetos de estudio, del tercer ciclo de las instituciones seleccionadas.</p> <p>Esta entrevista cuenta con cuestionamientos que permiten entrever la presencia de los indicadores que se necesitan relacionar.</p>	<ul style="list-style-type: none">  Acceso a internet.  Cuenta con perfil en una o más redes sociales.
Vulnerabilidad emocional.	Indicadores.
<p>Definición conceptual.</p> <p>La vulnerabilidad es una característica de lo humano que parece evidente desde una perspectiva antropológica, pero que la tradición cultural más cercana a la defensa del individualismo, la autonomía y la independencia, se ha encargado de dejar en un segundo plano o, incluso, de relegar por considerarla de rango inferior. La vulnerabilidad,</p>	<ul style="list-style-type: none">  Género.  Edad.  Autoestima.  Estado de ánimo.  Dependencia emocional.

en tanto que posibilidad del daño, es considerada la misma raíz de los comportamientos morales, al menos de aquellos en que el énfasis se sitúa en la protección y en el cuidado, más que en la reclamación de derechos.

Definición operacional.

Para realizar la medición de esta variable, se utilizarán tres test que miden los indicadores seleccionados. Los instrumentos a utilizar son los siguientes:

 *Cuestionario de habilidades sociales del Dpto. de Orientación - I.E.S. Sem Tob.*

Aplicado a los 60 adolescentes del Tercer Ciclo, Turno Matutino, del Centro Escolar “General Francisco Morazán” y del Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica”. Para explorar el nivel de establecimiento de relaciones interpersonales, así como también la adaptabilidad del sujeto al medio.

 *Inventario de Autoestima de Coopersmith.*

Aplicado a los 60 adolescentes del Tercer Ciclo, Turno Matutino, del Centro Escolar “General Francisco Morazán” y del Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica”. Para evaluar el nivel de aceptación de sí mismo en los diferentes contextos en los que se desarrolla.

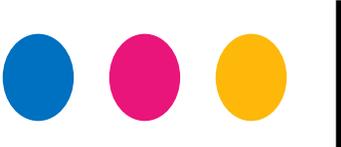
Posterior mente se realizara los análisis numéricos y analíticos de las pruebas, plasmando los datos más relevantes que se hayan obtenido.

 Relaciones con los padres.

 Aislamiento social.

 Relaciones con los amigos.

 Rendimiento académico.



CAPITULO IV
METODOLOGÍA
DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. DISEÑO DEL ESTUDIO

El nivel del estudio es descriptivo, debido a que el tipo de investigación está encaminada al “descubrimiento de relaciones” entre las variables de un problema, busca establecer el grado de asociación o de correlación entre las variables. La investigación está encaminada a establecer un estudio comparativo de género sobre la vulnerabilidad emocional de los y las adolescentes ante la influencia de las redes sociales.

4.1.1 SUJETOS:

Para realizar el estudio comparativo de género la muestra de sujetos del tercer ciclo, está conformada por 30 alumnos del Liceo Cristiano Reverendo “Juan Bueno Colonia Costa Rica” y 30 alumnas del Centro Escolar de “General Francisco Morazán”, haciendo un total de 60 personas, que oscilan entre las edades de 15 a 17 años, con un nivel socio económico medio-bajo, pertenecientes al Municipio de San Salvador. El común denominador entre los sujetos será el uso de las redes sociales.

4.1.1. Población:

La población está constituida por adolescentes del Tercer Ciclo, Turno Matutino, pertenecientes a Centros Escolares Urbanos de la Zona Metropolitana de San Salvador, con un nivel socio económico medio-bajo.

4.1.2. Muestra:

El tipo de muestreo a utilizar es no probabilístico, ya que carece de la posibilidad de determinar el error posible de la muestra. Por lo tanto el tipo de muestra es por cuotas ya que se dividirá la población en grupos importantes separados por el género.

4.2. INSTRUMENTOS.

4.2.1. Cuestionario dirigido a Adolescentes. (Ver Anexo I).

El cuestionario dirigido a 60 adolescentes del Tercer Ciclo seleccionados para la investigación, es un instrumento que permite conocer como los sujetos seleccionados para la investigación hacen uso de las redes sociales. Consta de 20 preguntas de tipo cerradas y algunas abiertas para corroborar la información de los sujetos, tiene como objetivo general conocer sobre el estado emocional de los y las adolescentes ante el uso de las redes sociales.

4.2.2. Cuestionario dirigido a Padres y Madres de Familia. (Ver Anexo II)

El cuestionario dirigido a los 60 padres y madres de familia de los y las adolescentes seleccionados para la investigación, es un instrumento diseñado para corroborar y contrastar la información obtenido por sus hijos e hijas. Consta de 13 preguntas de tipo abiertas y cerradas, con el objetivo principal de conocer la percepción de los padres y madres de familia sobre el uso que sus hijos e hijas hacen de las redes sociales.

4.2.3. Cuestionario de Habilidades Sociales (Ver Anexo III).

El cuestionario de habilidades sociales es un instrumento que permite evaluar el nivel de establecimiento de relaciones interpersonales, así como también la adaptabilidad del sujeto al medio. Consta con 50 ítems, que permitirán identificar aspectos relacionados con las habilidades sociales.

4.2.4. Inventario de Autoestima de Coopersmith. (Ver Anexo IV).

El inventario de autoestima de Coopersmith, es una prueba que está constituida por 58 afirmaciones, con respuestas de ítems, verdaderas ó falsas que exponen información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub escalas y una escala de mentiras. Para evaluar el nivel de aceptación de sí mismo en los diferentes contextos en los que se desarrolla.

4.3. PROCEDIMIENTO:

En un primer momento se realizaron reuniones con el asesor del trabajo de graduación para establecer el tema y lineamientos de la investigación con la que se determinó que el tema a trabajar sería relacionado a la influencia de las redes sociales y el establecimiento de las relaciones interpersonales en los jóvenes.

Luego se procede a elaborar el Perfil del Trabajo de Graduación el cual explicara generalidades de cómo se realizará la investigación del estudio comparativo sobre la influencias de las redes sociales en el establecimiento de las relaciones interpersonales, estableciendo el contacto con las instituciones escolares seleccionadas para que permitan su autorización y colaboración en el desarrollo de todo el trabajo.

El siguiente paso será la elaboración del Proyecto de Investigación iniciando con la revisión bibliográfica en relación al tema de las redes sociales y el establecimiento de las relaciones interpersonales en los jóvenes, para elaborar el contenido del que será el Marco Teórico, el cual contribuirá para sustentar la comprobación de hipótesis. Simultáneamente se diseñarán los instrumentos que se utilizaran para la recopilación de datos de la investigación, para que sean validados por los “jueces”, seleccionando por el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

Se realizó el contacto con las instituciones escolares en las cuales se solicitó el permiso requerido por la institución mediante una carta firmada por el jefe del depto. De Psicología. Se planteó a los directores el contenido de la investigación, para que logran comprender la importancia de la misma.

Se dio inicio con la tarea de la elaboración de los instrumentos y la selección de los test a aplicar, de igual forma se presentaron con el asesor asignado para su evaluación, luego de esto se procedió a la búsqueda de los jueces para la

evaluación de los instrumentos a aplicar, se hicieron las respectivas modificaciones sobre las observaciones que se realizaron durante el proceso de evaluación. Y se presentaron nuevamente con el asesor asignado.

Posteriormente, cuando sean aprobados los instrumentos se aplicará a la muestra aleatoria seleccionada de 60 alumnos y alumnas del tercer ciclo, del turno matutino de las instituciones seleccionadas para el estudio comparativo. La aplicación de los instrumentos fue ejecutada en dos jornadas debido a la naturaleza de los mismos (test y cuestionarios.)

Se procedió al procesamiento de los datos. Cuando ya se obtuvieron los datos con los cuadros y los respectivos gráficos, se procedió a la elaboración del análisis cualitativo de cada uno de los gráficos. Posterior a este se realizó un análisis cualitativo general el cual contiene información en contraste con el marco teórico y los resultados de los instrumentos que se aplicaron durante la investigación.

Luego se procedió a realizar la comprobación de las hipótesis, para este apartado se hicieron una serie de sumatorias, para obtener los datos a utilizar en las formulas, dichas formulas fueron:

- a) Fórmula de la sumatoria al cuadrado,
- b) Fórmula para obtener el grado de libertad,
- c) Formula estadística de T de Student.

Luego se utilizó la tabla de T de Student para verificar los resultados y observar si se comprueba o se rechaza la hipótesis de investigación.

Para dar con la finalización de trabajo de grado, se realizaron las conclusiones y recomendaciones respectivas en referencia al tema estudiado, se presentó el informe completo al asesor de tesis para su respectiva evaluación y elaboración de las correcciones elaboradas en el proceso.

Presentando seguidamente al asesor el Informe Final del Trabajo de Graduación para su revisión y posteriormente al coordinador del Proceso de Grado del Departamento de Psicología para su aprobación. Concluyendo con la exposición oral de la investigación al asesor, los docentes responsables y coordinador del proceso de grado; con el fin de socializar el aporte y los resultados obtenidos en el estudio comparativo y la aplicación del programa de prevención.

4.4. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS.

Presentación De Los Datos.

Los datos obtenidos durante la recolección de información, se presentarán de la siguiente forma:

Mediante un análisis cuantitativo, representado en cuadros de procesamiento de datos, estos cuadros son cuadros de doble entrada que plasman la frecuencia de las respuestas, tanto en adolescentes hombre y mujeres, de esa forma se ha establecido una comparación evidente entre las mismas. (Ver cuadro 1)

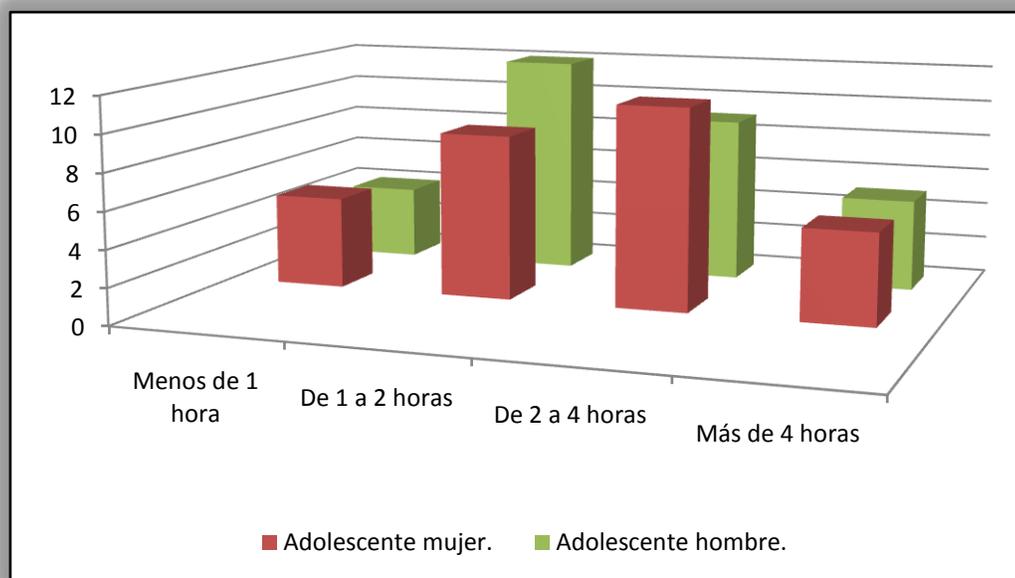
Ejemplo:

1. ¿Cuánto tiempo dedicas a revisar tus redes sociales al día?					
Frecuencia. Sujetos.	Menos de 1 hora	De 1 a 2 horas	De 2 a 4 horas	Más de 4 horas	Total.
Adolescente mujer.	5	9	11	5	30
Adolescente hombre.	4	12	9	5	30
Total.	9	21	20	10	60

Cuadro n°1

De igual forma cada cuadro de doble entrada está representado por sus respectivos gráficos, para poner de manifiesto las diferencias entre los sujetos de estudio. (Ver gráfico 1)

Gráfico 1. ¿Cuánto tiempo dedicas a revisar tus redes sociales al día?



Para la medición de los resultados de los test, se estableció un perfil por cada sujeto de estudio. Haciendo posteriormente las comparaciones por áreas que los test presentan, en cuadros de doble entrada y sus gráficas.

Otra de las partes importantes del procesamiento de datos es:

El análisis cualitativo:

Aquí se establecieron relaciones entre los datos obtenidos en la aplicación de los instrumentos y la información concentrada en el marco teórico de la investigación.

Prueba estadística para la comprobación de la hipótesis.

T DE STUDENT.

- Mientras tanto para la comprobación de la hipótesis se utilizó la T DE STUDENT para datos relacionados.

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{ss1 + ss2}{(N1 - 1) + N2 - 1} \left(\frac{1}{N1} + \frac{1}{N2} \right)}}$$

Formula estadística de T de Student.

Para llevar a cabo la aplicación de la prueba estadística de la T DE STUDENT, se han recopilado todos los datos por cada sujeto de los instrumentos estandarizados (Cuestionario de Autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de Habilidades Sociales), se sumaron los puntajes tanto del grupo de adolescentes hombres como mujeres, así mismo cada puntaje se elevó al cuadrado para la sumatoria de los datos mismos. De igual manera se sacó la media de cada uno de los totales obtenidos.

Se dio inicio con la siguiente formula, cuando se establecieron los datos a utilizar mediante la sumatoria de los puntajes:

$$ss = \sum_x x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}$$

Formula de la sumatoria al cuadrado.

Posteriormente luego de desarrollar esta fórmula, con los datos obtenidos se desarrolló la prueba estadística de la T DE STUDENT, obtenidos los resultados se utilizó una última fórmula para obtener el grado de libertad:

$$gl = n - 2$$

Fórmula para obtener el grado de libertad.

Como último, paso se utilizó la tabla de T de Student para verificar los resultados y observar si se comprueba o se rechaza la hipótesis de investigación.

4.5. Presupuesto:

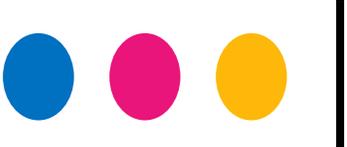
Gastos Fijos:	Monto
Asesorías	\$80
Impresiones	
Anillados	
Instrumentos	
Alquiler de equipo	
Gastos Semifijos	
Empastados	\$170
Impresiones del trabajo final	
Papelería	
Viáticos (transporte)	
Imprevistos (10 %)	
Total	\$ 250

4.5.1. Recursos Humanos.

- 2 Egresadas de Licenciaturas en Psicología
- 60 alumnos y alumnas de tercer ciclo, turno matutino, de las instituciones escolares seleccionadas para realizar la investigación.
- 60 padres, madres o encargados de los y las adolescentes de tercer ciclo, de las instituciones escolares seleccionadas para realizar la investigación.

4.5.2. Recursos Materiales.

- Impresiones del trabajo de Graduación para presentar a los asesores
- Copias de los cuestionarios dirigidos a los y las adolescentes, padres y madres de familia.
- Copias de los Cuestionarios de habilidades sociales
- Copias de los Inventarios de Autoestima de Coopersmith.

 | **CAPITULO V**
ANÁLISIS INTERPRETATIVO
DE LOS RESULTADOS

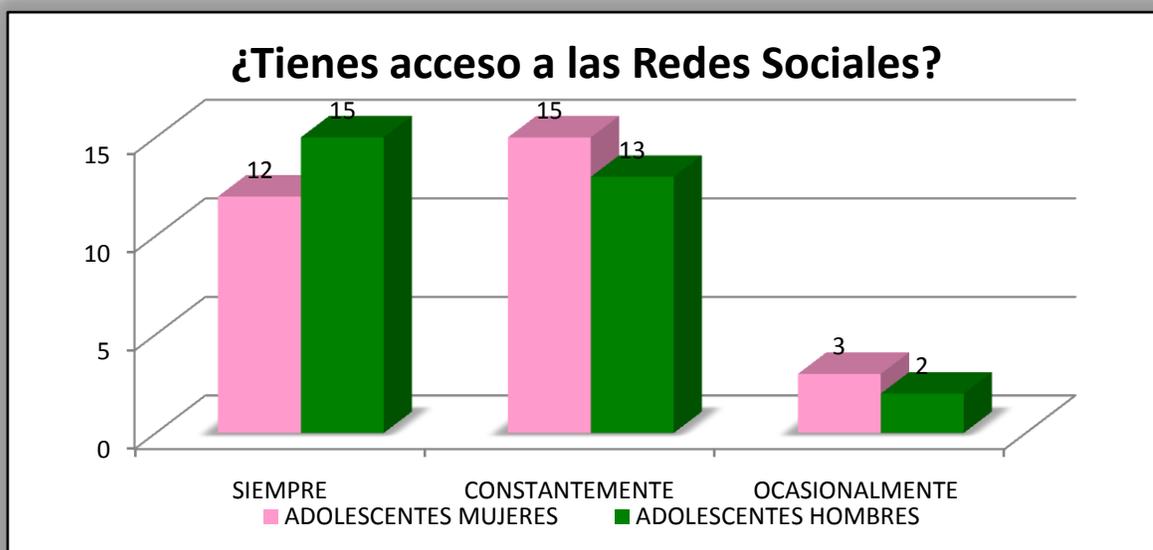
5.1. ANALISIS CUANTITATIVO

COMPARACION DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO A ADOLESCENTES

CUADRO Nº 1

¿TIENES ACCESO A LAS REDES SOCIALES?		
RESPUESTAS \ GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
SIEMPRE	12	15
CONSTANTEMENTE	15	13
OCASIONALMENTE	3	2
TOTAL	30	30

GRAFICA Nº 1

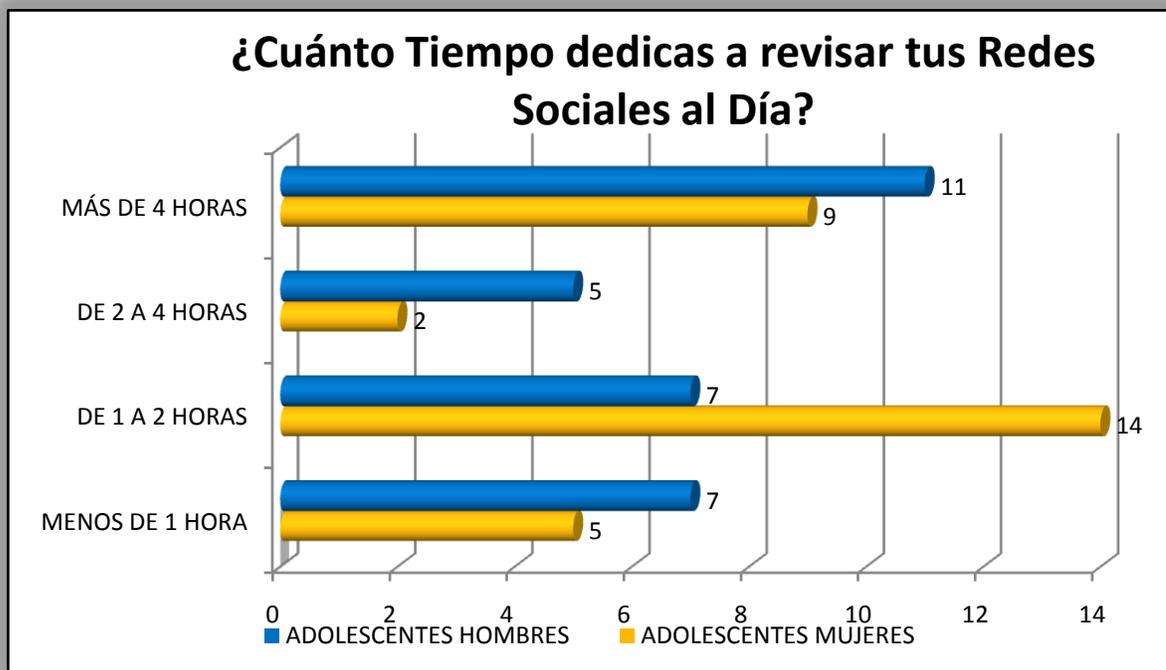


El gráfico de columnas muestra una comparación entre las adolescentes mujeres y hombres en relación al acceso que tienen de las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados que evidencian que la mayoría de los adolescentes hombres tienen acceso siempre a las redes sociales, mientras que las adolescentes mujeres reflejan que tienen un acceso constantemente a las redes sociales.

CUADRO Nº 2

¿CUÁNTO TIEMPO DEDICAS A REVISAR TUS REDES SOCIALES AL DÍA?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MENOS DE 1 HORA		5	7
DE 1 A 2 HORAS		14	7
DE 2 A 4 HORAS		2	5
MÁS DE 4 HORAS		9	11
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 2

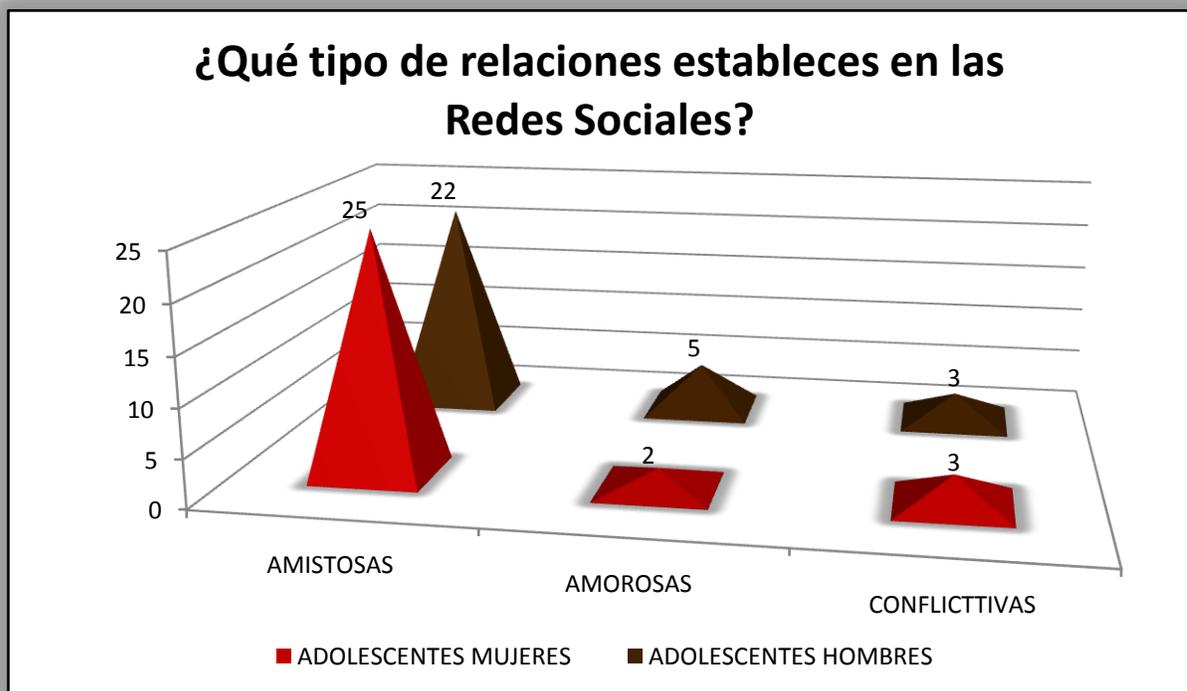


El gráfico de barras muestra una comparación entre los adolescentes hombre y mujeres en relación al tiempo que dedican a revisar las redes sociales al día, reflejan un incremento significativo en las adolescentes mujeres que afirmaron dedicar alrededor de 2 horas algo que se puede considerar aceptable. Es importante mencionar que la mayoría de los adolescentes hombres dedican más de 4 horas al día.

CUADRO Nº 3

¿QUÉ TIPO DE RELACIONES ESTABLECES EN LAS REDES SOCIALES?		
RESPUESTAS \ GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
AMISTOSAS	25	22
AMOROSAS	2	5
CONFLICTIVAS	3	3
TOTAL	30	30

GRAFICA Nº 3

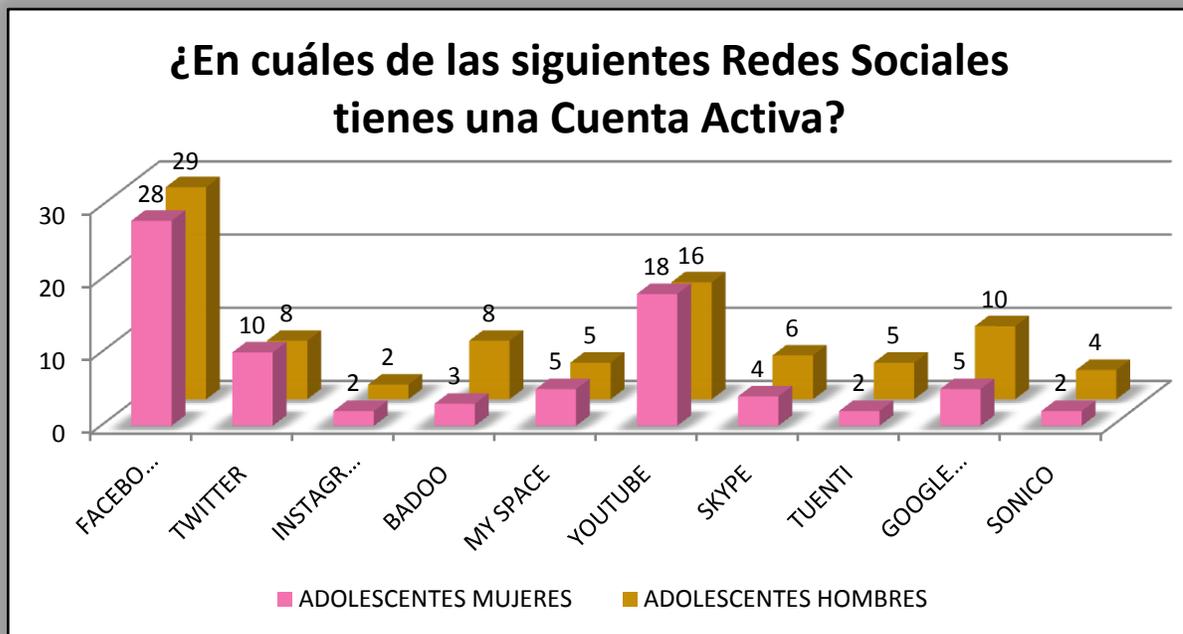


El gráfico de pirámides muestra una comparación entre las adolescentes mujeres y hombres en relación al tipo de relaciones que establecen en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados evidenciando que tanto adolescentes mujeres como hombres prefieren establecer relaciones amistosas en las redes sociales. Es importante mencionar un grupo reducido de adolescentes tanto hombres como mujeres afirmaron establecen relaciones conflictivas en las redes sociales.

CUADRO Nº 4

¿EN CUÁLES DE LAS SIGUIENTES REDES SOCIALES TIENES UNA CUENTA ACTIVA?		
GÉNERO RESPUESTAS	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
FACEBOOK	28	29
TWITTER	10	8
INSTAGRAM	2	2
BADDOO	3	8
MY SPACE	5	5
YOUTUBE	18	16
SKYPE	4	6
TUENTI	2	5
GOOGLEPLUS	5	10
SONICO	2	4

GRAFICA Nº 4

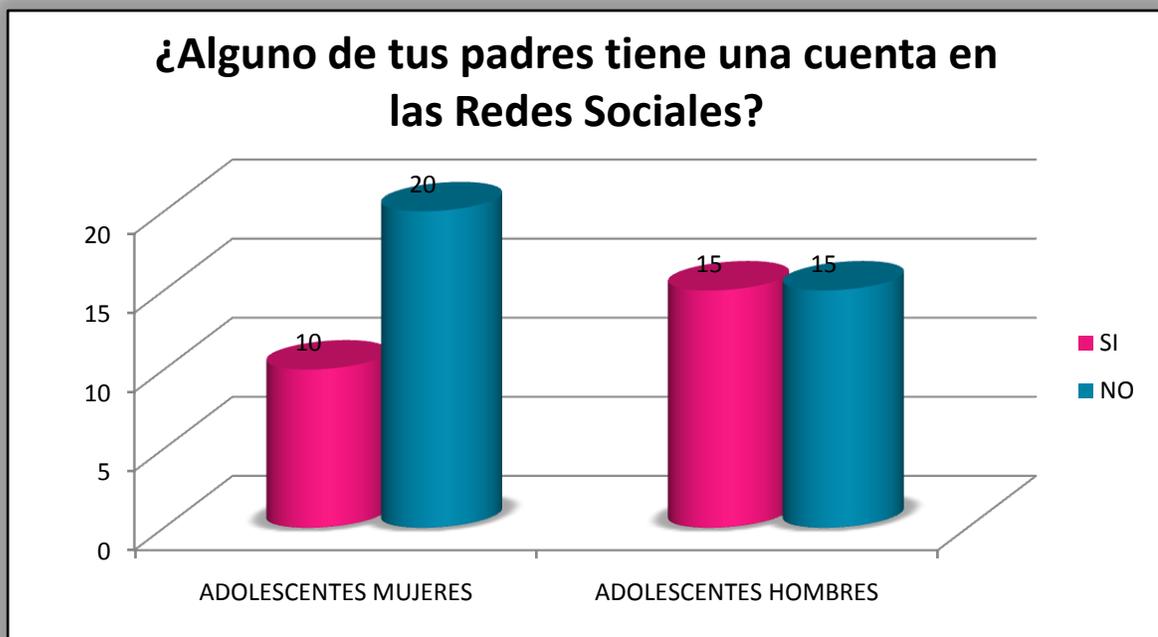


El gráfico de columnas muestra una comparación entre las adolescentes mujeres y hombres en relación al cuales son las redes sociales donde tiene una cuenta activa, obteniendo los siguientes resultados donde se refleja que tanto adolescentes hombres como mujeres prefieren utilizar facebook, youtube, twitter.

CUADRO Nº 5.

¿ALGUNA DE TUS PADRES TIENE UNA CUENTA EN LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES	
		MUJERES	ADOLESCENTES
			HOMBRES
SI		10	15
NO		20	15
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 5.

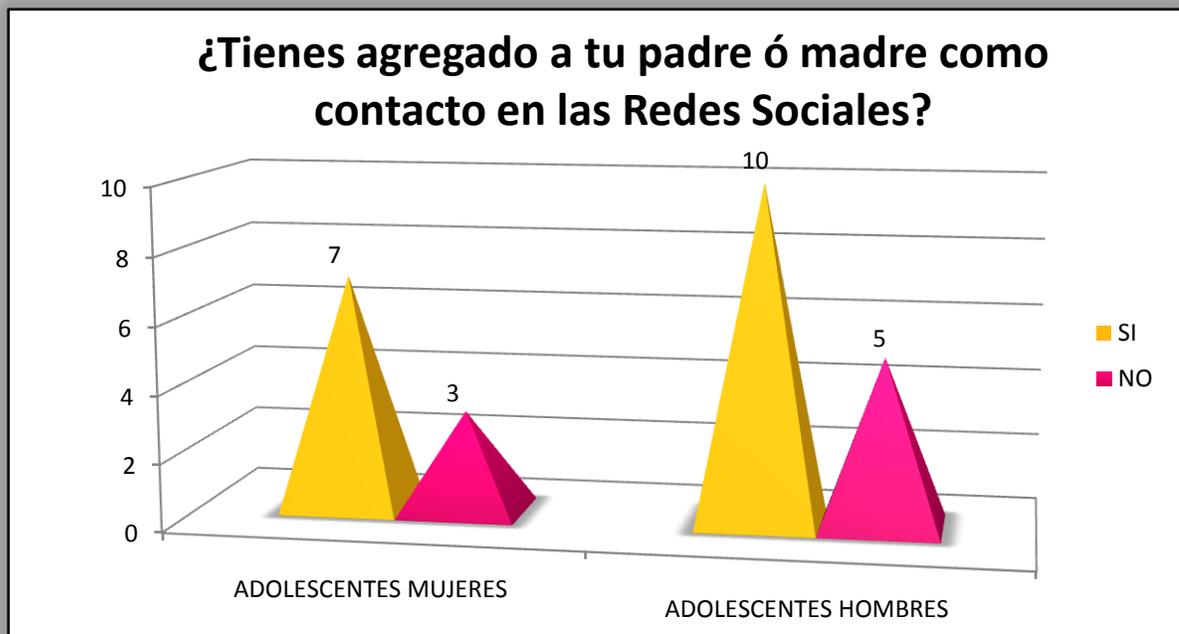


El gráfico de cilindros muestra la comparación entre los/las adolescentes y la relación que tiene con sus padres en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados reflejando que la mayoría de los padres ó madres de los adolescentes mujeres no tienen una cuenta en las redes sociales lo cual puede disminuir la interacción entre padres e hijas. Es importante mencionar que un 50 % de los padres ó madres de los adolescentes hombres no tienen una cuenta en las redes sociales, lo cual puede limitar la interacción entre padres e hijos.

CUADRO Nº 6.

¿TIENES AGREGADO A TU PADRE Ó MADRE COMO CONTACTO EN LAS REDES SOCIALES?		
RESPUESTAS \ GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
SI	7	10
NO	3	5
TOTAL	10	15

GRAFICA Nº 6.

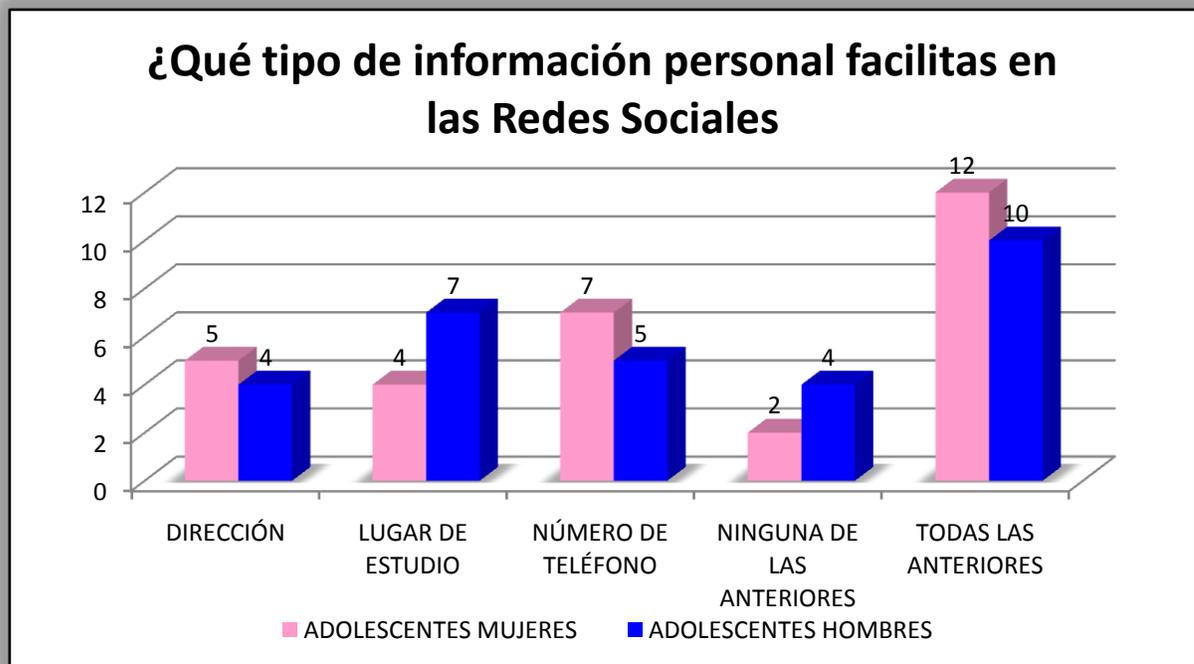


El gráfico de pirámides muestra la comparación entre los/las adolescentes y si tienen agregados a sus padres como contacto en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados reflejando que de las 10 adolescentes mujeres que afirmaron que sus padres tienen una cuenta en las redes sociales, solo 7 tienen agregadas como contacto a alguno de sus padres. Mientras que de los 15 adolescentes hombres que afirmaron que sus padres tienen una cuenta en las redes sociales, solo 10 tienen agregados como contacto a alguno de sus padres.

CUADRO Nº 7.

¿QUÉ TIPO DE INFORMACIÓN PERSONAL FACILITAS EN LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
DIRECCIÓN		5	4
LUGAR DE ESTUDIO		4	7
NÚMERO DE TELÉFONO		7	5
NINGUNA DE LAS ANTERIORES		2	4
TODAS LAS ANTERIORES		12	10
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 7.

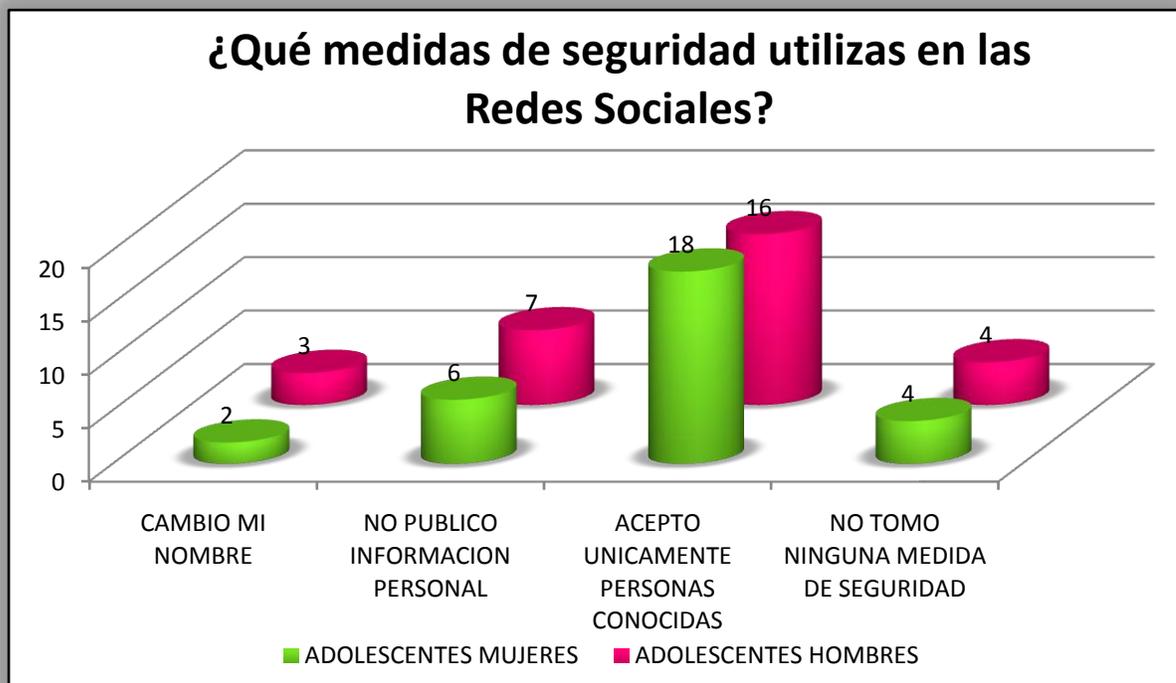


El gráfico de columnas muestra la comparación entre los adolescentes hombres y mujeres y la información personales que facilitan en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados demostrando que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres facilitan la dirección, lugar de estudio y número de teléfono.

CUADRO Nº 8.

¿QUÉ MEDIDAS DE SEGURIDAD UTILIZAS EN LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
CAMBIO MI NOMBRE		2	3
NO PUBLICO INFORMACION PERSONAL		6	7
ACEPTO UNICAMENTE PERSONAS CONOCIDAS		18	16
NO TOMO NINGUNA MEDIDA DE SEGURIDAD		4	4
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 8.

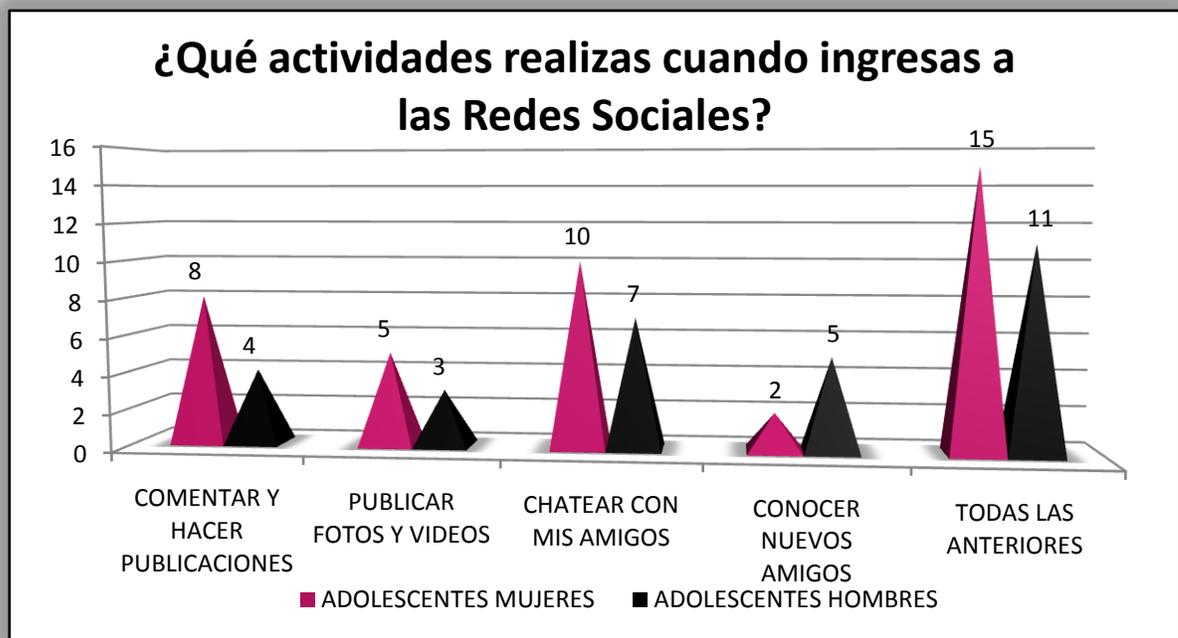


El gráfico de columnas muestra la comparación entre adolescentes mujeres y hombres y las medidas de seguridad que utilizan en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados demostrando que la mayoría de adolescentes hombres y mujeres tomas algunas medidas de seguridad importantes tales como aceptar únicamente personas conocidas.

CUADRO Nº 9.

¿QUÉ ACTIVIDADES REALIZAS CUANDO INGRESAS A LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
COMENTAR Y HACER PUBLICACIONES		8	4
PUBLICAR FOTOS Y VIDEOS		5	3
CHATEAR CON MIS AMIGOS		10	7
CONOCER NUEVOS AMIGOS		2	5
TODAS LAS ANTERIORES		15	11
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 9.

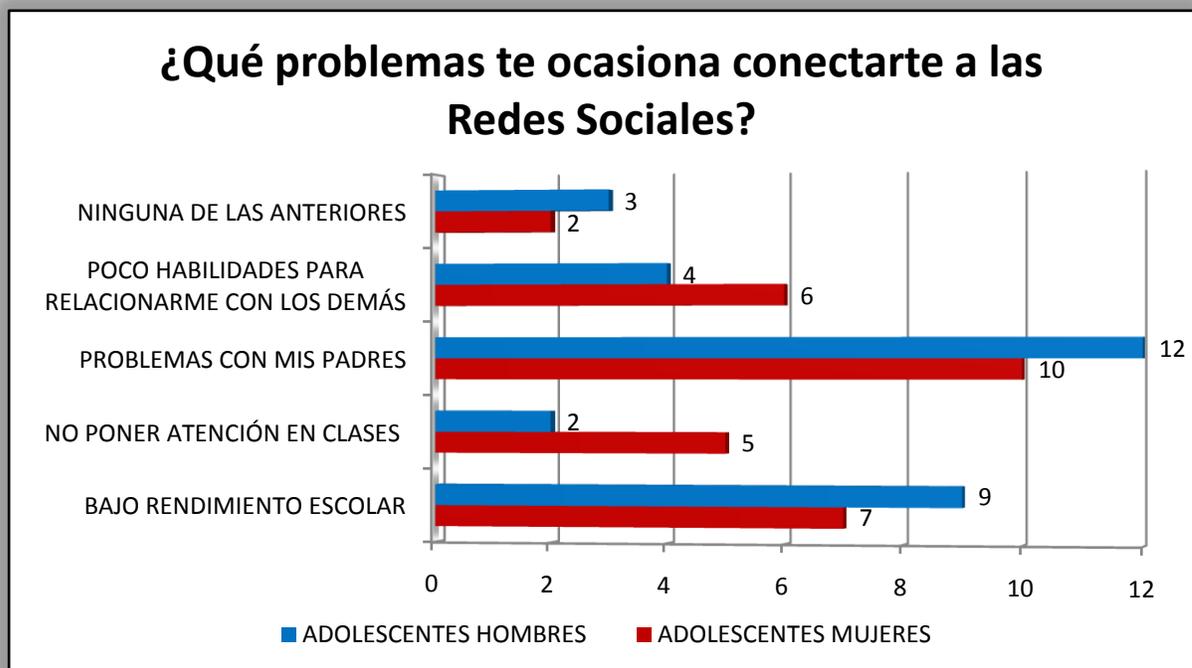


El gráfico de pirámides muestra la comparación entre los adolescentes mujeres y hombres y las actividades que realizan cuando ingresan en las redes sociales, donde se refleja que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres centran su tiempo en comentar, publicar fotos y chatear con sus amigos. Es importante mencionar que un grupo mínimo de adolescentes tanto hombres como mujeres su actividad central es conocer nuevos amigos.

CUADRO Nº 10.

¿QUÉ PROBLEMAS TE OCASIONA CONECTARTE A LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR		7	9
NO PONER ATENCIÓN EN CLASES		5	2
PROBLEMAS CON MIS PADRES		10	12
POCO HABILIDADES PARA RELACIONARME CON LOS DEMÁS		6	4
NINGUNA DE LAS ANTERIORES		2	3
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 10.

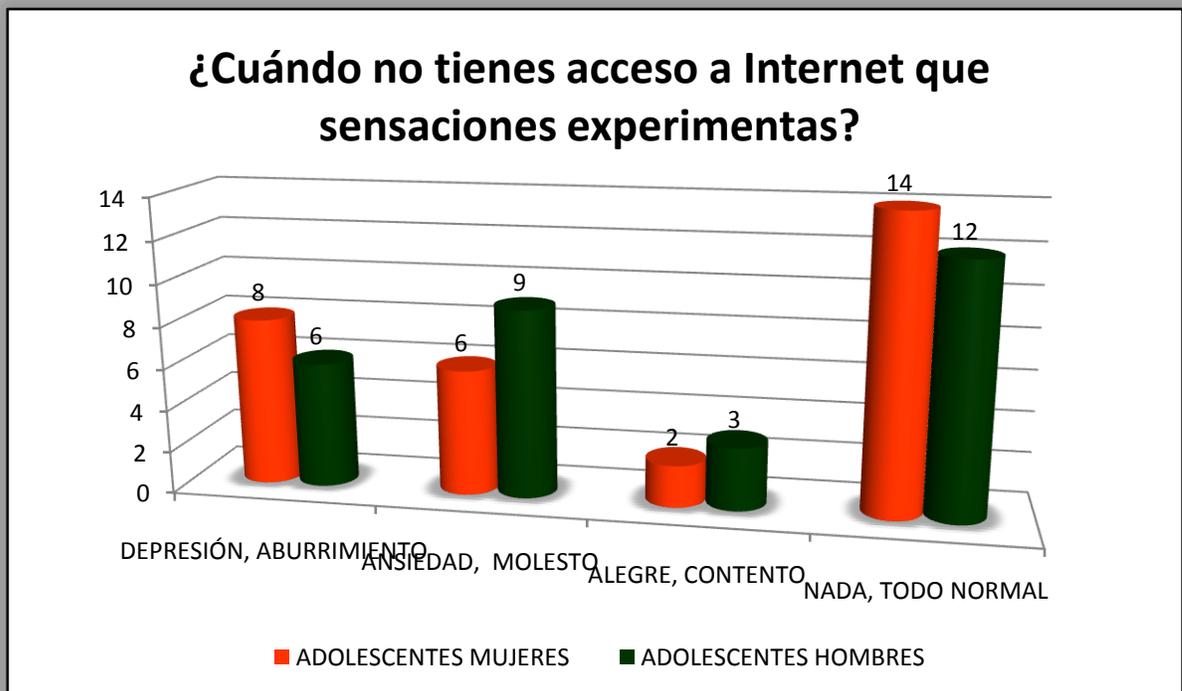


El gráfico de barras muestra la comparación entre los adolescentes hombres y mujeres y los problemas que les ocasionan conectarse a las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados donde se refleja que los principales problema son con padres, otro problema que les ocasiona las redes sociales esta relacionado con un bajo rendimiento escolar.

CUADRO Nº 11.

¿CUÁNDO NO TIENES ACCESO A INTERNET QUE SENSACIONES EXPERIMENTAS?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
DEPRESIÓN, ABURRIMIENTO		8	6
ANSIEDAD, MOLESTO		6	9
ALEGRE, CONTENTO		2	3
NADA, TODO NORMAL		14	12
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 11.

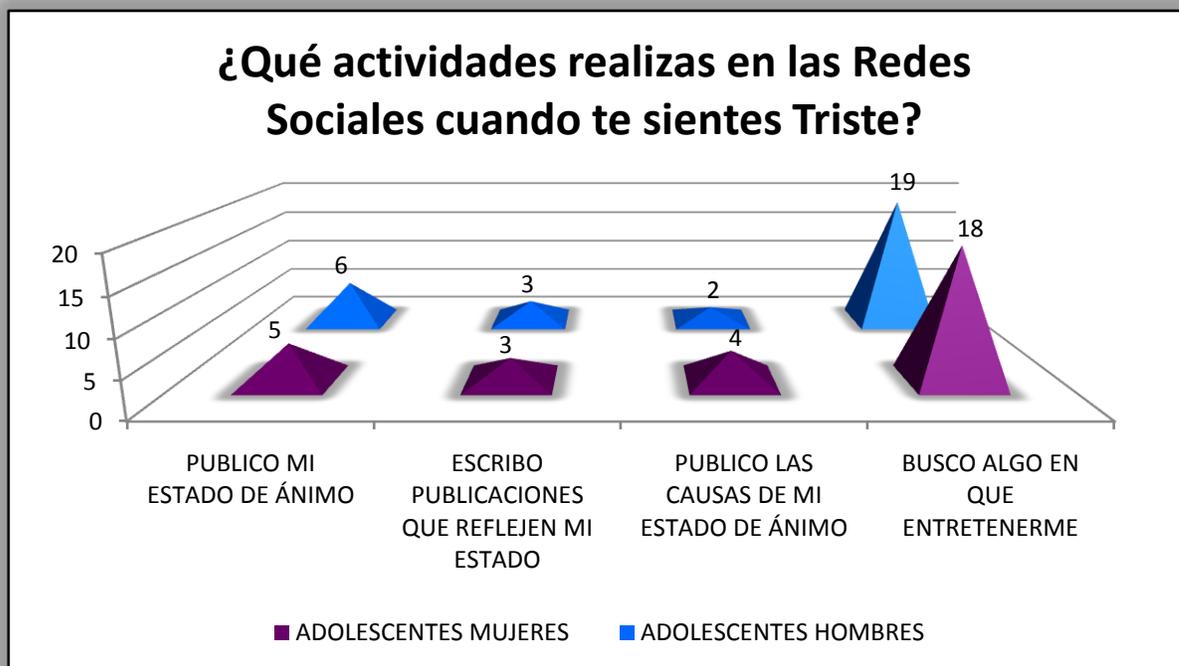


El gráfico de columnas muestra la comparación entre los adolescentes hombres y mujeres y las sensaciones que experimentan cuando no tienen acceso a internet, obteniendo los siguientes resultados que reflejan que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres se sienten normales al no tener acceso a internet por lo que reduce las posibilidades de que sean dependientes de las redes sociales por el momento.

CUADRO N° 12.

¿QUÉ ACTIVIDADES REALIZAS EN LAS REDES SOCIALES CUANDO TE SIENTES TRISTE?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
PUBLICO MI ESTADO DE ÁNIMO		5	6
ESCRIBO PUBLICACIONES QUE REFLEJEN MI ESTADO		3	3
PUBLICO LAS CAUSAS DE MI ESTADO DE ÁNIMO		4	2
BUSCO ALGO EN QUE ENTRETENERME		18	19
TOTAL		30	30

GRAFICA N° 12.

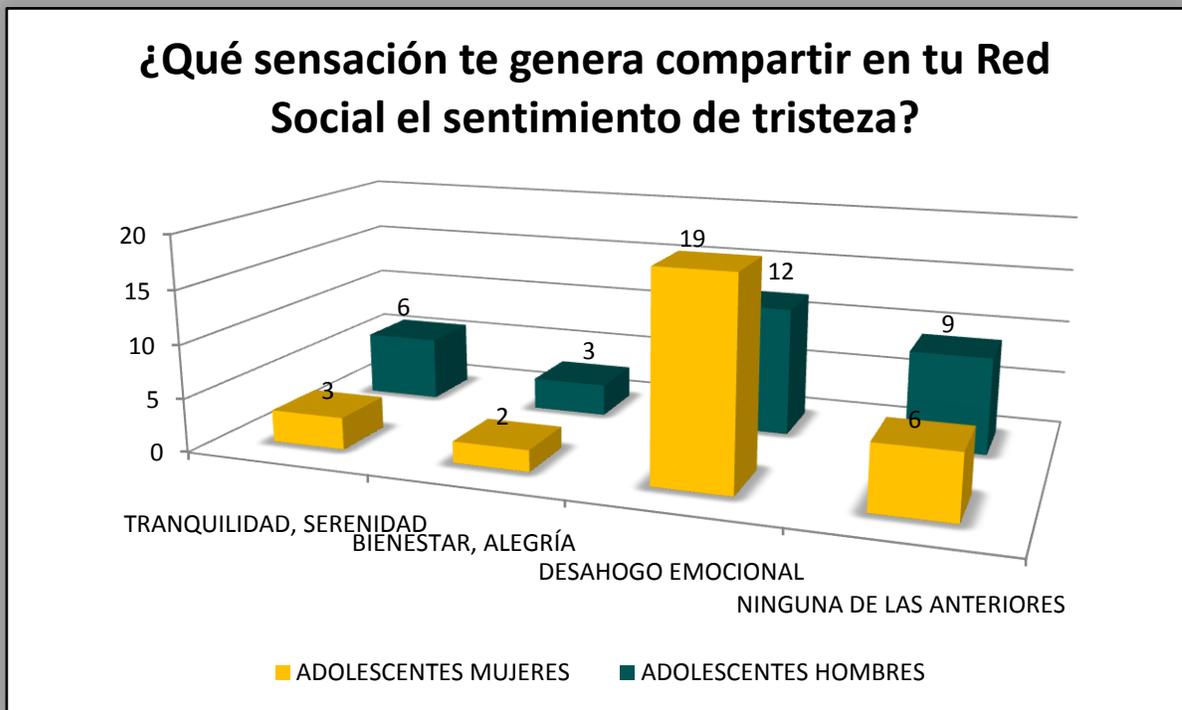


El gráfico de pirámides muestra la comparación entre los adolescentes mujeres y hombres y las actividades que realizan en las redes sociales cuando se sienten tristes, obteniendo que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres buscan algo en que entretenerse cuando experimentan la sensación de tristeza.

CUADRO Nº 13.

¿QUÉ SENSACIÓN TE GENERA COMPARTIR EN TU RED SOCIAL EL SENTIMIENTO DE TRISTEZA?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
TRANQUILIDAD, SERENIDAD		3	6
BIENESTAR, ALEGRÍA		2	3
DESAHOGO EMOCIONAL		19	12
NINGUNA DE LAS ANTERIORES		6	9
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 13.

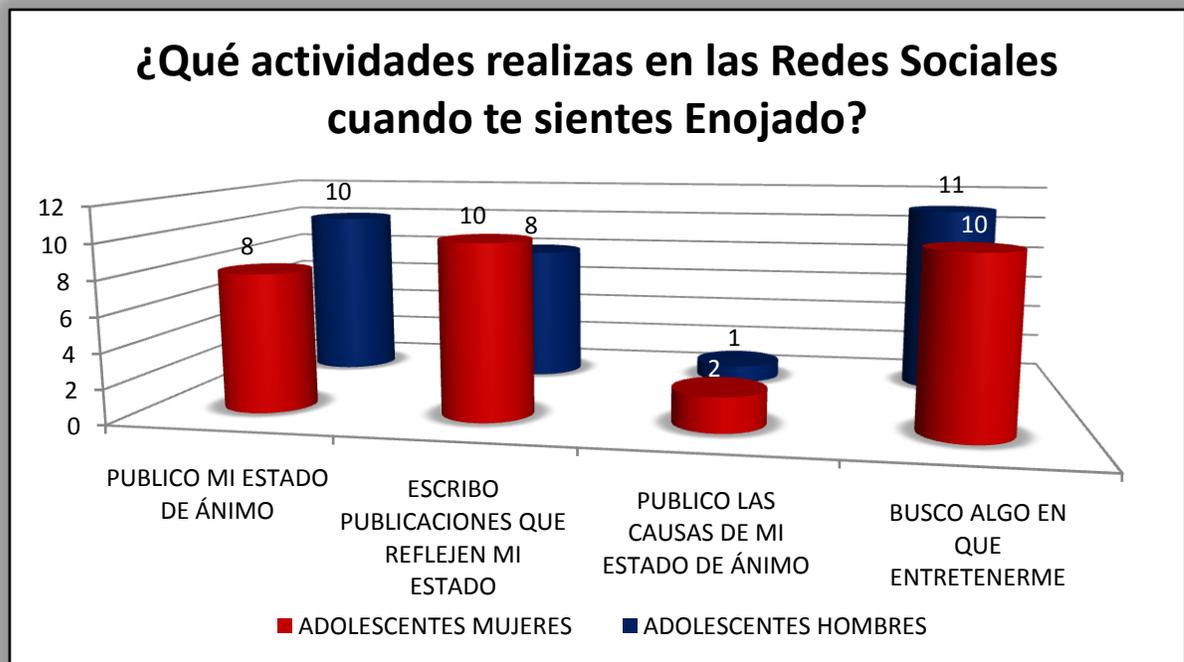


El gráfico de columnas muestra la comparación las adolescentes mujeres y hombres y la reacción que les genera compartir en la red social el sentimiento de tristeza, reflejando en los resultados que la mayoría de las adolescentes mujeres sienten un desahogo emocional al compartir su sentimiento de tristeza.

CUADRO Nº 14.

¿QUÉ ACTIVIDADES REALIZAS EN LAS REDES SOCIALES CUANDO TE SIENTES ENOJADO?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
	PUBLICO MI ESTADO DE ÁNIMO		8
ESCRIBO PUBLICACIONES QUE REFLEJEN MI ESTADO		10	8
PUBLICO LAS CAUSAS DE MI ESTADO DE ÁNIMO		2	1
BUSCO ALGO EN QUE ENTRETENERME		10	11
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 14.

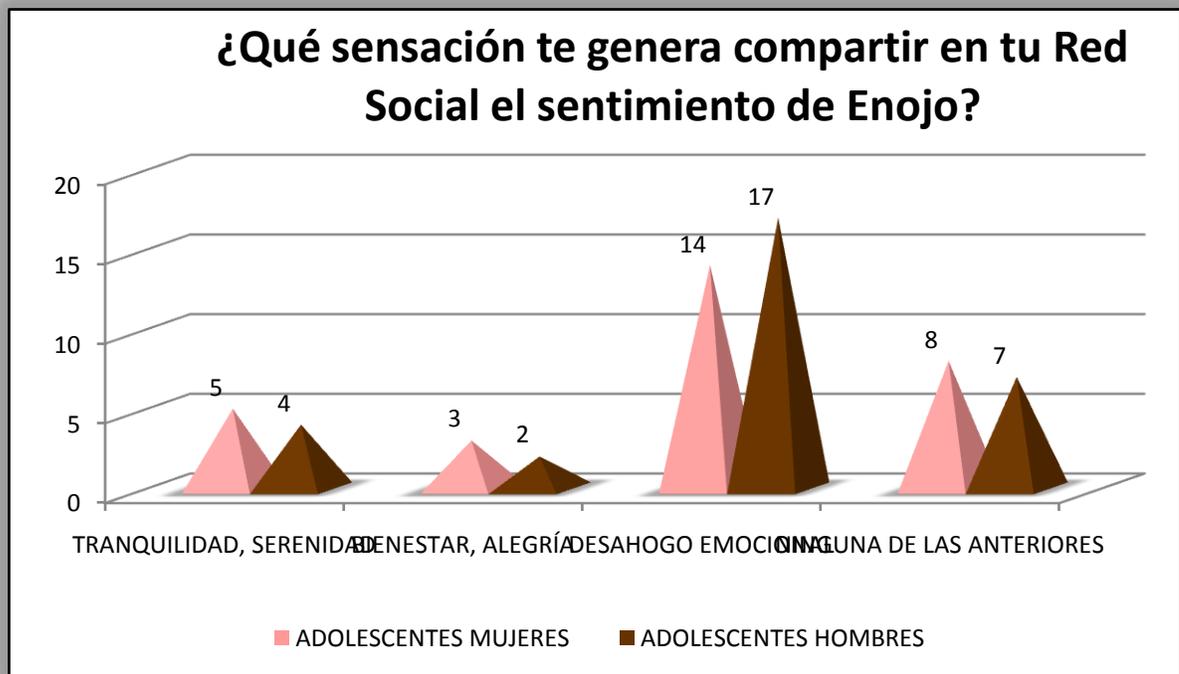


El gráfico de cilindros muestra la comparación entre los adolescentes mujeres y hombres y las actividades que realizan en las redes sociales cuando se sienten enojados/as, obteniendo que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres buscan algo en que entretenerse cuando experimentan la sensación de enojo.

CUADRO Nº 15.

¿QUÉ SENSACIÓN TE GENERA COMPARTIR EN TU RED SOCIAL EL SENTIMIENTO DE ENOJO?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
TRANQUILIDAD, SERENIDAD		5	4
BIENESTAR, ALEGRÍA		3	2
DESAHOGO EMOCIONAL		14	17
NINGUNA DE LAS ANTERIORES		8	7
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 15.

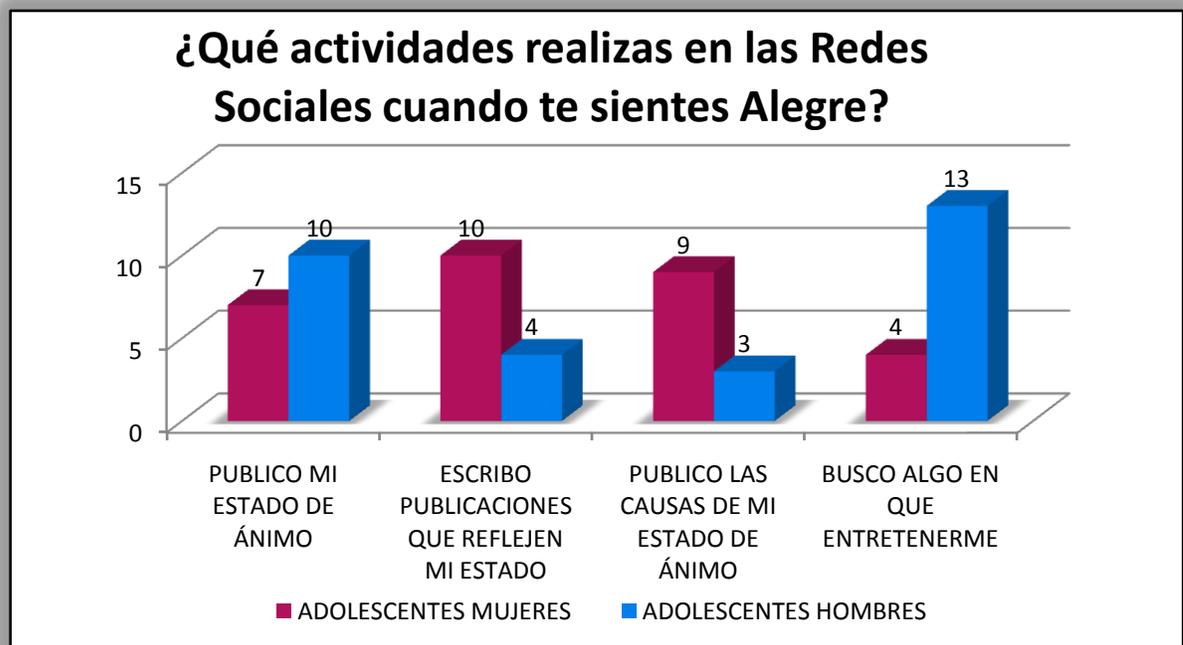


El gráfico de columnas muestra la comparación las adolescentes mujeres y hombres y la reacción que les genera compartir en la red social el sentimiento de enojo, reflejando en los resultados que la mayoría de los adolescentes hombres sienten un desahogo emocional al compartir su sentimiento de enojo.

CUADRO Nº 16.

¿QUÉ ACTIVIDADES REALIZAS EN LAS REDES SOCIALES CUANDO TE SIENTES ALEGRE?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
	PUBLICO MI ESTADO DE ÁNIMO		7
ESCRIBO PUBLICACIONES QUE REFLEJEN MI ESTADO		10	4
PUBLICO LAS CAUSAS DE MI ESTADO DE ÁNIMO		9	3
BUSCO ALGO EN QUE ENTRETENERME		4	13
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 16.

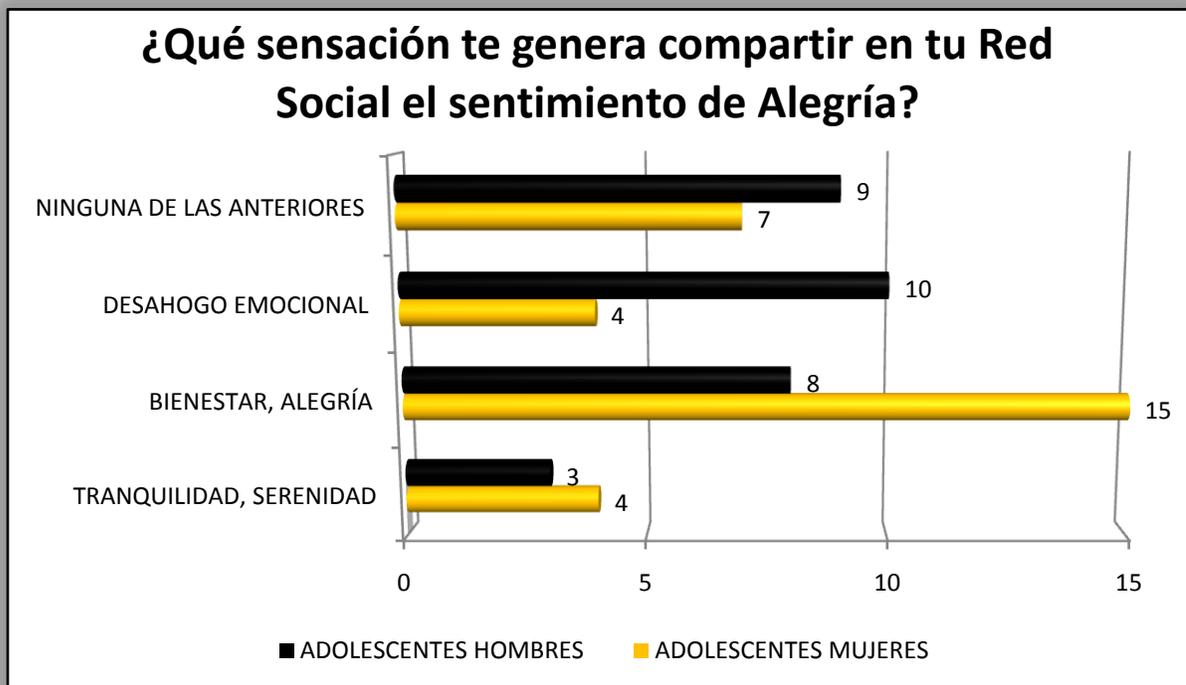


El gráfico de cilindros muestra la comparación entre los adolescentes mujeres y hombres y las actividades que realizan en las redes sociales cuando se sienten alegres, obteniendo que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres buscan algo en que entretenerse cuando experimentan la sensación de alegría.

CUADRO Nº 17.

¿QUÉ SENSACIÓN TE GENERA COMPARTIR EN TU RED SOCIAL EL SENTIMIENTO DE ALEGRÍA?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
TRANQUILIDAD, SERENIDAD		4	3
BIENESTAR, ALEGRÍA		15	8
DESAHOGO EMOCIONAL		4	10
NINGUNA DE LAS ANTERIORES		7	9
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 17.

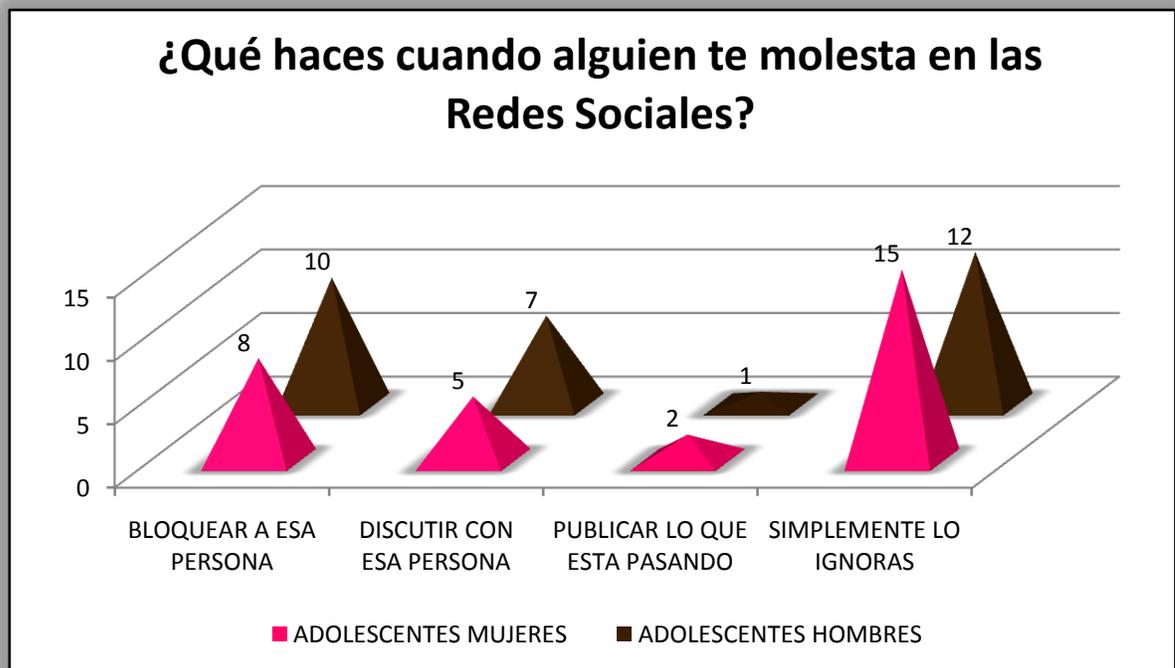


El gráfico de columnas muestra la comparación entre las adolescentes mujeres y hombres y la reacción que les genera compartir en la red social el sentimiento de alegría, reflejando en los resultados que la mayoría de las adolescentes mujeres sienten bienestar y alegría al compartir su sentimiento de alegría.

CUADRO Nº 18.

¿QUÉ HACES CUANDO ALGUIEN TE MOLESTA EN LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
BLOQUEAR A ESA PERSONA		8	10
DISCUTIR CON ESA PERSONA		5	7
PUBLICAR LO QUE ESTA PASANDO		2	1
SIMPLEMENTE LO IGNORAS		15	12
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 18.

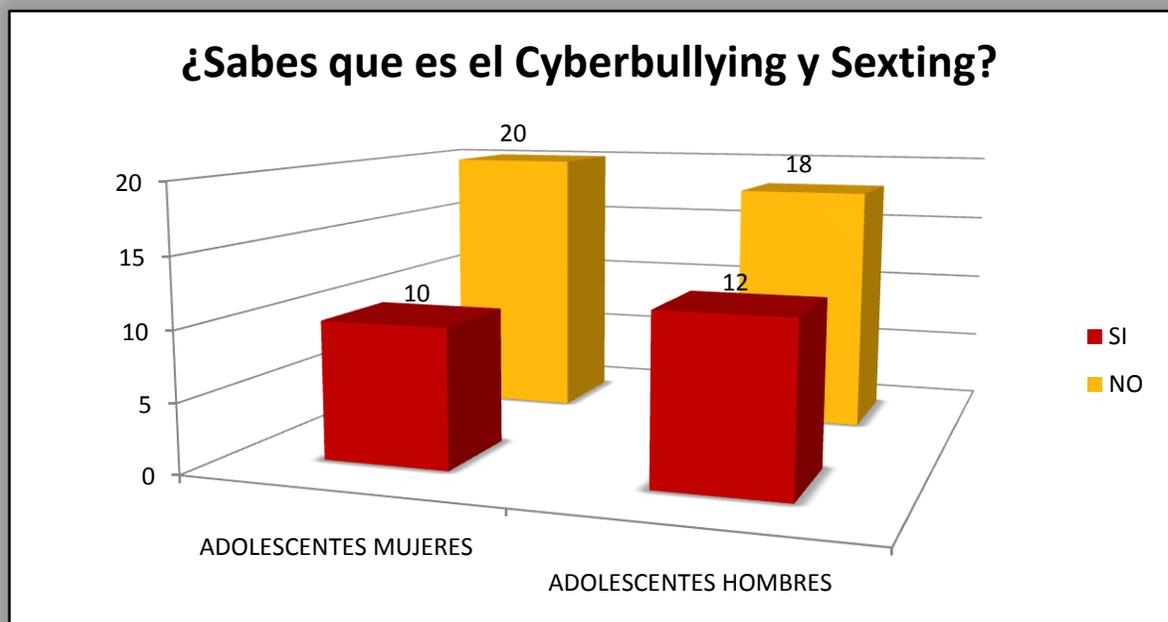


El gráfico de pirámides muestra la comparación entre las adolescentes mujeres y hombres y que hacen cuando alguien los molesta en las redes sociales, obteniendo los siguientes resultados que reflejan que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres simplemente ignoran a la persona que los molesta, y mientras que la mayoría de los adolescentes hombres también recurren a bloquear a la persona que los molesta.

CUADRO Nº 19.

¿SABES QUE ES EL CYBERBULLYING Y SEXTING?		
RESPUESTAS \ GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
SI	10	12
NO	20	18
TOTAL	30	30

GRAFICA Nº 19.

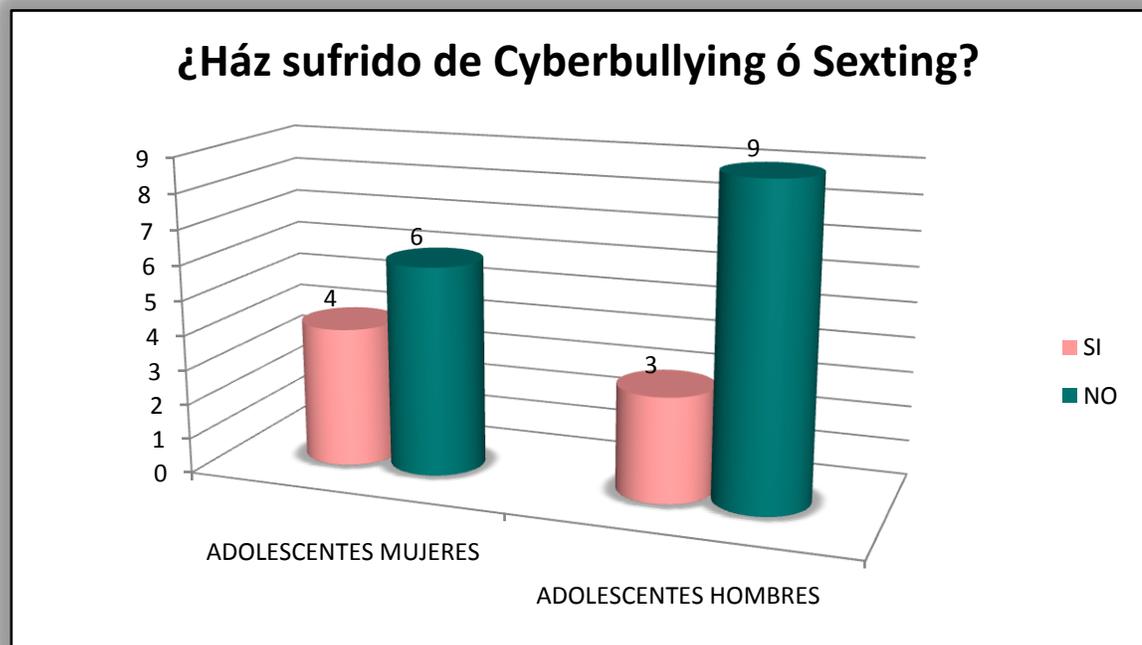


El gráfico de columnas muestra la comparación entre los adolescentes hombres y mujeres y su conocimiento sobre el ciberbullying y sexting, obteniendo los siguientes resultados que reflejan que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres no conocen los conceptos de ciberbullying y sexting por lo tanto no saben a los peligros que se pueden ver expuestos.

CUADRO Nº 20

¿HAZ SUFRIDO DE CYBERBULLYING Y SEXTING?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
SI		4	3
NO		6	12
TOTAL		10	12

GRAFICA Nº 20.



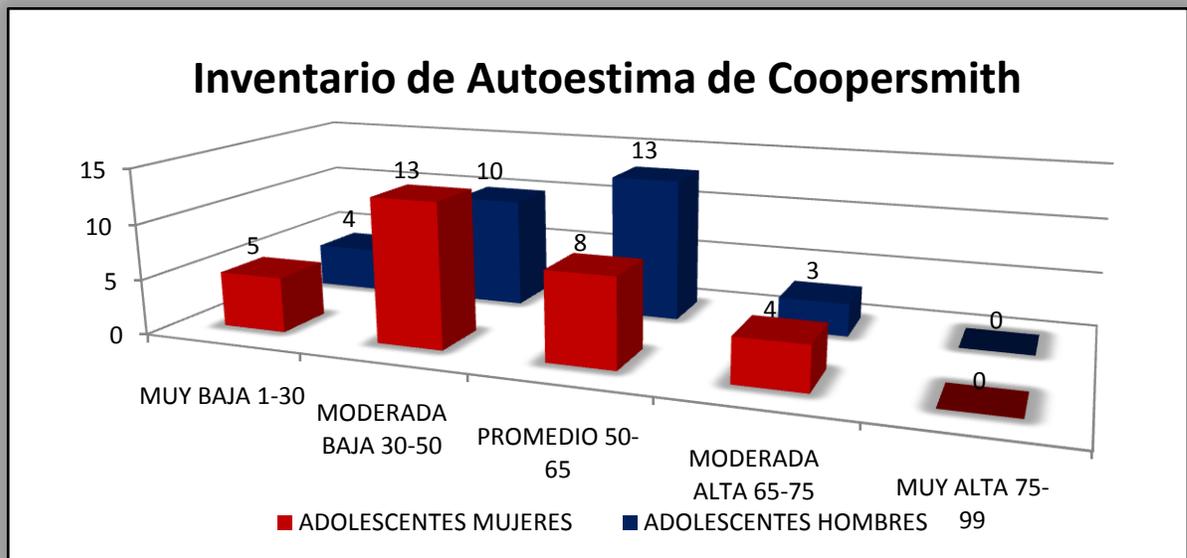
El gráfico de cilindros muestra la comparación en los adolescentes hombres y mujeres que afirmaron saber en qué consiste el cyberbullying y sexting, obteniendo los siguientes resultados que reflejan que la mayoría de los adolescentes tanto hombres como mujeres no han sufrido por el momento de cyberbullying ó sexting. Es importante mencionar que un grupo reducido de adolescentes hombres y mujeres han sufrido alguna vez de cyberbullying ó sexting.

**COMPARACION DE LOS RESULTADOS DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA
DE COOPERSMITH APLICADOS A ADOLESCENTES.**

CUADRO Nº 21.

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MUY BAJA 1-30		5	4
MODERADA BAJA 30-50		13	10
PROMEDIO 50-65		8	13
MODERADA ALTA 65-75		4	3
MUY ALTA 75-99		0	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 21.

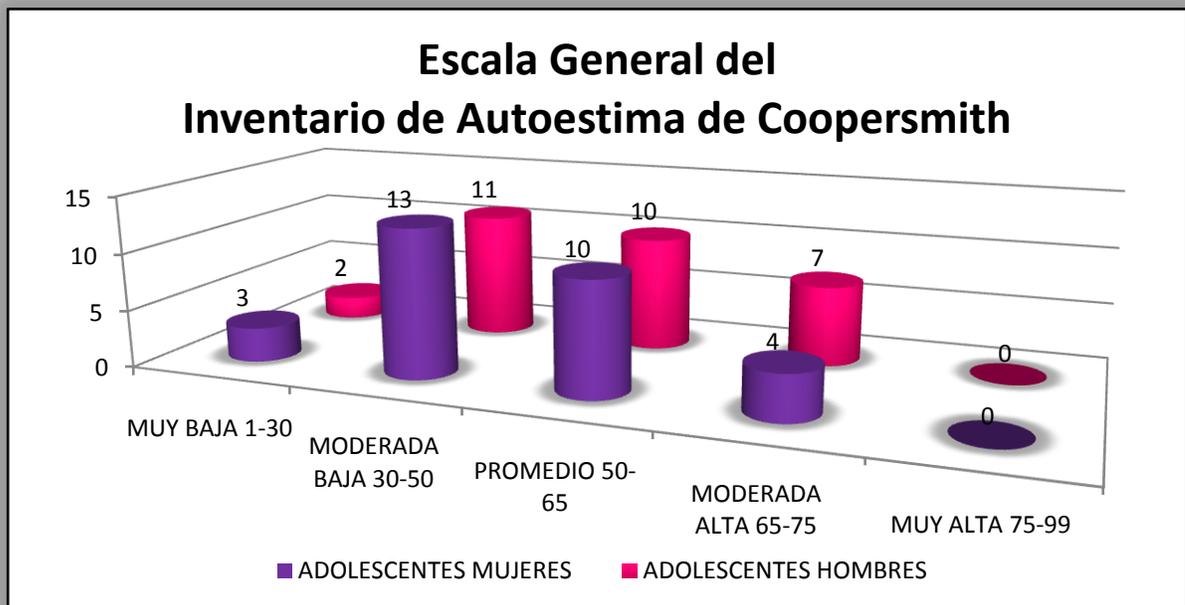


El gráfico de columnas muestra la comparación entre la autoestima de los y las adolescentes, reflejando que un 25% de las adolescentes mujeres poseen una autoestima moderadamente baja, mientras que un 25% de los adolescentes hombres poseen una autoestima promedio. Ambos grupos necesitan trabajar para mejorar su autoconocimiento y autovaloración.

CUADRO Nº 22.

ESCALA GENERAL DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MUY BAJA 1-30		3	2
MODERADA BAJA 30-50		13	11
PROMEDIO 50-65		10	10
MODERADA ALTA 65-75		4	7
MUY ALTA 75-99		0	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 22.

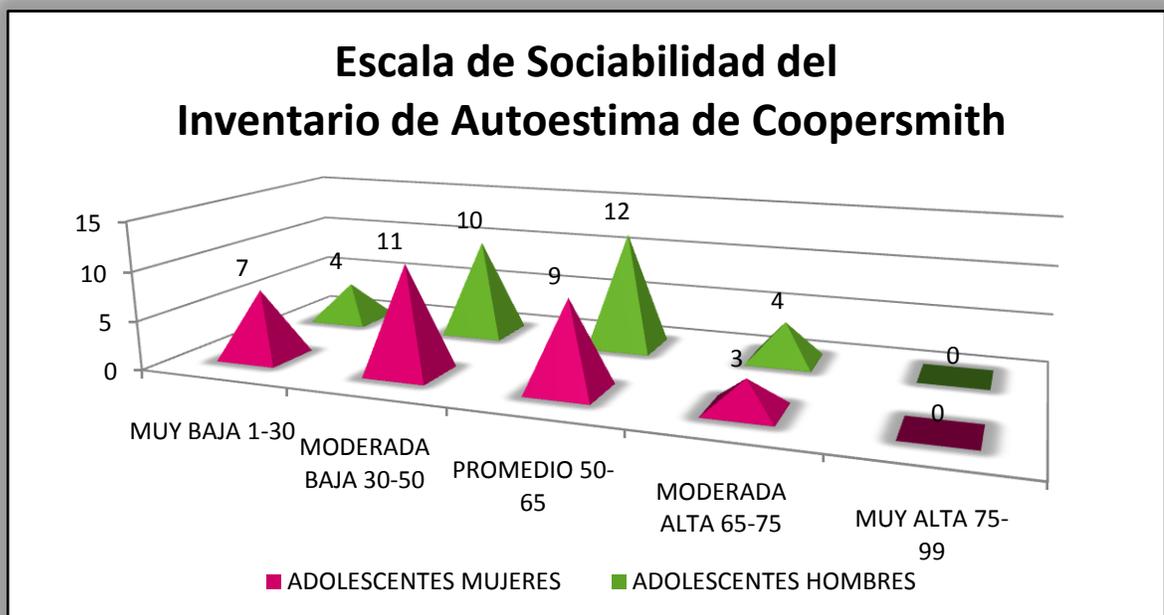


La gráfica de cilindros muestra la comparación en la escala general de autoestima reflejando que tanto adolescentes hombre como mujeres presentan en su mayoría una puntuación moderadamente baja lo que denota que el estado de insatisfacción consigo mismo es algo negativa.

CUADRO Nº 23.

ESCALA DE SOCIABILIDAD DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MUY BAJA 1-30		7	4
MODERADA BAJA 30-50		11	10
PROMEDIO 50-65		9	12
MODERADA ALTA 65-75		3	4
MUY ALTA 75-99		0	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 23.

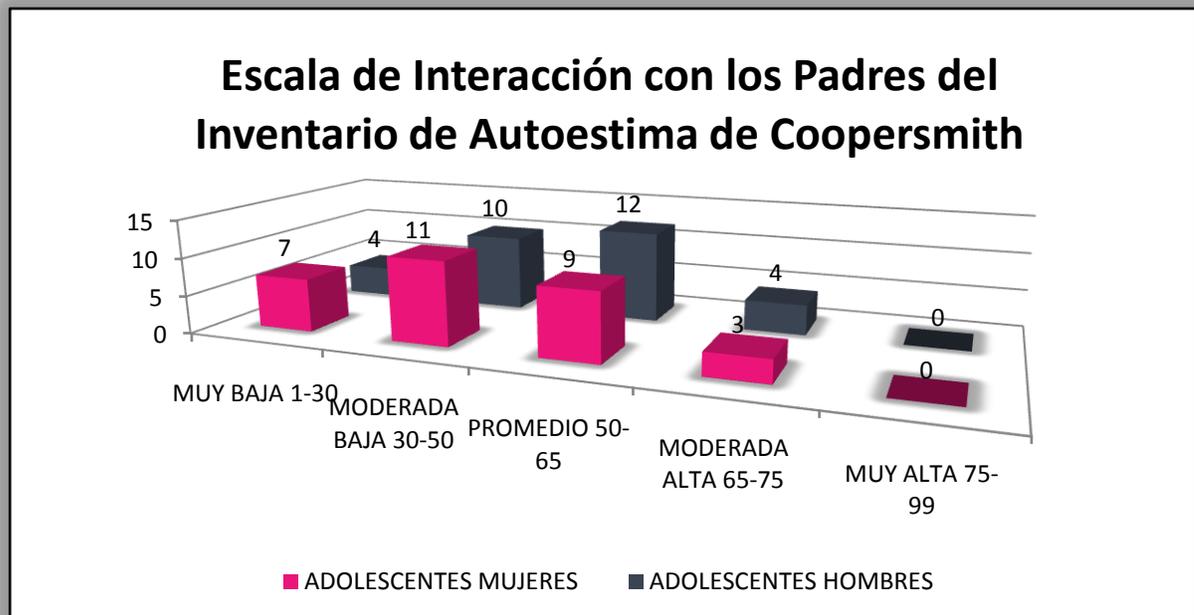


La gráfica de pirâmides muestra la comparación en la escala de sociabilidad del inventario de autoestima, reflejando que tanto adolescentes hombres como mujeres presentan en su mayoría una puntuación moderadamente baja lo cual puede significar que presenta dificultades al establecer relaciones interpersonales.

CUADRO Nº 24.

ESCALA DE INTERACCIÓN CON LOS PADRES DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MUY BAJA 1-30		7	4
MODERADA BAJA 30-50		11	10
PROMEDIO 50-65		9	12
MODERADA ALTA 65-75		3	4
MUY ALTA 75-99		0	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 24.

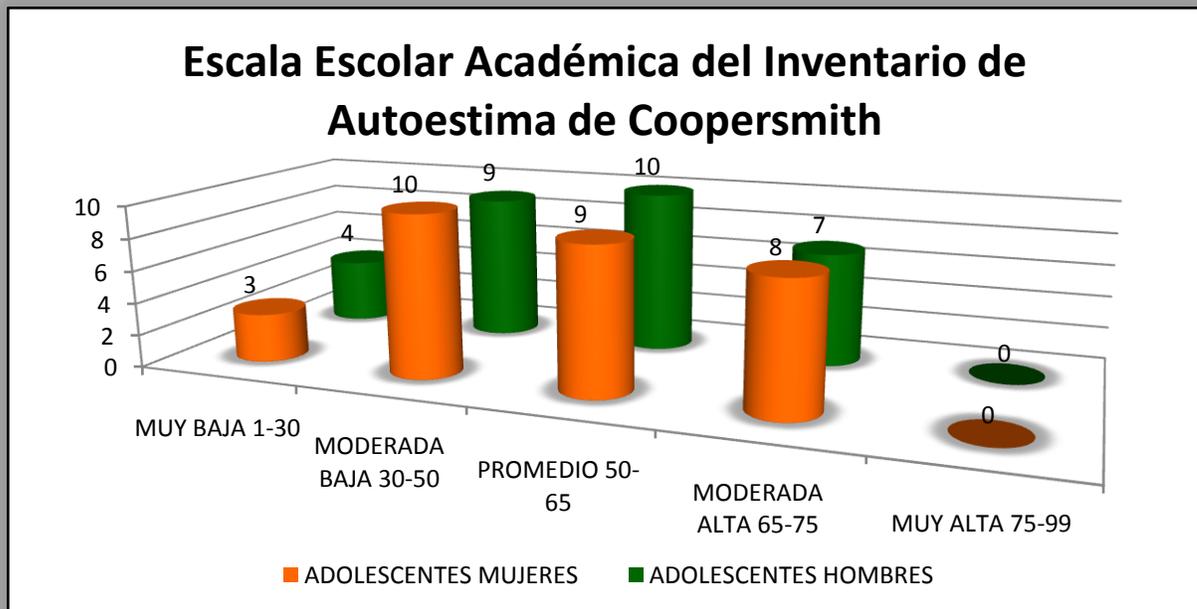


La gráfica de columnas muestra la comparación en la escala de interacción con los padres, los niveles bajos reflejan cualidades y habilidades negativas hacia las relaciones íntimas con la familia, se consideran incomprendidos y existe mayor dependencia.

CUADRO Nº 25.

ESCALA ESCOLAR ACADÉMICA DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
MUY BAJA 1-30		3	4
MODERADA BAJA 30-50		10	9
PROMEDIO 50-65		9	10
MODERADA ALTA 65-75		8	7
MUY ALTA 75-99		0	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 25.



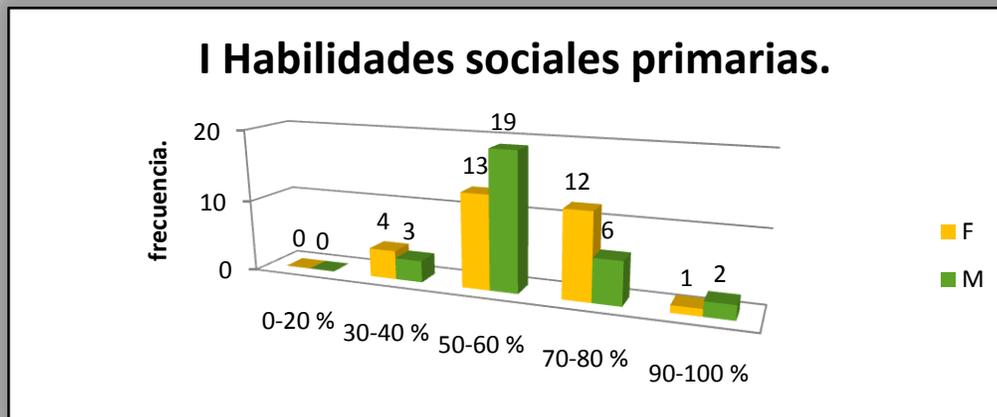
El gráfico de cilindros muestra la comparación en la escala escolar académica del inventario de autoestima, donde se refleja puntajes promedios tanto en adolescentes hombres como mujeres lo que refleja que tienen que trabajar más sus intereses académicos para que no se vean afectados en su desempeño en el futuro.

**COMPARACION DE LOS RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE
HABILIDADES SOCIALES APLICADOS A ADOLESCENTES.**

CUADRO Nº 26

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES		
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES
		MUJERES
		HOMBRES
0-20 %		0
30-40 %		4
50-60 %		13
70-80 %		12
90-100 %		1
TOTAL		30

GRAFICA Nº 26

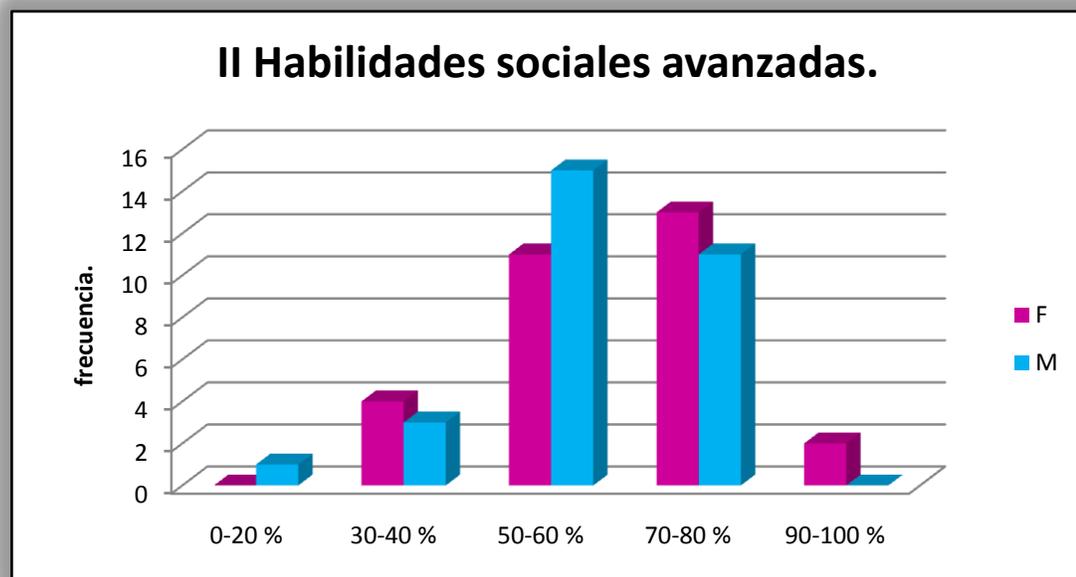


Las habilidades primarias, comprendidas dentro de esta categoría son destrezas básicas de convivencia, como lo son escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas, hacer un cumplido. Como se puede ver estas habilidades primarias están mayormente desarrolladas con un porcentaje promedio entre el 50% y 60%, siendo la categoría que más alto puntúa la de los Adolescentes hombres, y con menor puntaje las adolescentes mujeres. Así como también se evidencia que son pocos los adolescentes que poseen desarrollo casi completo de estas habilidades, puntuando entre un 90% a un 100%.

CUADRO Nº 27

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
0-20 %		0	1
30-40 %		4	3
50-60 %		11	15
70-80 %		13	11
90-100 %		2	0
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 27

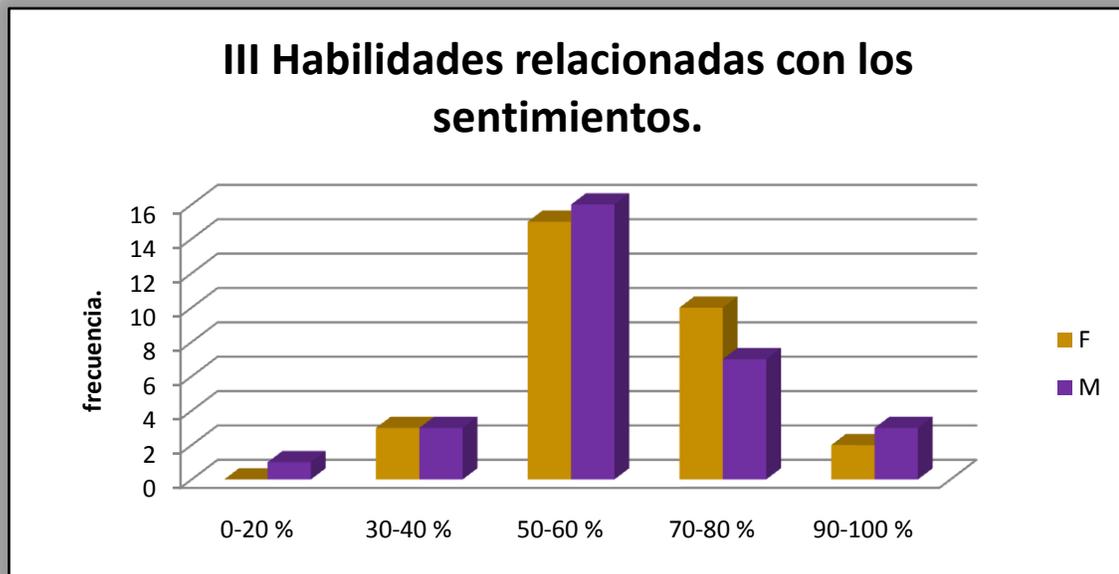


Dentro de las habilidades sociales avanzadas están comprendidas las siguientes destrezas: pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás. Los porcentajes más altos puntuados dentro de esta categoría igualmente se encuentran en el rango promedio sobresaliendo, los puntajes de los adolescentes hombres, otro de los porcentajes que puntúa alto son los porcentajes de 70% al 80% obteniendo un número similar de frecuencia que el puntaje promedio. Se puede establecer que dentro de estas categorías se puede establecer que dentro del 100% de la muestra, un 60% a 70% posee habilidades sociales avanzadas desarrolladas.

CUADRO Nº 28.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES		
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES
		MUJERES
		ADOLESCENTES
		HOMBRES
0-20 %		0
30-40 %		3
50-60 %		15
70-80 %		10
90-100 %		2
TOTAL		30

GRAFICA Nº 28.

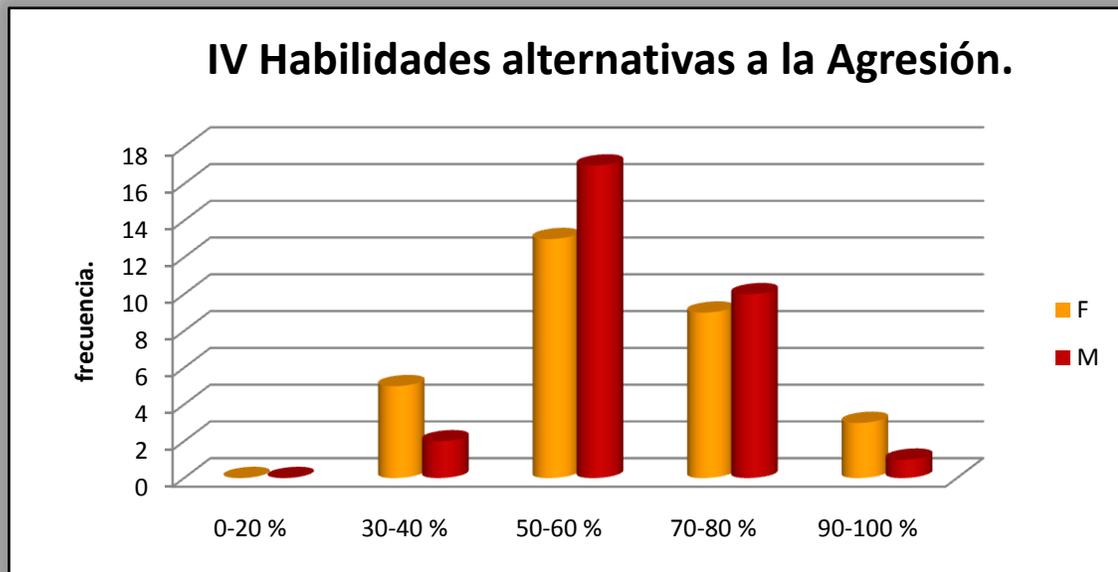


Dentro de las habilidades relacionadas con los sentimientos se encuentran: Conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo, autorrecompensarse. De igual manera las destrezas relacionadas con los sentimientos están desarrolladas medianamente en un puntaje promedio por la muestra estudiada, con frecuencias similares entre adolescentes hombres y mujeres.

CUADRO Nº 29.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
0-20 %		0	0
30-40 %		5	2
50-60 %		13	17
70-80 %		9	10
90-100 %		3	1
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 29.

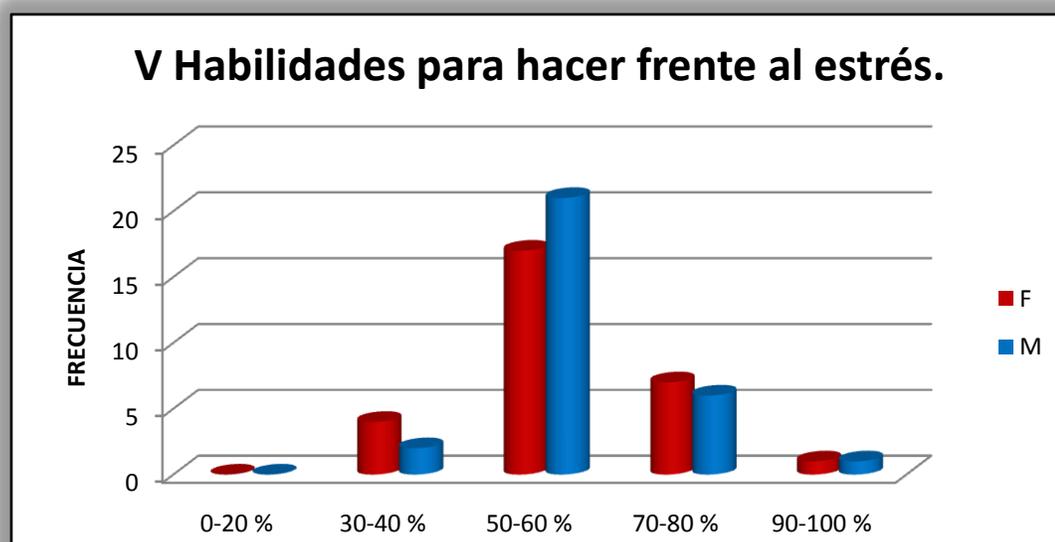


Dentro de las habilidades alternativas a la agresión se encuentran: pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas .evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas. Como se puede observar en el gráfico, un poco más de la mitad de los sujetos de estudio se encuentra en un porcentaje promedio sobre el manejo de habilidades alternativas a la agresión, lo cual indica la falta de autocontrol de los sujetos ante situaciones de estrés.

CUADRO Nº 30

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
0-20 %		0	0
30-40 %		4	2
50-60 %		17	21
70-80 %		7	6
90-100 %		1	1
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 30



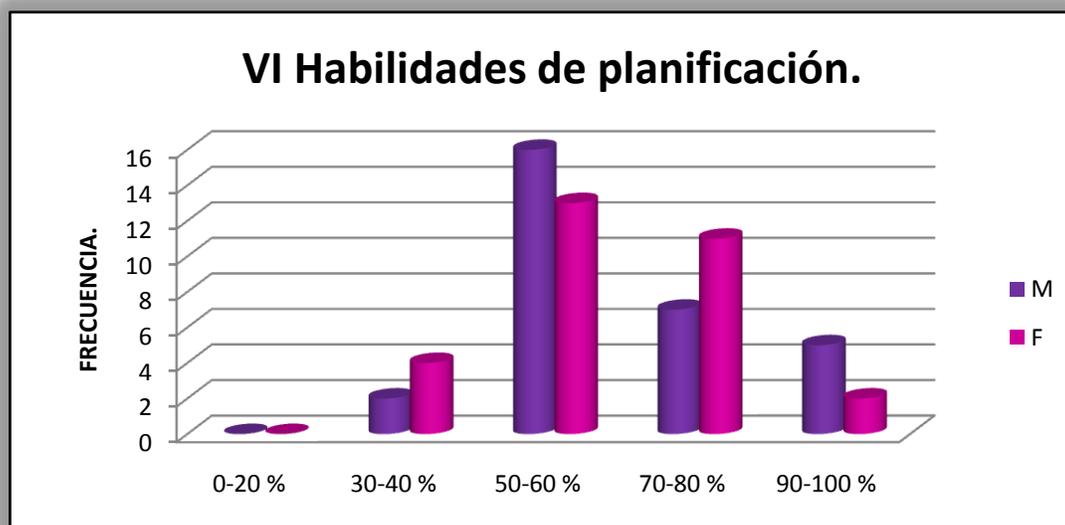
En las habilidades para hacer frente al estrés se encuentran: demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo.

Dentro de estas habilidades son únicamente 15 personas del 100% de la muestra que poseen la destreza para poder manejar el estrés, el promedio en el que se encuentran es entre un 70%-100% de la habilidad desarrollada, dejando en evidencia que el porcentaje restante necesita aprender a manejar el estrés.

CUADRO Nº 31.

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
0-20 %		0	0
30-40 %		2	4
50-60 %		16	13
70-80 %		7	11
90-100 %		5	2
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 31.



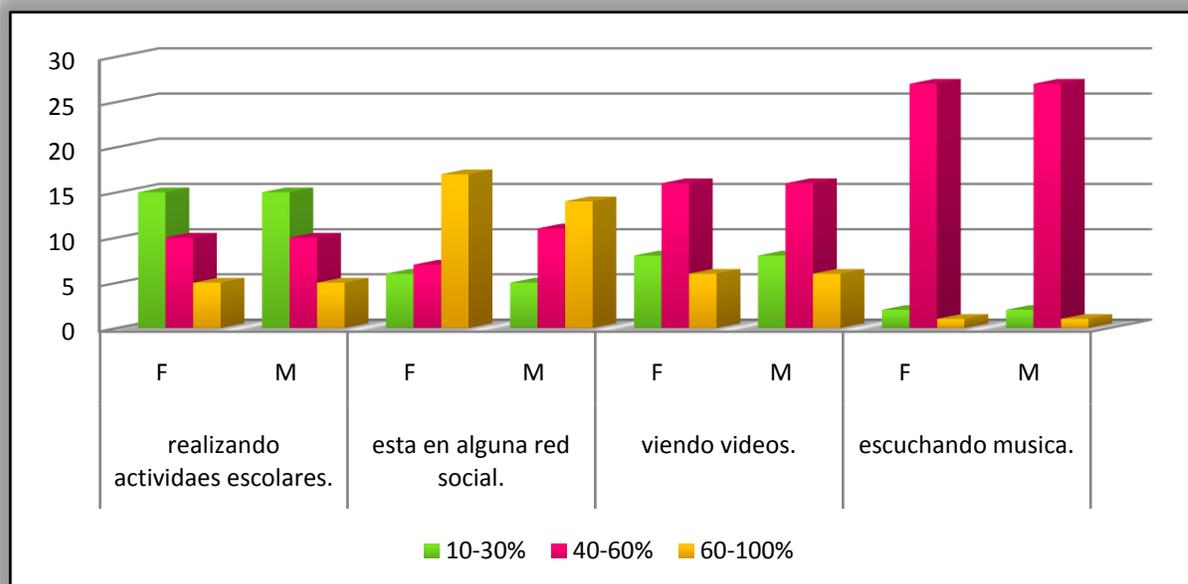
En de las habilidades de planificación encontramos las siguientes características: tomar iniciativas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea. Dentro de las habilidades de planificación, se puede observar que el 48.3% de la muestra, se encuentra dentro del porcentaje promedio, en el cual destacan los adolescentes hombres, lo cual indica que tienen habilidades de planificación medianamente desarrolladas, mientras que un 41% de muestra ronda entre 70%-100% de las habilidades de planificación desarrolladas, siendo en este último el porcentaje más alto el de las adolescentes mujeres.

COMPARACION DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO A LOS PADRES DE LOS Y LAS ADOLESCENTES

CUADRO Nº 32

DURANTE EL TIEMPO QUE SU HIJO O HIJA, PASA FRENTE A LA COMPUTADORA, QUE PORCENTAJE LE DARIA A CADA UNA DE LAS SIGUIENTES OPCIONES?								
	realizando actividades escolares.		esta en alguna red social.		viendo videos.		escuchando musica.	
	F	M	F	M	F	M	F	M
10-30%	15	15	6	5	8	8	2	2
40-60%	10	10	7	11	16	16	27	27
60-100%	5	5	17	14	6	6	1	1
	30	30	30	30	30	30	30	30

GRAFICA Nº 32.

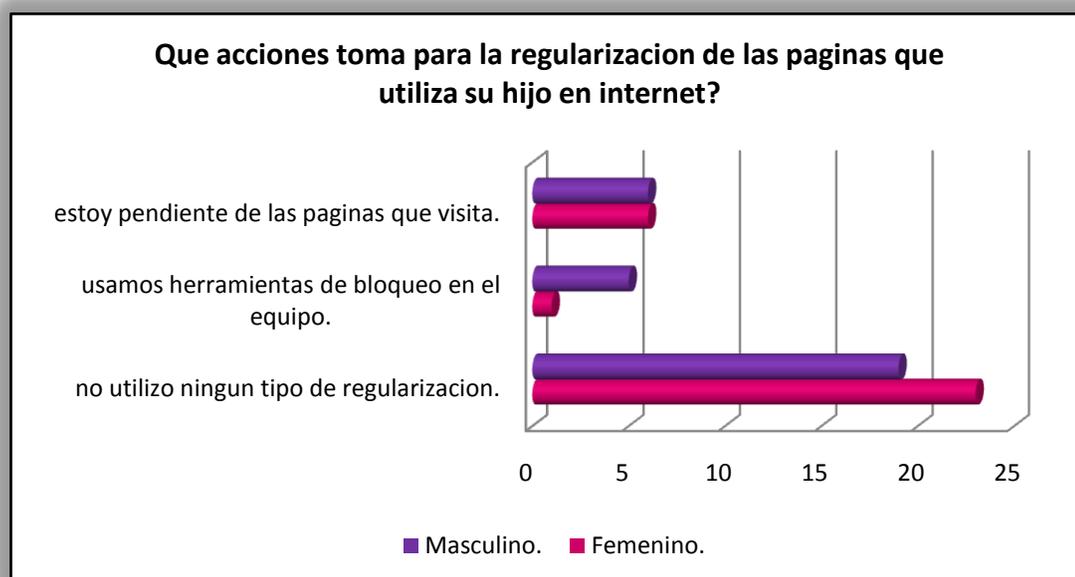


Dentro las opciones que se plantearon en esta pregunta, se puede decir que los padres consideran que el 51% de la muestra (entre adolescentes hombres y adolescentes mujeres), pasa en alguna red social entre el 60% y el 100% del tiempo que utilizan el internet, puntuando un porcentaje más alto las adolescentes mujeres, mientras que el 18% de los padres creen que sus hijos pasan entre un 10% y 30% del tiempo en una red social mientras usa el internet.

CUADRO Nº 33.

QUE ACCIONES TOMA PARA LA REGULARIZACION DE LAS PAGINAS QUE UTILIZA SU HIJO EN INTERNET?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
	no utilizo ningún tipo de regularización.		23
usamos herramientas de bloqueo en el equipo.		1	5
estoy pendiente de las paginas que visita.		6	6
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 33

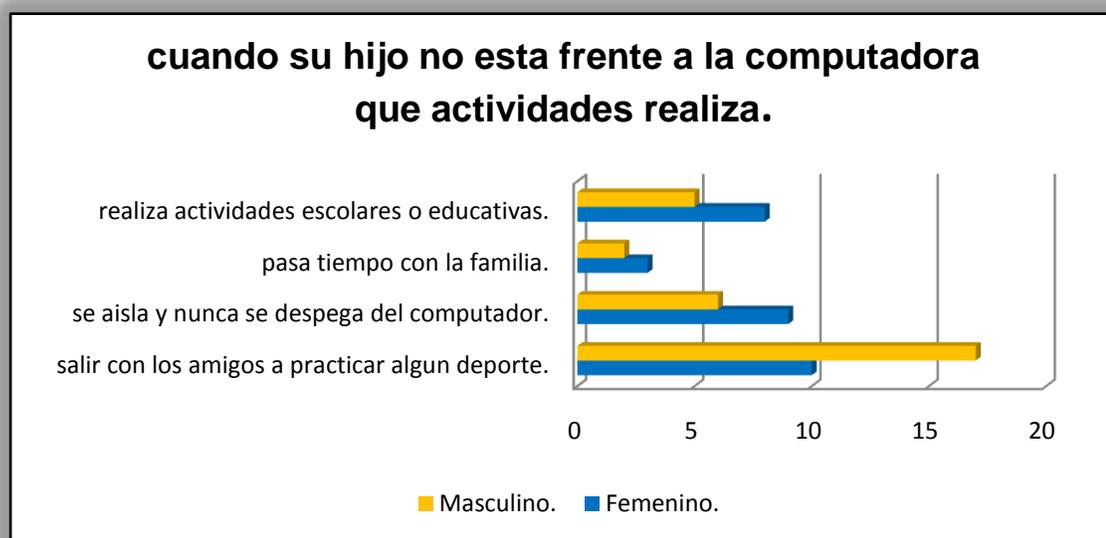


Dentro de las acciones que los padres realizan para la regularización de las páginas que utiliza su hijo en internet, únicamente un 20% está pendiente de las páginas que los hijos visitan, mientras que un 10% usa herramientas de bloqueo, es curioso observar que dentro de esta categoría son los padres de hijos varones los que más utilizan las herramientas de bloqueo. Un 70% de los padres no practica ningún tipo de regularización de las páginas de internet que visita su hijo o hija.

CUADRO Nº 34

CUANDO SU HIJO NO ESTA FRENTE A LA COMPUTADORA QUE ACTIVIDADES REALIZA.		
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES
		MUJERES
		HOMBRES
salir con los amigos a practicar algún deporte.		10
se aísla y nunca se despega del computador.		9
Pasa tiempo con la familia.		3
Realiza actividades escolares o educativas.		8
TOTAL		30

GRAFICA Nº 34

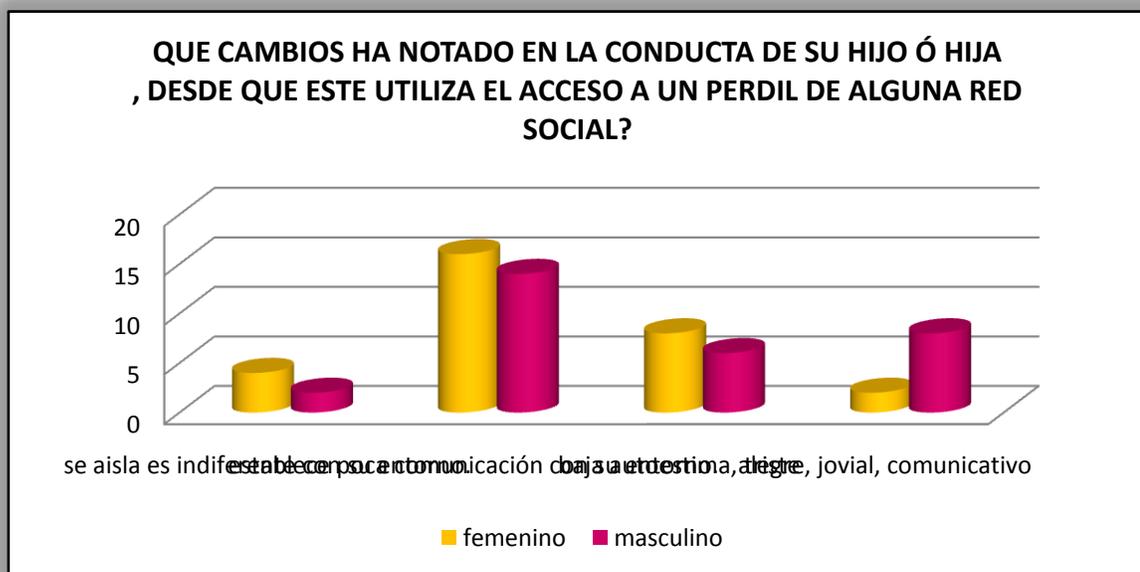


Dentro de las actividades que los hijos realizan mientras no están utilizando el internet, se puede destacar que un porcentaje considerable sale con sus amigos, cabe destacar que el puntaje más alto lo han obtenido los adolescentes hombres, mientras que las adolescentes mujeres salen con sus amigos en menor frecuencia. Otro de los puntos más importantes a destacar es que del 100% de las adolescentes mujeres, el 30% se aísla y nunca se despega de algún dispositivo con internet, mientras que los hombres, realizan actividades más variadas. Mientras que el 26% del porcentaje total de mujeres se dedica a las actividades escolares cuando esta frente al computador.

CUADRO Nº 35

QUE CAMBIOS HA NOTADO EN LA CONDUCTA DE SU HIJO Ó HIJA DESDE QUE ESTE UTILIZA EL ACCESO A UN PERDIL DE ALGUNA RED SOCIAL			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
se aísla es indiferente con su entorno.		4	2
Establece poca comunicación con su entorno.		16	14
baja autoestima, triste		8	6
alegre, jovial, comunicativo		2	8
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 35.

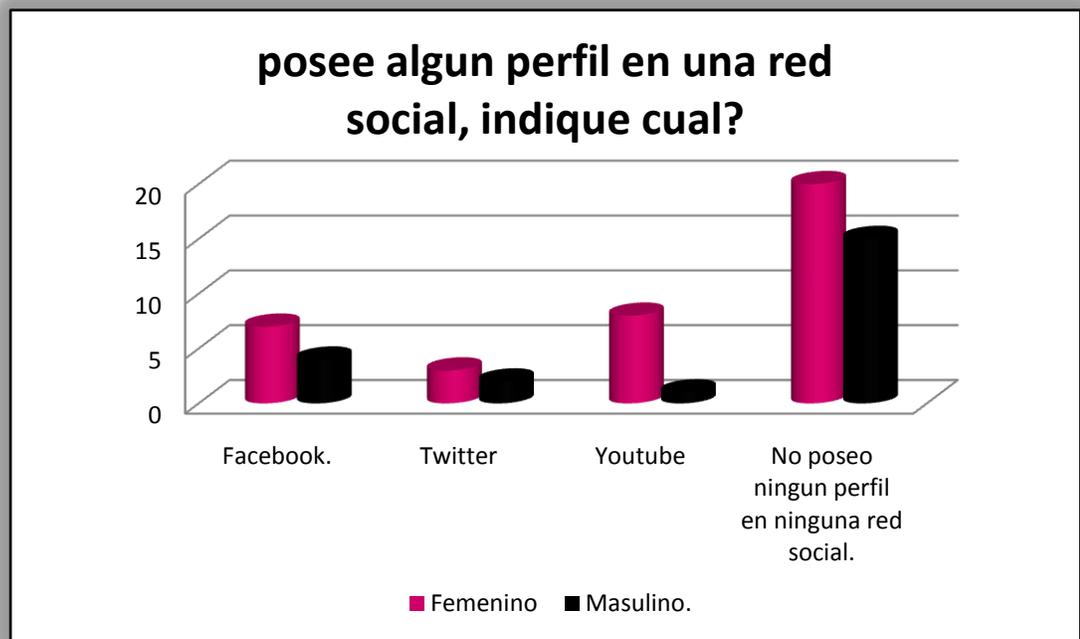


Entre los cambios de conducta que los padres han observado, han mencionado que el pobre establecimiento de comunicación con el entorno se ha dado con mayor frecuencia, con el 50% de la población total siendo la más afectada la de las adolescentes mujeres con un 26.67%, mientras que los adolescentes hombres con un 23.33%. Otro de los datos a destacar esta la baja autoestima, donde son las mujeres destacan con un 13.33%. Siendo los menos afectados los adolescentes hombres.

CUADRO Nº 36.

POSEE ALGUN PERFIL EN UNA RED SOCIAL, INDIQUE CUAL?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
Facebook.		7	4
Twitter		3	2
Youtube		8	1
No poseo ningun perfil en ninguna red social.		20	15
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 36.

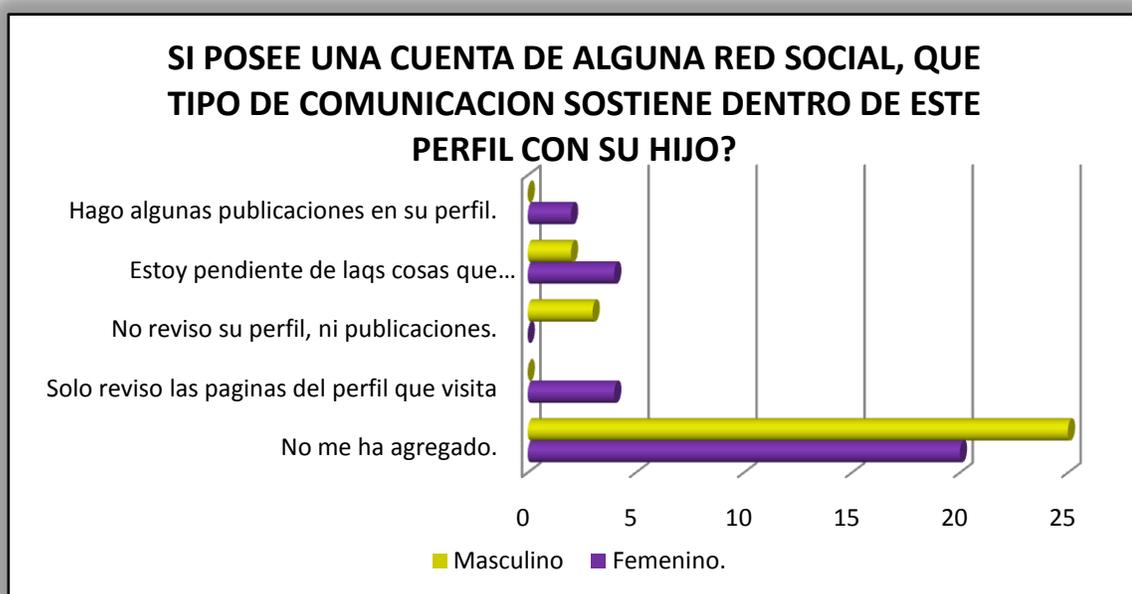


Un 59% de los padres de familia no poseen ningún tipo de perfil en ninguna red social, mientras que el 41% de los otros padres si poseen un perfil en algunas redes sociales como lo son Facebook, Twitter, Youtube.

CUADRO Nº 37.

SI POSEE UNA CUENTA DE ALGUNA RED SOCIAL, QUE TIPO DE COMUNICACION SOSTIENE DENTRO DE ESTE PERFIL CON SU HIJO		
RESPUESTAS	GÉNERO	
		ADOLESCENTES MUJERES
		ADOLESCENTES HOMBRES
No me ha agregado.		20
Solo reviso las páginas del perfil que visita		4
No reviso su perfil, ni publicaciones.		0
Estoy pendiente de las cosas que publica, pero no las comento.		3
Hago algunas publicaciones en su perfil.		4
		2
		0
TOTAL		30
		30

GRAFICA Nº 37.

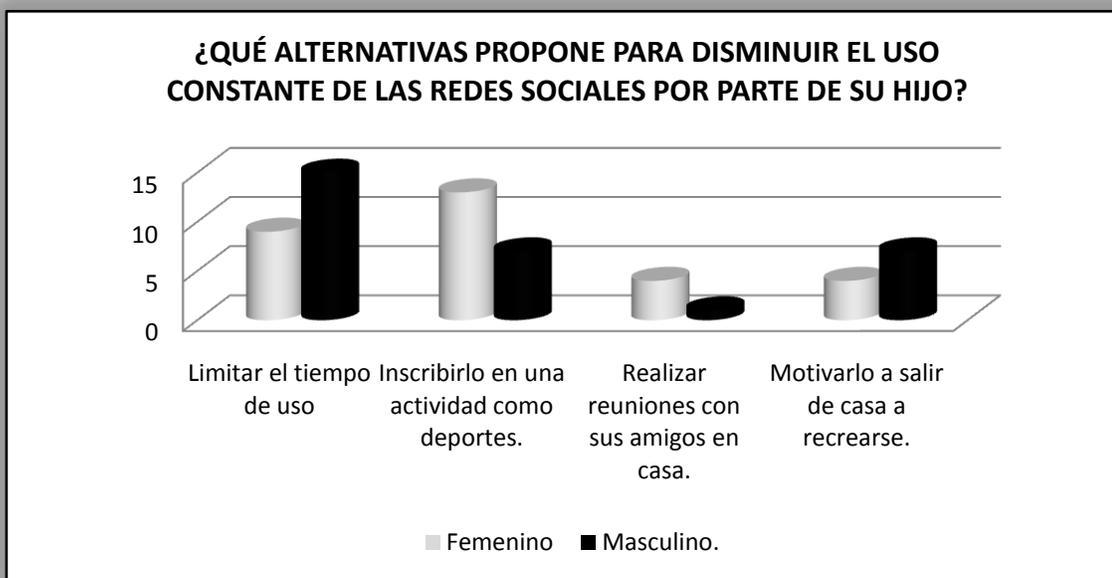


Dentro de los padres que afirmaron poseer una cuenta en alguna red social, el 10% afirma estar pendiente de las publicaciones que su hijo realiza pero no las comenta o hacer algún tipo de publicación en el perfil, mientras que el 6.66% de los padres solo revisan las páginas que visitan, y el mayor porcentaje, no los ha agregado o no posee algún perfil en la red social.

CUADRO Nº 38.

¿QUÉ ALTERNATIVAS PROPONE PARA DISMINUIR EL USO CONSTANTE DE LAS REDES SOCIALES POR PARTE DE SU HIJO?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
Limitar el tiempo de uso		9	15
Inscribirlo en una actividad como deportes.		13	7
Realizar reuniones con sus amigos en casa.		4	1
Motivarlo a salir de casa a recrearse.		4	7
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 38.

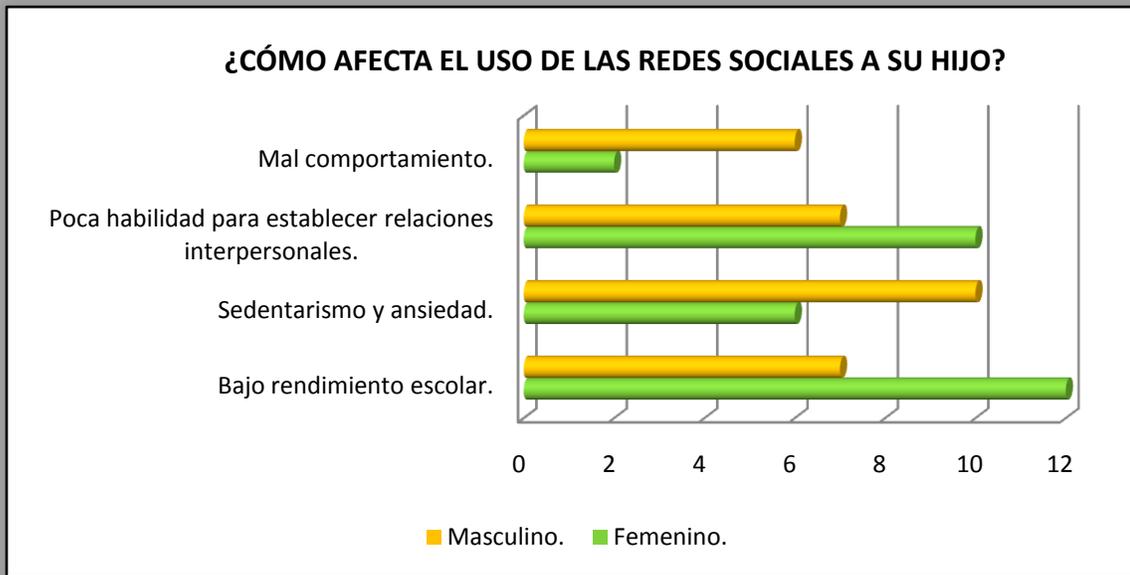


Dentro de las alternativas que los padres proponen para disminuir el uso constante de las redes sociales, el 40% propone limitar el tiempo de uso el 33% inscribirlo en alguna actividad deportiva, mientras que el restante 26% propone organizar reuniones con los amigos o motivarlo a salir de casa.

CUADRO Nº 39.

¿ CÓMO AFECTA EL USO DE LAS REDES SOCIALES A SU HIJO		
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES
		MUJERES
		ADOLESCENTES
		HOMBRES
Bajo rendimiento escolar.		12
Sedentarismo y ansiedad.		6
Poca habilidad para establecer relaciones interpersonales.		10
Mal comportamiento.		2
TOTAL		30

GRAFICA Nº 39.

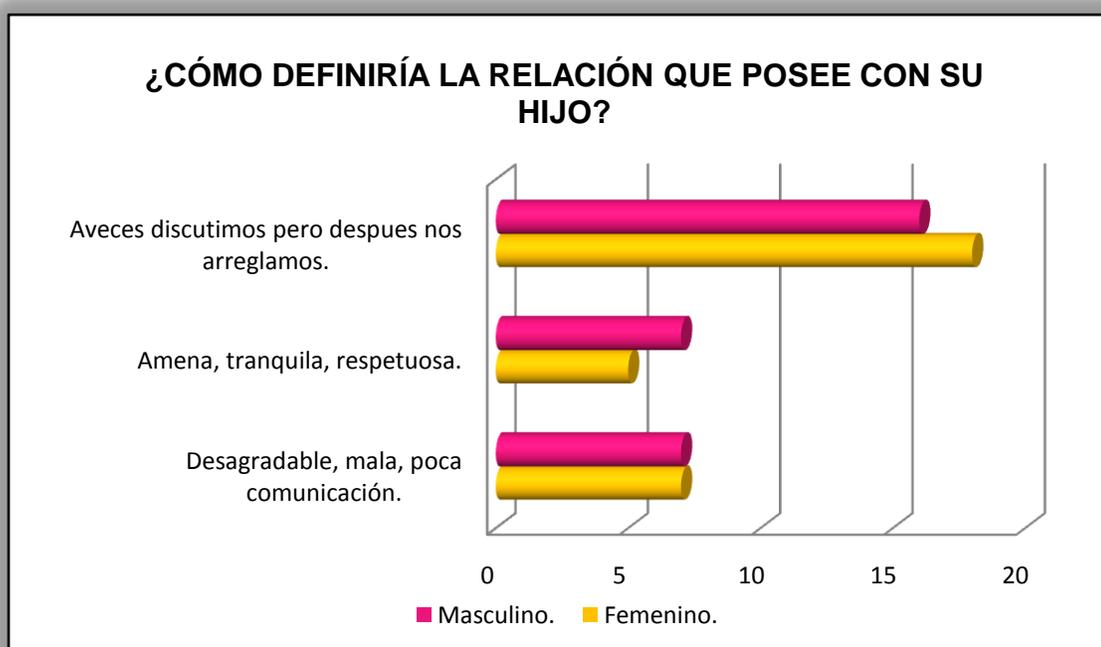


La forma en que el uso de las redes sociales afecta a los adolescentes según los padres en su mayoría es el rendimiento escolar con un 20% en el caso de las adolescentes mujeres mientras que en esta categoría los menos afectados son los adolescentes hombre con un 11.7%. Otra de las categorías más sobresalientes son la habilidad para establecer relaciones interpersonales donde nuevamente el porcentaje más alto pertenece a las adolescentes mujeres con un 16.7%. en la categoría del sedentarismo y la ansiedad, los sujetos que puntúan alto son los adolescentes hombres con un 16.7%.

CUADRO Nº 40.

¿CÓMO DEFINIRÍA LA RELACIÓN QUE POSEE CON SU HIJO?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
	Desagradable, mala, poca comunicación.		7
Amena, tranquila, respetuosa.		5	7
A veces discutimos pero después nos arreglamos.		18	16
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 40.

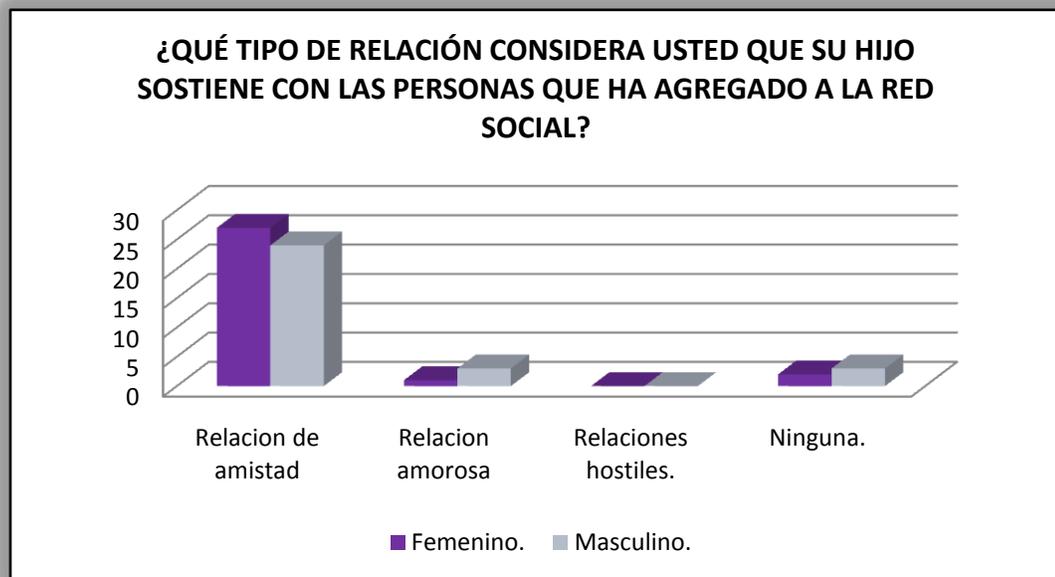


La relación que los padres parecen tener con sus hijos vendría siendo una relación padre e hijo común, ya que un 57% afirmó que discutían pero después las cosas volvían a la normalidad, así como también en las otras categorías expresaron que era amena, tranquila y respetuosa con un 20% y con un 23% afirmaron que la relación existente es desagradable, mala, y parecer no tener mucha comunicación.

CUADRO Nº 41.

¿QUÉ TIPO DE RELACIÓN CONSIDERA USTED QUE SU HIJO SOSTIENE CON LAS PERSONAS QUE HA AGREGADO A LA RED SOCIAL?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
Relacion de amistad		27	24
Relacion amorosa		1	3
Relaciones hostiles.		0	0
Ninguna.		2	3
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 41.

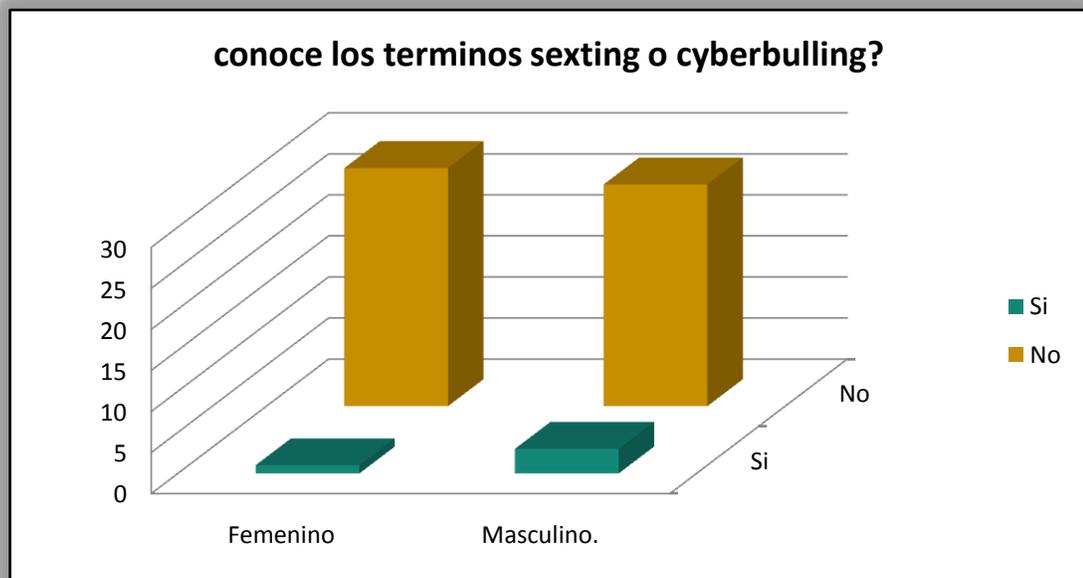


La mayoría de los padres consideran que el tipo de relación que sus hijos sostienen con sus contactos en la red social es de tipo amistosa. Mientras que un 7% considera que el tipo de relación que sus hijos sostienen en la red social es de tipo amoroso.

CUADRO Nº 42

CONOCE LOS TERMINOS SEXTING O CYBERBULLING			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
Si		1	3
No		29	27
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 42

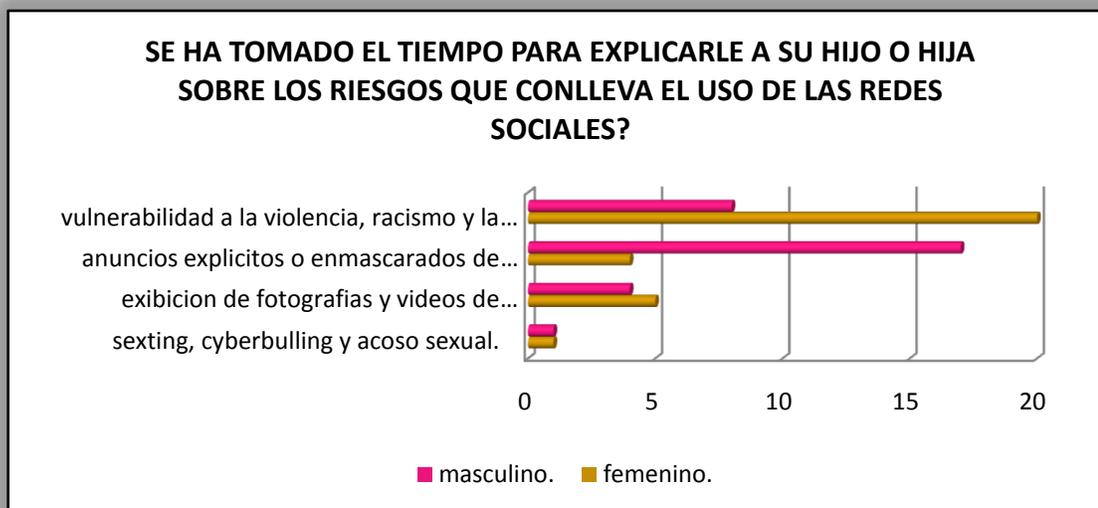


Al preguntar a los padres si conocían los términos de sexting o cyberbullying, el 93% no conoce los términos ni implicaciones que estos conllevan. Mientras que el 7% conoce el termino, pero no lo supo conceptualizar

CUADRO Nº 43.

SE HA TOMADO EL TIEMPO PARA EXPLICARLE A SU HIJO O HIJA SOBRE LOS RIESGOS QUE CONLLEVA EL USO DE LAS REDES SOCIALES?			
RESPUESTAS	GÉNERO	ADOLESCENTES MUJERES	ADOLESCENTES HOMBRES
sexting, cyberbullying y acoso sexual.		1	1
exibicion de fotografias y videos de adolescentes desnudos y semidesnudos.		5	4
anuncios explicitos o enmascarados de prostitucion		4	17
vulnerabilidad a la violencia, racismo y la xenofobia.		20	8
TOTAL		30	30

GRAFICA Nº 43.



Algunos de los padres se han tomado a la tarea de explicar a sus hijos algunos de los problemas que con más frecuencia se puede dar en el constante uso de las redes sociales. El 47% de los padres le ha hablado acerca de la vulnerabilidad a la violencia, racismo y xenofobia. Un 35 % se ha preocupado en hablarle sobre los peligros de la prostitución, otro 15 % les ha informado sobre exhibicionismo de adolescentes desnudos, y en un escaso 3% les ha comentado sobre el sexting y el cyberbullying.

T DE STUDENT PARA EL CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH.

Sujeto Masculino.	Resultados.	Resultados elevados al cuadrado.	Sujeto Femenino.	Resultados.	Resultados elevados al cuadrado.
1	48	2304	1	34	1156
2	48	2304	2	58	3364
3	62	3844	3	62	3844
4	54	2916	4	60	3600
5	62	3844	5	34	1156
6	42	1764	6	66	4356
7	62	3844	7	62	3844
8	60	3600	8	44	1936
9	60	3600	9	56	3136
10	26	676	10	28	784
11	60	3600	11	36	1296
12	45	2025	12	44	1936
13	45	2025	13	40	1600
14	56	3136	14	66	4356
15	45	2025	15	52	2704
16	62	3844	16	48	2304
17	62	3844	17	48	2304
18	60	3600	18	40	1600
19	42	1764	19	30	900
20	62	3844	20	48	2304
21	64	4096	21	68	4624
22	60	3600	22	65	4225
23	62	3844	23	58	3364
24	52	2704	24	38	1444
25	64	4096	25	54	2916
26	47	2209	26	52	2704
27	47	2209	27	30	900
28	33	1089	28	34	1156
29	45	2025	29	50	2500
30	62	3844	30	68	4324
Total:	1599	88119	Total:	1473	76637
Media.	53.3	2937.3	Media.	49.1	2554.6

Solución de las fórmulas para la comprobación de la hipótesis.

$$ss = \sum_x x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}$$

Ss1

$$ss1 = 7764958161 - \frac{2,556,801}{30}$$

$$ss1 = 7764958161 - 85226.7 = \underline{7764872934}$$

$$Ss1 = \underline{7764872934}$$

Ss2

$$ss2 = 5873229769 - \frac{2,169,729}{30}$$

$$ss2 = 5873229769 - 72,324.3 = \underline{5873157445}$$

$$Ss2 = \underline{5873157445}$$

$$gl = n - 2$$

$$gl = 60 - 2 = \mathbf{58}$$

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{ss1 + ss2}{(N1 - 1) + N2 - 1} \left(\frac{1}{N1} + \frac{1}{N2} \right)}}$$

$$T = \frac{53.3 - 49.1}{\sqrt{\frac{7764872934 + 5873157445}{(30 - 1) + (30 - 1)} \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right)}}$$

$$T = \frac{4.2}{\sqrt{15710344.83}}$$

$$T = \frac{4.2}{\sqrt{\frac{1.36 \times 10.10}{58} (0.067)}}$$

$$T = \frac{4.2}{3963.63}$$

$$T = \frac{4.2}{\sqrt{234482758.6 (0.067)}}$$

$$T = \mathbf{0.00106}$$

T DE STUDENT PARA CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES.

Sujeto Masculino.	Resultados.	Resultados elevados al cuadrado.	Sujeto Femenino.	Resultados.	Resultados elevados al cuadrado.
1.	78	6162	1.	86	7482
2.	57	3306	2.	53	2862
3.	63	4032	3.	63	4032
4.	51	2652	4.	69	4830
5.	58	3422	5.	85	7310
6.	60	3660	6.	56	3192
7.	53	2862	7.	74	5550
8.	71	5112	8.	74	5550
9.	55	3080	9.	64	4160
10.	66	4422	10.	45	2070
11.	61	3782	11.	54	2970
12.	69	4830	12.	71	5112
13.	71	5112	13.	54	2970
14.	55	3080	14.	68	4692
15.	52	2756	15.	61	3782
16.	62	3906	16.	51	2652
17.	90	8190	17.	39	1560
18.	71	5112	18.	69	4830
19.	67	4556	19.	58	3422
20.	58	3422	20.	57	3306
21.	72	5256	21.	57	3306
22.	73	5402	22.	79	6320
23.	51	2652	23.	65	4290
24.	65	4290	24.	57	3306
25.	55	3080	25.	61	3782
26.	52	2756	26.	59	3540
27.	61	3782	27.	49	2450
28.	68	4692	28.	58	3422
29.	69	4830	29.	54	2970
30.	67	4556	30.	79	6320
Total.	1901	124752	Total.	1869	122040
Media.	63.36	4158.4	Media.	62.3	4068

Solución de las fórmulas para la comprobación de la hipótesis.

$$ss = \sum_x x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}$$

Ss1

$$gl = n - 2$$

$$ss1 = 124752 - \frac{3,613,801}{30}$$

$$gl = 60 - 2 = \mathbf{58}$$

$$ss1 = 124752 - 120,960.03 = \mathbf{3,791.97}$$

$$Ss1 = \mathbf{3,791.97}$$

Ss2

$$ss2 = 122040 - \frac{3,493,161}{30}$$

$$ss2 = 122040 - 116438.7 = \mathbf{5,601.3}$$

$$Ss2 = \mathbf{5,601.3}$$

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{ss1 + ss2}{(N1 - 1) + N2 - 1} \left(\frac{1}{N1} + \frac{1}{N2} \right)}}$$

$$T = \frac{63.36 - 62.3}{\sqrt{\frac{3,791.97 + 5,601.3}{(30 - 1) + (30 - 1)} \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right)}}$$

$$T = \frac{1.06}{\sqrt{10.850446}}$$

$$T = \frac{1.06}{\sqrt{\frac{9,393.27}{58} (0.067)}}$$

$$T = \frac{1.06}{3.2940}$$

$$T = \frac{1.06}{\sqrt{161.952931} (0.067)}$$

$$T = \mathbf{0.321}$$

Según los datos obtenidos mediante la aplicación de la fórmula de la T de student a los resultados de los instrumentos: Cuestionario de Autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de Habilidades Sociales, queda demostrado que se rechaza la hipótesis de investigación, Debido a los resultados comparados con el grado de libertad (gl 58) y nivel de confianza (0.05 ó 0.01)

Por lo tanto el supuesto que se acepta es la Hipótesis Nula que pone de manifiesto lo siguiente:

 **Nula H_0 :** “No existe una diferencia significativa al comparar el género para determinar la vulnerabilidad emocional en los adolescentes ante la influencia de las redes sociales.”

Lo cual se puede sopesar mediante los resultados de la entrevista aplicada a los adolescentes, en la cual ambos sexos poseen porcentajes y frecuencias similares en sus respuestas.

5.2. ANALISIS CUALITATIVO DE LA INVESTIGACIÓN.

El objetivo central de este estudio comparativo ha sido conocer la influencia actual de las redes sociales a través del Internet en el comportamiento y actitudes de los y las adolescentes. No obstante, se ha tratado de realizar este análisis de una forma muy amplia, se ha tomado en cuenta que el uso de las redes sociales es considerada como una necesidad que la propia sociedad nos ha impuesto. La mayoría de quienes están en alguna red social son jóvenes, un porcentaje muy significativo de los usuarios de redes sociales en todo el mundo, tiene entre 16 y 30 años, y la frecuencia de los adolescentes que hacen uso de las redes sociales se encuentran entre las edades de 15 a 18 años.

Cada día más adolescentes eligen unirse a una red social sin haber cumplido la mayoría de edad, es decir sin tener 18 años, edad mínima permitida para acceder a las redes sociales. Pero la realidad nos refleja que los adolescentes engañan al sistema cibernético, la mayoría de las redes sociales suelen exigir muy pocos datos, de hecho los únicos universalmente exigibles son el nombre de usuario, una dirección de correo electrónico y una contraseña, en muchos casos es también requisito imprescindible indicar el sexo y la fecha de nacimiento. Una vez efectuada la inscripción el usuario recibe un mensaje de bienvenida con la invitación a visitar la página y completar los datos del perfil del usuario subiendo las fotos, así los usuarios adolescentes de forma fácil generan un perfil que les permite estar inmersos en la nueva modalidad de relacionarse y estar comunicado con todo el mundo.

Aproximadamente un 90% de los y las adolescentes encuestados afirmaron tener acceso constante a las redes sociales, por lo tanto en promedio se conectan aproximadamente más de 4 horas al día, esto se puede deber a múltiples factores siendo quizás uno de los principales causantes, la falta de supervisión de los parte de padres y madres de familia quienes no han recibido ningún tipo de formación previa sobre el uso adecuado de las redes sociales.

A los padres y educadores de las y los adolescentes actual, les ha tocado vivir, una nueva era tecnológica respecto a las redes sociales desde el punto de vista educativo, generando una marcada limitante para educar a las nuevas generaciones, debido a que los padres y madres tenían como referencia su propia experiencia y conocimiento, así como las normas aprendidas en su época dificultando un poco más la educación de las y los adolescentes. Ya que los padres y educadores de los niños y adolescentes actuales han vivido una infancia y juventud sin redes sociales virtuales (como también la han vivido sin móvil, Internet o videojuegos) y por lo tanto desconocen sus posibilidades y los peligros, esto se ve reflejado en la información que los padres y madres de familia proporcionaron donde el 50% confirmo que no tienen ninguna cuenta en las redes sociales, limitando la nueva modalidad de relacionarse entre padres e hijos a través del mundo virtual.

Un 80% de los y las adolescentes reconocen tener establecer relaciones amistosas en las redes sociales, es importante señalar que la comunicación virtual no es negativa pero puede contribuir a empobrecer la calidad de las relaciones humanas, reemplazando las relaciones fuertes y directas por unas más débiles y, a menudo, falsas. La auténtica amistad se disuelve, encaminándola a ser superficial por medio de los “contactos” o “amigos”. De esta forma, en medio de tanta comunicación virtual las personas pueden tener un profundo sentimiento de soledad e incluso en ocasiones llegar a sustituir su vida real por una virtual, esto puede llevar al adolescente a tener comportamientos inusuales y arriesgado en las redes sociales como por ejemplo aceptar a desconocidos, hablar de sexo abiertamente, comportamientos que usualmente no tendrían frente a frente con otra persona, con la posible finalidad de mantener el contacto con sus supuestos amigos cibernéticos.

El acceso a internet, en especial a las redes sociales tiene sus ventajas si se saben utilizar adecuadamente, por ejemplo permite la interacción entre miembros de familia desintegradas que se encuentran lejos de su hogar, se puede

promocionar un nuevo negocio y hacerle publicidad fácilmente etiquetando a tus contactos, se utiliza también para hacer invitaciones sobre lugares se puede visitar para determinada necesidad, debido a las múltiples necesidad que los usuarios tienen existen infinidad de redes sociales, siendo las más utilizadas por las y los adolescentes encuestados, en un 90% el facebook, en un 50% el youtube y en un 30% el twitter. Es importante destacar que un 15% de los y las adolescentes poseen cuenta en la red social Badoo, principalmente los hombres, una red social orientada principalmente a tener citas y encontrar pareja, este dato refleja que los y las adolescentes no tienen el discernimiento necesario para distinguir los peligros cibernéticos, a los que están expuestos estableciendo este tipo de relaciones en las redes sociales, debido a que en especial esta red social permite un sistema de ubicación lo que permite ser un factor de vulnerabilidad para los y las adolescentes ante los posibles depredadores cibernéticos que tienen acceso a esas mismas redes sociales.

Otro aspecto que refleja lo vulnerables que los y las adolescentes pueden ser en las redes sociales, es la facilidad con la que publican su información personal como lugar donde estudian, número de teléfono y en algunos casos hasta su dirección, esto se pudo evidenciar al obtener los resultados de los y las adolescentes reflejando que un 40% tiene en su perfil dicha información al acceso de todo el público, permitiendo que cualquier persona que tenga acceso a esa misma red social conozca su ubicación con facilidad. Una de las medidas de seguridad que afirman los y las adolescentes utilizan en las redes sociales es aceptar únicamente a personas conocidas, pero esta modalidad de seguridad solo la usa el 50% de los y las adolescentes encuestados, dejando vulnerables a la otro 50% de la muestra estudiada, al no tomar ni esta, ni otro tipo de medidas de seguridad en su perfil de red social.

Entre las actividades que se destacan que los y las adolescentes realizan cuando están en las redes sociales son publicar fotos y videos, chatear con amigos, comentar y hacer publicaciones en su perfil, actividades que son consideradas como

habituales en las redes sociales, solo un 15% de los encuestados afirman que dentro de las actividades destaca conocer nuevos amigos en las redes sociales, volviendo a denotar que esto puede ser arriesgado para él y la adolescente debido a que no conocen, ni están consientes de los riesgos que representa establecer este tipo de relaciones cibernéticas con desconocidos. Es importante destacar que el 70% de los adolescentes no conocen los términos de ciberbullying ni el sexting, permitiendo así ser potenciales víctimas por desconocer en qué consisten estos peligros a los que están expuestos en las redes sociales.

Entre los problemas más enfatizados que reconocen los y las adolescentes que les ocasionado las redes sociales se encuentra en un 40% problemas con sus padres, esto puede deberse al tiempo que le dedican a las redes sociales ó a lo que dejan de hacer por dedicarle tiempo a estar conectados en las redes sociales. Otro problema que se detecto significativo para los y las adolescentes es el bajo rendimiento escolar con un 25% esto puede deberse no solo al tiempo que le dedican a las redes sociales sino también a la dedicación e importancia que cada estudiante le a su educación.

Aproximadamente un 50% de los y las adolescentes manifiestan no experimentar ninguna sensación inusual en su comportamiento, cuando no tienen acceso a internet ó en especial a las redes sociales, mientras que el otro 50% reconocen que cuando no tienen acceso a internet ó a las redes sociales experimentan ansiedad, frustración y en algunos casos puede generales sensación de estar deprimidos, este fenómeno puede deberse a que los y las adolescentes están visualizando él estar conectado al mundo virtual como el nuevo mecanismo de interacción social y él no tener acceso a este les genera sensaciones negativas porque se sienten limitados en comparación con otros.

Los y las adolescentes están haciendo uso de las redes sociales como una vía de escapa y desahogo emocional cuando experimentan la sensación de tristeza, en especial el 80% de las adolescentes mujeres, reflejaron cuando se sienten tristes

experimentan una sensación de tranquilidad cuando comentan online como se sienten. Mientras que un 75% de los adolescentes hombres utilizan las redes sociales como desahogo cuando experimentan la sensación de enojo, permitiéndoles liberarse de la ira interna comentando online, descargando directa ó indirectamente la causa de su estado de enojo. Es importante destacar que las emociones que desencadenan que los y las adolescentes utilizan las redes sociales como vía de escape y desahogo emocional no son las mismas, pero ambos la utilizan con la misma finalidad, ahora resulta más fácil escribir en unas cuantas líneas como se siente, que expresarlo directamente con otras personas, limitando así el desarrollo de las habilidades sociales.

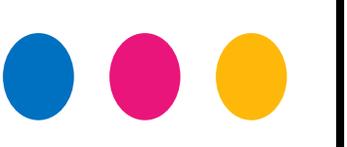
En cuanto a la autoestima de los y las adolescentes encuestados se obtuvo que 45% de las adolescentes mujeres posean una autoestima moderadamente baja, reflejando una insatisfacción, rechazo y el desprecio de sí mismo y desearían que fuera distinto, mientras que un 50% de los adolescentes hombres poseen una autoestima promedio. Tomando en cuenta que la etapa de la adolescencia, conlleva muchos cambios fisiológicos y emocionales para el adolescente y es un periodo de transición donde se tiene que dejar atrás al niño/a para aprender y asumir las responsabilidades de un adulto. Debido a esto se puede ver afectada de cierta forma el auto concepto y valoración personal que cada adolescente tiene de sí mismo, esto permite que los y las adolescentes sean vulnerables en las redes sociales porque al no aceptarse a sí mismo con sus virtudes y defectos pueden ser potenciales víctimas ciberbullying ó de depredadores cibernéticos.

Para enriquecer el análisis se encuestó a los padres y madres de los y las adolescentes que sirvieron para el estudio, permitiendo así corroborar algunos elementos importantes a destacar, como lo son las medidas de regularización que utilizan los padres ó madres de familia con el uso de las redes sociales, reflejando que un 73% no establece un horario determinado para el uso del internet, esto puede deberse a varios factores uno de ellos, el desconocimiento de era tecnología en que estamos viviendo actualmente, otra puede deberse a las

muchas actividades diarias que los padres se dedican, como trabajar, cuidado de los hijos menores, permitiendo que sus hijos e hijas sean vulnerables porque no los pueden orientar adecuadamente en la utilización de las redes sociales.

Al preguntar a los padres si conocían los términos de sexting o ciberbullying, el 93% no conoce los términos ni implicaciones que estos conllevan, algunos de los padres se han tomado a la tarea de explicar a sus hijos algunos de los problemas que con más frecuencia se puede dar en el constante uso de las redes sociales, el 47% de los padres le ha hablado acerca de la vulnerabilidad a la violencia, racismo y xenofobia. Un 35 % se ha preocupado en hablarle sobre los peligros de la prostitución, otro 15 % les ha informado sobre exhibicionismo de adolescentes desnudos, y en un escaso 3% les ha comentado sobre el sexting y el ciberbullying.

Es interesante señalar que algunas de las actividades que destacan los padres y madres de familia que realizan sus hijos ó hijas mientras no están utilizando el internet, se pueden encontrar salir con sus amigos, en su mayoría los adolescentes hombres, mientras que las adolescentes mujeres salen con sus amigos con menor frecuencia.



CAPITULO VI
CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES



CONCLUSIONES

-  El uso de las redes sociales cada día es más frecuente a más temprana edad, especialmente en los adolescentes, permitiendo que los nuevos usuarios inexpertos puedan ser vulnerables ante los riesgos que estos sitios los exponen, pero el género no determina la vulnerabilidad emocional de los adolescentes, debido a que ambos están expuestos a los mismos peligros en el mundo virtual.
-  Los y las adolescentes utilizan las redes sociales como un mecanismo de desahogo emocional, que les permite expresar de forma no verbal como se sienten, generando en ellos la sensación de bienestar, existen algunas diferencias marcadas entre hombre y mujeres, los hombres prefieren expresarse cuando se sienten enojados mientras que las mujeres expresan con más frecuencia sus sentimientos de tristeza.
-  Las redes sociales son la nueva modalidad de interacción social para establecer relaciones, con la peculiaridad que son de forma impersonal, por medio de un mundo virtual que facilita contactar con casi todo el mundo si se quiere, pero que consigue también trae muchos peligros para los y las adolescentes que no conocen las diferentes modalidades de depredadores cibernéticos.
-  En la etapa de la adolescencia es donde más se puede ver afectada la autoestima de los y las adolescentes propiciando la vulnerabilidad emocional en las redes sociales, debido a que la escasa valoración que se tienen de sí mismos puede ocasionar tener comportamientos inusuales con tal de ser aceptados por los que considera como sus amigos cibernéticos.



RECOMENDACIONES

-  Se recomienda a las Instituciones Educativas incluir la implementación de programas preventivos y que reeduquen sobre la utilidad de las redes sociales como herramienta en el establecimiento de las relaciones interpersonales, y orienten sobre los peligros del sexting y ciberbullying, plantear las posibles consecuencias emocionales que este tipo de agresión virtual puede causar en los jóvenes.
-  Se recomienda a los padres, involucrarse gradualmente en la utilización de las redes sociales, para destruir la brecha generacional que no permite el uso fluido de nuevas tecnologías por parte de los padres, y que limita la relación entre padres e hijos. Para que conociendo en qué consisten las redes sociales los padres presten mayor atención a los cambios de conducta que sus hijos/as.
-  Se recomienda a los Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador que motiven a los estudiantes a realizar proyectos de graduación enfocados a una proyección social con población vulnerable, para enriquecer su formación profesional y personal, poniendo en práctica los conocimientos y colaborando a disminuir la problemática estudiada, permitiendo así que la psicología de un aporte a la sociedad.
-  Se recomienda al Gobierno de El Salvador que gestione la implementación de políticas y leyes que permitan detectar depredadores cibernéticos en las redes sociales para disminuir los peligros a los que se exponen los usuarios.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Elizabeth B. Hurlock.

Psicología de la adolescencia.

Editorial Paidós. 1971

Roberto Sampieri

Metodología de la Investigación

Editorial Mc Graw- Hill, Cuarta edición, 2006

R. Muñoz Campos

La investigación Científica

Editorial Publitex, Cuarta Edición, 2004

“Estudio Realizado Por La Asociación De Estudios Psicológicos y Sociales De Castilla-La Mancha En Colaboración Con El Observatorio De Consumo Del Consejo De La Juventud De Castilla-La Mancha Y La Dirección General De Consumo De La Junta De Castilla-La Mancha”

<http://america.infobae.com/notas/59625-Los-10-tipos-de-adictos-a-redes-sociales>

<http://www.aprendeseducacion.com/?p=1223>

<http://www.slideshare.net/sairydashing/estudio-de-la-adiccin-a-facebook-en-jvenes-de-puerto-rico>

<http://www.nortedigital.mx/article.php?id=12078>

http://www.elsalvador.com/mwedh/nota/nota_completa.asp?idCat=47861&idArt=6511758

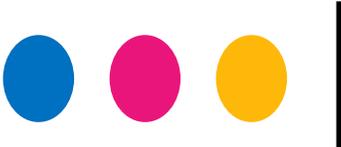
http://www.cfnavarra.es/observatoriosi/pdf/Informe_La_Sociedad_en_Red_2011/la_sociedad_en_red_2011_ed2012.pdf

<http://laverdaderamagnitud.files.wordpress.com/2009/06/medios-de-comunicacin.pdf>



ÍNCIDE DE ANEXOS

CONTENIDO	PÁG.
 ANEXO N° 1 Cuestionario Dirigido A Adolescentes	
 ANEXO N° 2 Cuestionario Dirigido A Padres	
 ANEXO N° 3 Cuestionario De Habilidades Sociales	
 ANEXO N° 4 Inventario De Autoestima De Coopersmith	
 ANEXO N° 5 Perfiles De Los Sujetos De La Muestra	
 ANEXO N° 6 Programa De Capacitación Para Adolescentes Y Padres	
 ANEXO N° 7 Cartas Firmadas Por Los Jueces Aprobando Los Instrumentos	



ANEXO N° 1
CUESTIONARIO DIRIGIDO
A LOS ADOLESCENTES



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES.
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA.



CUESTIONARIO PARA ADOLESCENTES.

OBJETIVO: conocer sobre el estado emocional de los y las adolescentes ante el uso de las redes sociales.

Indicaciones: responda según usted crea conveniente marcando las respuestas correspondientes. Así mismo responda las preguntas como usted crea necesario. La información brindada será manejada confidencialmente y con fines de investigación.

Datos Generales.

Edad: _____

sexo: F

M

Nivel de escolaridad. _____

Ocupación. _____

Zona de residencia. _____

1. ¿Tienes acceso a las redes sociales?

Siempre

Constantemente

Ocasionalmente

2. ¿Cuánto tiempo dedicas a revisar tus redes sociales al día?

a. Menos de 1 hora

b. De 2 a 4 horas

c. De 1 a 2 horas

d. Más de 4 horas

3. ¿Qué tipo de relaciones estableces en las redes sociales?
- a. Amistosas.
 - b. Amorosas.
 - c. Conflictivas.
4. ¿A cuáles de las siguientes redes sociales tienes acceso?
- Facebook Twitter Instagram
Badoo MySpace Youtube
Skype Tuenti Googleplus Sonico
5. ¿Alguno de tus padres tiene una cuenta en las redes sociales?
- a. SI
 - b. NO
6. ¿Tienes agregado a tu padre ó madre como contacto en las redes sociales?
- a. SI
 - b. NO
7. ¿Qué tipo de información personal facilitas en las redes sociales?
- a. Dirección.
 - b. Lugar de estudio.
 - c. Número de teléfono.
 - d. Ninguna de las anteriores.
 - e. Todas las anteriores
8. ¿Qué medidas de seguridad utilizas en las rede sociales?
- a. Cambio mi nombre
 - b. No publico información personal
 - c. Acepto únicamente a personas conocidas.
 - d. No tomo ninguna medida de seguridad.

9. ¿Qué actividades realizas a la hora de entrar en tu perfil de alguna red social?
- a. Comentar y hacer publicaciones.
 - b. Publicar fotos y videos.
 - c. Chatear con mis amigos.
 - d. Conocer nuevos amigos
 - e. Todas las anteriores
10. ¿Qué problemas te acarrea quedarte conectado a altas horas de la noche en alguna red social?
- a) Bajo rendimiento escolar.
 - b) No poner atención en clases.
 - c) Problemas con mis padres.
 - d) Poca habilidad para relacionare con los demás.
 - e. Ningunas de las anteriores
11. ¿Cuándo no tienes acceso a internet que sensaciones experimentas?
- a) Depresión, Aburrimiento
 - b) Ansiedad, molesto.
 - c) Alegre, contento.
 - d) Nada, todo normal.
12. ¿Qué actividades realizas en las redes sociales cuando te sientes triste?
- a) Publico mi estado de ánimo.
 - b) Escribo estados que reflejen mi sentir.
 - c) Publico las causas de mi estado de ánimo
 - d) Busco algo en que entretenerme.
13. ¿Qué sensación te genera poder compartir en tu red social el sentimiento de tristeza?
- a) Tranquilidad, serenidad.
 - b) Bienestar, alegría.

- c) Desahogo emocional.
- d) Ninguna de las anteriores.

14. ¿Qué actividades realizas en las redes sociales cuando te sientes enojado?

- a) Publico mi estado de ánimo.
- b) Escribo estados que reflejen mi sentir.
- c) Publico las causas de mi estado de ánimo
- d) Busco algo en que entretenerme.

15. ¿Qué sensación te genera poder compartir en tu red social el sentimiento de enojo?

- a) Tranquilidad, serenidad.
- b) Bienestar, alegría.
- c) Desahogo emocional.
- d) Ninguna de las anteriores.

16. ¿Qué actividades realizas en las redes sociales cuando te sientes alegre?

- a) Publico mi estado de ánimo.
- b) Escribo estados que reflejen mi sentir.
- c) Publico las causas de mi estado de ánimo
- d) Busco algo en que entretenerme.

17. ¿Qué sensación te genera poder compartir en tu red social el sentimiento de alegría?

- a) Tranquilidad, serenidad.
- b) Bienestar, alegría.
- c) Desahogo emocional.
- d) Ninguna de las anteriores.

18. ¿Qué medidas tomas cuando alguien te molesta en las redes sociales?

- a) Bloquear a esa persona.
- b) Discutir con ella.
- c) Colocar en tu estado la situación por la que atraviesas
- d) Simplemente lo ignoras.

19. ¿Sabes en qué consiste el Cyberbullying y el sexting?

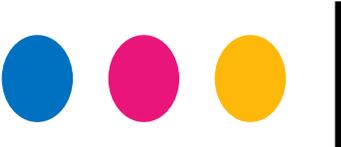
SI NO

Si tu respuesta es sí, ¿podrías mencionar quien te ha hablado sobre el tema?

20. ¿Has sufrido de Cyberbullying o Sexting ?

SI NO

Si tu respuesta es sí, ¿Cómo afecta tu estado de ánimo?



ANEXO N° 2
CUESTIONARIO DIRIGIDO
A LOS PADRES



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES.
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA.



CUESTIONARIO PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

OBJETIVO: conocer la percepción de los padres y madres de familia sobre el uso que sus hijos e hijas hacen de las redes sociales.

Indicaciones: responda según usted crea conveniente marcando las respuestas correspondientes. Así mismo responda las preguntas como usted crea necesario. La información brindada será manejada confidencialmente y con fines de investigación.

Datos Generales.

Edad: _____ sexo: F M

Nivel de escolaridad. _____

Ocupación. _____

Zona de residencia. _____

1. Durante el tiempo que su hijo o hija pasa frente a la computadora en actividades varias ¿Qué porcentaje le daría a cada una de las siguientes opciones? Marque con una x la opción que considere correcta.

a. Está realizando actividades escolares.	10-30%	40-60%	60-100%
b. Está en alguna red social.	10-30%	40-60%	60-100%
c. Viendo videos.	10-30%	40-60%	60-100%
d. Escuchando música.	10-30%	40-60%	60-100%

2. ¿Qué medidas utiliza para la regularización del tiempo en internet, con su hijo?

- a) establezco un horario determinado.
- b) No establezco ningún horario determinado.

3. ¿Qué acciones toma para la regularización de las páginas que utiliza su hijo en internet?

- a) No utilizo ningún tipo de regularización.
- b) usamos herramientas de bloqueo en el equipo.
- c) estoy pendiente de las páginas que visita.

4. Cuando su hijo no está frente al computador ¿Qué tipo de actividades realiza?

- a) Salir con los amigos, practicar algún deporte.
- b) Se aísla y casi nunca se despega del computador, Se conecta a internet por otros dispositivos ajenos a la Computadora, como celulares, iPod Tablet.
- c) Pasa tiempo con la familia
- d) realiza actividades escolares o educativas.

5. ¿Qué cambios ha notado en la conducta en su hijo, desde que este utiliza el acceso a un perfil de alguna red social?

- a) Se aísla, y es indiferente con su entorno.
- b) Establece poca comunicación con las personas a su alrededor.
- c) Baja autoestima, triste.
- d) Alegre, jovial, comunicativo,

6. ¿Posee usted algún perfil en una red social, indique cuál?

- | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| Facebook <input type="checkbox"/> | Twitter <input type="checkbox"/> | Instagram <input type="checkbox"/> |
| Badoo <input type="checkbox"/> | MySpace <input type="checkbox"/> | Youtube <input type="checkbox"/> |
| Hi5 <input type="checkbox"/> | Skype <input type="checkbox"/> | Tuenti <input type="checkbox"/> |
| Tarringa <input type="checkbox"/> | Google plus <input type="checkbox"/> | Sonico <input type="checkbox"/> |

No poseo ningun perfil en ninguna red social.

7. Si posee una cuenta en alguna red social, ¿Qué tipo de comunicación sostiene dentro de este perfil con su hijo?

- a. No me ha agregado.
- b. Solo reviso las páginas del perfil que visita, y veo que personas tiene de amigos.
- c. No reviso su perfil, ni publicaciones.
- d. Estoy pendiente de las cosas que publica, pero no las comento.
- e. Hago algunas publicaciones en su perfil.

8. ¿Qué alternativas propone para disminuir el uso constante de las redes sociales por parte de su hijo?

- a. Limitar el tiempo de uso.
- b. Inscribirlo en alguna actividad como deportes, etc.
- c. Realizar reuniones con sus amigos en casa.
- d. Motivarlo a salir de casa a recrearse.

9. ¿Cómo afecta el uso de las redes sociales a su hijo?

- a. Bajo rendimiento escolar.
- b. Sedentarismo y ansiedad.
- c. Poca habilidad para establecer relaciones interpersonales.
- d. Mal comportamiento.

10. ¿Cómo definiría la relación que posee con su hijo?

- a. Desagradable, mala, poca comunicación.
- b. Amena, tranquila, respetuosa.
- c. A veces discutimos, pero después nos arreglamos.

11. ¿qué tipo de relación considera usted que su hijo sostiene con las personas que ha agregado a la red social?

- a. Relación de Amistad.
- b. Relación Amorosa.

- c. Relaciones hostiles.
- d. Ninguna.

12. ¿Conoce usted los términos de sexting¹⁹ o cyberbulling²⁰?

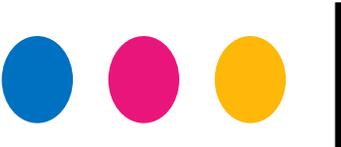
- a. No.
- b. Sí.

13. ¿Se ha tomado el tiempo para explicarle a su con su hijo/a sobre los riesgos que conlleva el uso de las redes sociales?

- a. Sexting, Cyberbulling, y Acoso sexual a niños y jóvenes
- b. Exhibición de fotografías y vídeos de adolescentes desnudos o semidesnudos
- c. Anuncios explícitos ó enmascarados de prostitución
- d. Vulnerabilidad a la violencia, el racismo y la xenofobia.

¹⁹ SEXTING: Es un concepto para referirse al envío de contenidos eróticos o pornográficos por medio del uso de internet.

²⁰ CYBERBULLING: es el uso de información electrónica y medios de comunicación tales como correo electrónico, redes sociales, blogs, mensajería instantánea, mensajes de texto, teléfonos móviles, para acosar a un individuo o grupo, mediante ataques personales



ANEXO N° 3
CUESTIONARIO DE
HABILIDADES SOCIALES



HABILIDADES SOCIALES (HH.SS)

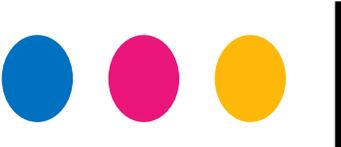
A continuación te presentamos una tabla con diferentes aspectos de las “*Habilidades Sociales Básicas*”. A través de ella podrás determinar el grado de desarrollo de tú “*Competencia Social*” (conjunto de HH.SS necesarias para desenvolverte eficazmente en el contexto social). Señala el grado en que te ocurre lo que indican cada una de las cuestiones, teniendo para ello en cuenta:

1 → Me sucede **MUY POCAS** veces 2 → Me sucede **ALGUNAS** veces
3 → Me sucede **BASTANTES** veces 4 → Me sucede **MUCHAS** veces

HABILIDADES SOCIALES	1	2	3	4
1 Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo				
2 Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes				
3 Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos				
4 Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada				
5 Permites que los demás sepan que les agradeces los favores				
6 Te das a conocer a los demás por propia iniciativa				
7 Ayudas a que los demás se conozcan entre sí				
8 Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza				
9 Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad				
10 Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad				
11 Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica				
12 Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente				
13 Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal				

14 Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona				
15 Intentas reconocer las emociones que experimentas				
16 Permites que los demás conozcan lo que sientes				
17 Intentas comprender lo que sienten los demás				
18 Intentas comprender el enfado de la otra persona				
19 Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos				
20 Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo				
21 Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa				
22 Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada				
23 Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás				
24 Ayudas a quien lo necesita				
25 Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes				
26 Controlas tu carácter de modo que no se te “escapan las cosas de la mano”				
27 Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura				
28 Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas				
29 Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas				
30 Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte				
31 Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución				
32 Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien				
33 Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado				
34 Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido				

35 Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento				
36 Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo				
37 Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer				
38 Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro				
39 Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen				
40 Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación				
41 Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática				
42 Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta				
43 Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante				
44 Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control				
45 Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea				
46 Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea				
47 Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información				
48 Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero				
49 Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor				
50 Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo				



ANEXO N° 4
INVENTARIO DE AUTOESTIMA
DE COOPERSMITH

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

INSTRUCCIONES:

Aquí hay una serie de declaraciones. Por favor responde a cada declaración del modo siguiente:

- Si la declaración describe cómo te sientes usualmente, pon una “x” en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase “igual que yo” (columna A) en la hoja de respuestas.
- Si la declaración no describe como te sientes usualmente, por una “x” en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase “distinto a mi” (columna B) en la hoja de respuestas.
- No hay respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Lo que interesa es solamente conocer qué es lo que habitualmente piensas o sientes.

Ejemplo:

Me gustaría comer helados todos los días.

Si te gustaría comer helados todos los días, pon una “x” en el paréntesis debajo de la frase “igual que yo”, frente a la palabra “ejemplo” en la hoja de respuestas.

Si no te gustaría comer helados todos los días, pon una “x” en el paréntesis debajo de la frase “distinto a mi”, frente a la palabra “ejemplo”, en la hoja de respuestas.

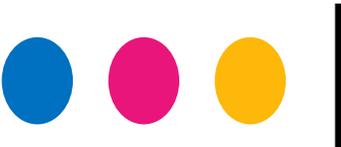
MARCA TODAS TUS RESPUESTAS EN LA HOJA DE RESPUESTAS

NO ESCRIBAS NADA EN ESTE CUADERNILLO

No olvides anotar tu nombre, fecha de nacimiento y la fecha de hoy en tu hoja de respuestas.

1. Paso mucho tiempo soñando despierto
2. Estoy seguro de mí mismo
3. Deseo frecuentemente ser otra persona
4. Soy simpático
5. Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos
6. Nunca me preocupo por nada
7. Me da bochorno (me da "plancha") pararme frente al curso para hablar
8. Desearía ser más joven
9. Hay muchas cosas acerca de mí mismo que me gustaría cambiar si pudiera
10. Puedo tomar decisiones fácilmente
11. Mis amigos gozan cuando están conmigo
12. Me incomodo en casa fácilmente
13. Siempre hago lo correcto
14. Me siento orgulloso de mi trabajo (en la escuela)
15. Tengo siempre que tener a alguien que me diga lo que tengo que hacer
16. Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cosas nuevas
17. Frecuentemente me arrepiento de las cosas que hago
18. Soy popular entre mis compañeros de mi misma edad
19. Usualmente mis padres consideran mis sentimientos
20. Nunca estoy triste
21. Estoy haciendo el mejor trabajo que puedo
22. Me doy por vencido fácilmente
23. Usualmente puedo cuidarme a mí mismo
24. Me siento suficientemente feliz
25. Preferiría jugar con niños menores que yo
26. Mis padres esperan demasiado de mí
27. Me gustan todas las personas que conozco
28. Me gusta que el profesor me interrogue en clase
29. Me entiendo a mí mismo
30. Me cuesta comportarme como en realidad soy
31. Las cosas en mi vida están muy complicadas

32. Los demás (niños) casi siempre siguen mis ideas
33. Nadie me presta mucha atención en casa
34. Nunca me regañan
35. No estoy progresando en la escuela (en el trabajo) como me gustaría
36. Puedo tomar decisiones y cumplirlas
37. Realmente, no me gusta ser un muchacho (una muchacha)
38. Tengo una mala opinión de mí mismo
39. No me gusta estar con otra gente
40. Muchas veces me gustaría irme de casa
41. Nunca soy tímido
42. Frecuentemente me incomodo en la escuela (en el trabajo)
43. Frecuentemente me avergüenzo de mí mismo
44. No soy tan bien parecido como otra gente
45. Si tengo algo que decir, usualmente lo digo
46. A los demás "les da" conmigo
47. Mis padres me entienden
48. Siempre digo la verdad
49. Mi profesor (jefe) me hace sentir que no soy gran cosa
50. A mi no me importa lo que me pase
51. Soy un fracaso
52. Me siento incómodo fácilmente cuando me regañan
53. Las otras personas son más agradables que yo
54. Usualmente siento que mis padres esperan más de mí
55. Siempre sé qué decir a otra persona
56. Frecuentemente me siento desilusionado en la escuela (en el trabajo)
57. Generalmente las cosas no me importan
58. No soy una persona confiable para que otros dependan de mi.



ANEXO N° 5
PERFILES DE LOS SUJETOS
DEL ESTUDIO

Perfil sujeto 1.

Datos Generales.

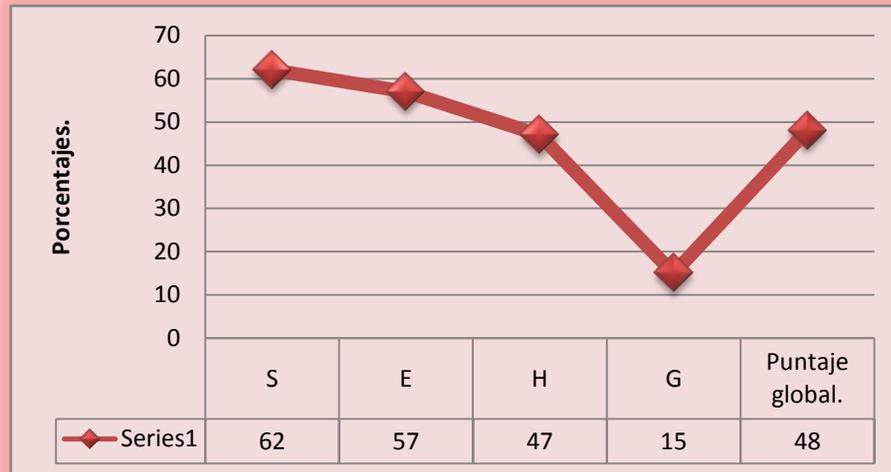
Sexo: masculino.

Edad: 16 años.

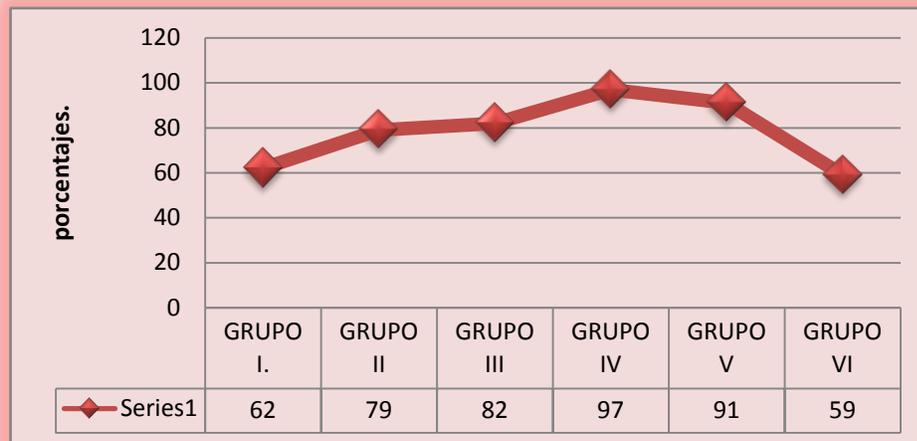
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 1. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 1. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n° 1 presenta una autoestima menor al promedio establecido que es del 50%, lo cual podría denotar vulnerabilidad emocional. En el cuestionario de habilidades sociales, los porcentajes obtenidos oscilan entre el 60% al 90% de las habilidades desarrolladas.

Perfil sujeto 2.

Datos Generales.

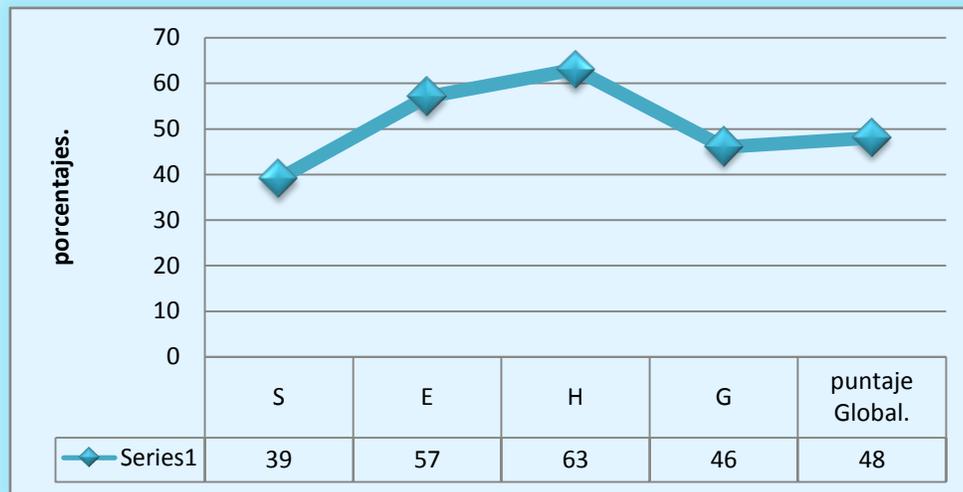
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

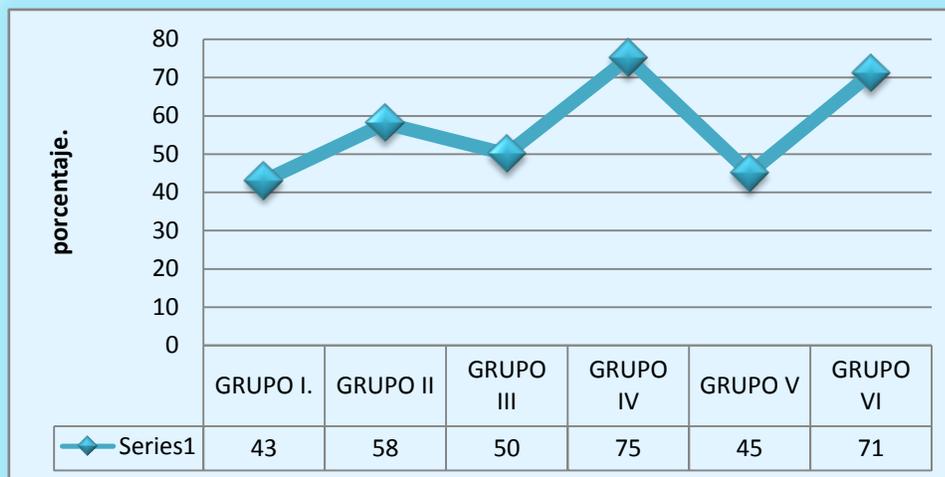
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica

Sujeto 2. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 2. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n°2 posee un nivel de autoestima inferior al promedio, de igual forma dentro del cuestionario de habilidades sociales, la mayoría de puntajes se mantienen entre los en el promedio, denotando que las habilidades sociales tienen que ser un poco más desarrolladas.

Perfil sujeto 3.

Datos Generales.

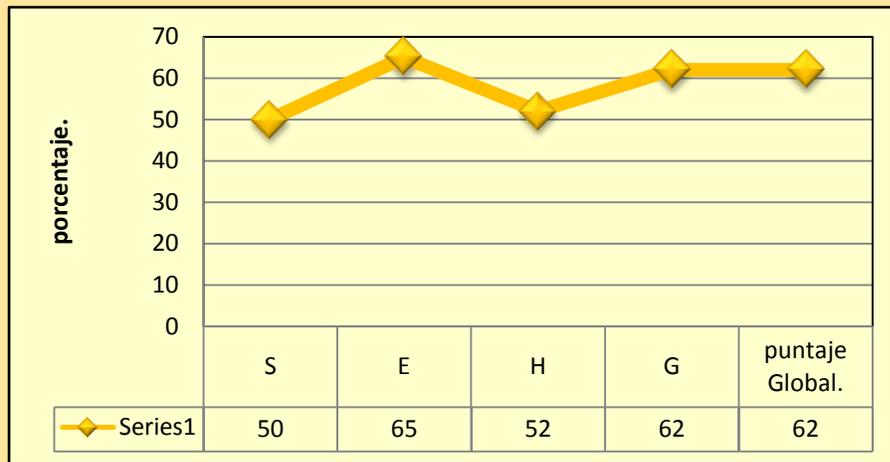
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

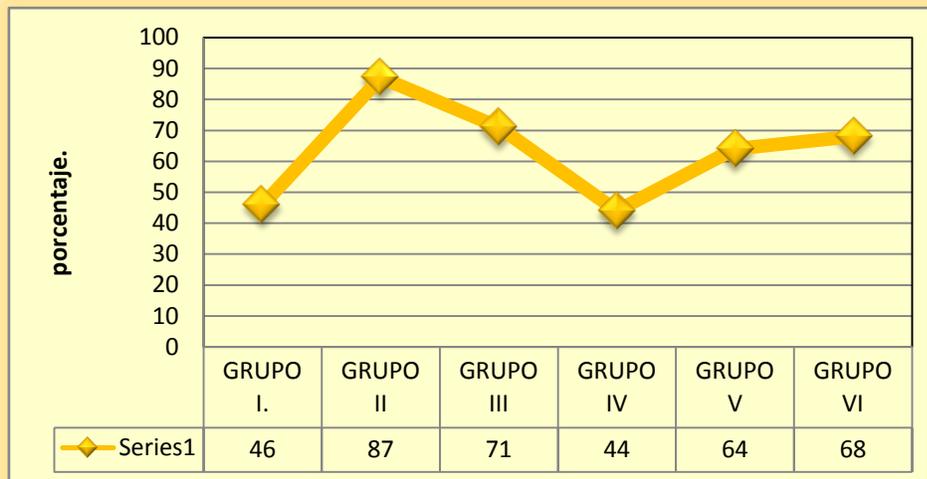
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 3. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 3. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n°3 posee una autoestima levemente superior al puntaje promedio. Por lo tanto podría decirse que posee una adecuada autoestima, dentro de los promedios del cuestionario de habilidades sociales, encontramos que la mayoría de los puntajes son superiores al promedio lo cual podría significar que el sujetos está desarrollando sus habilidades sociales.

Perfil sujeto 4.

Datos Generales.

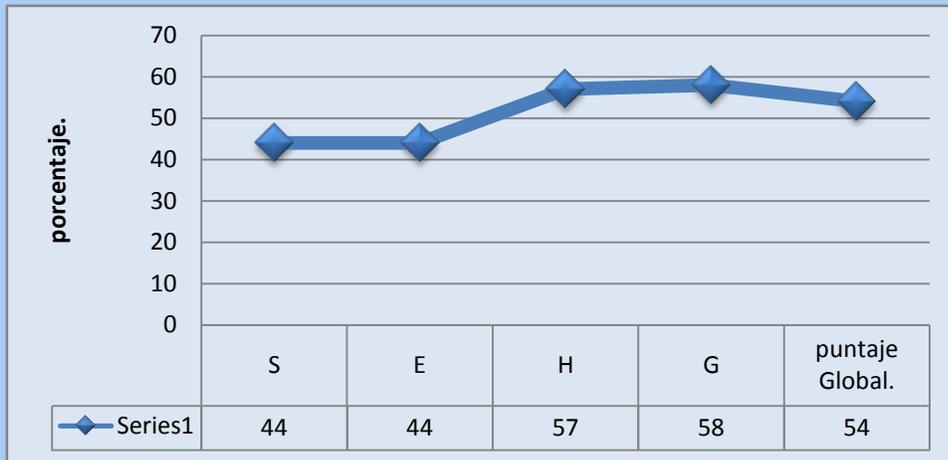
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

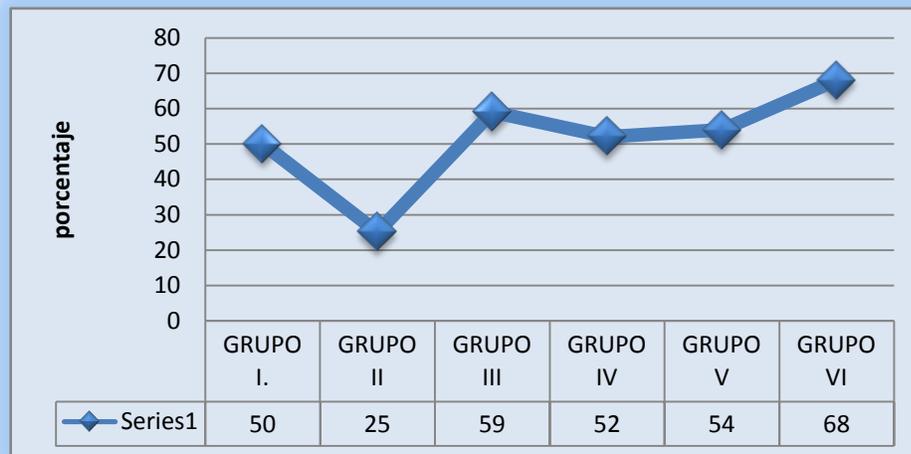
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 4. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 4. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n° 4, posee una autoestima inferior al promedio, lo cual indica que corre el riesgo de ser vulnerable en el área emocional. Mientras tanto en el cuestionario de habilidades sociales sus porcentajes son intermedios lo cual parece reflejar el poco desarrollo de las habilidades en el área social.

Perfil sujeto 5.

Datos Generales.

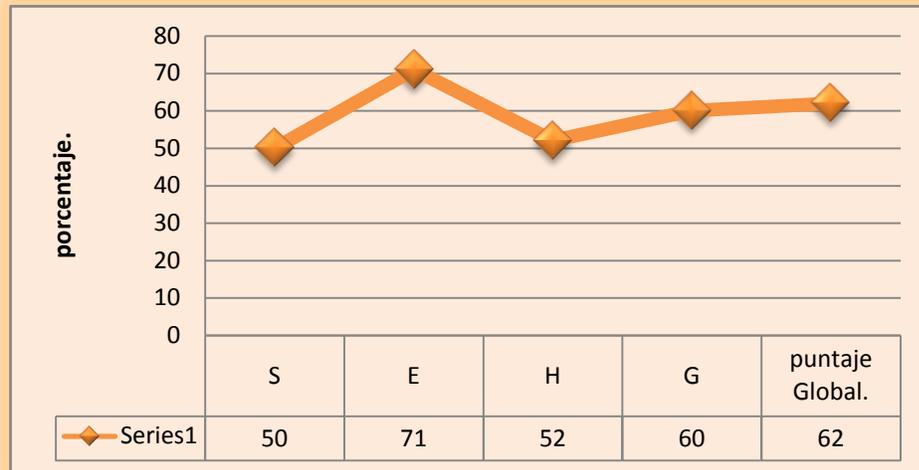
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

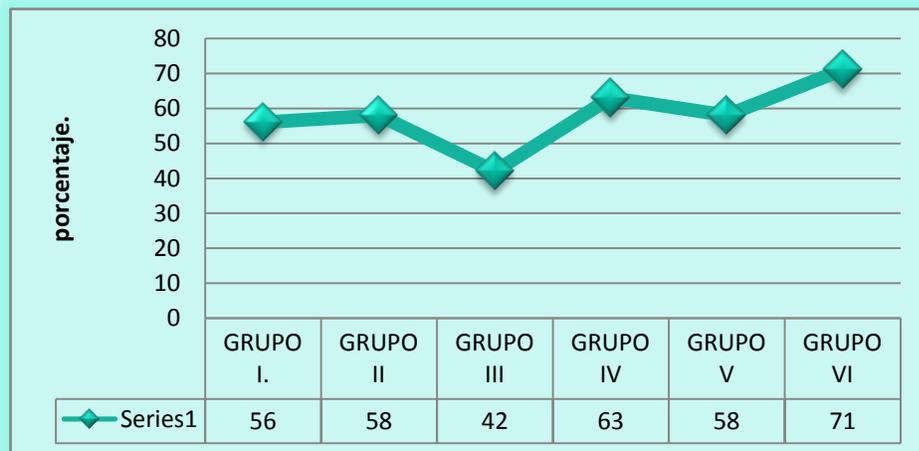
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 5. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 5. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n°5 posee un puntaje en el test de autoestima levemente superior al promedio. Lo cual podría indicar una autoestima saludable. En los resultados del cuestionario de habilidades sociales los porcentajes son variables, quiere decir que en algunas áreas las ha logrado desarrollar de una forma adecuada.

Perfil sujeto 6.

Datos Generales.

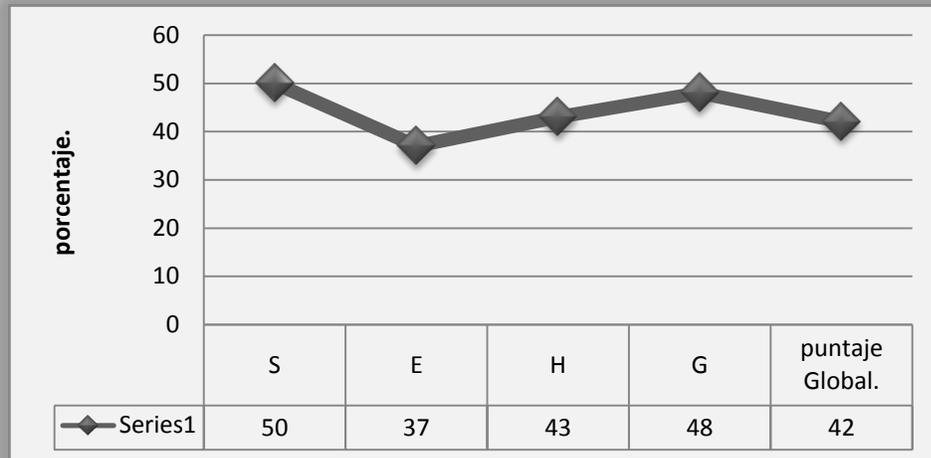
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

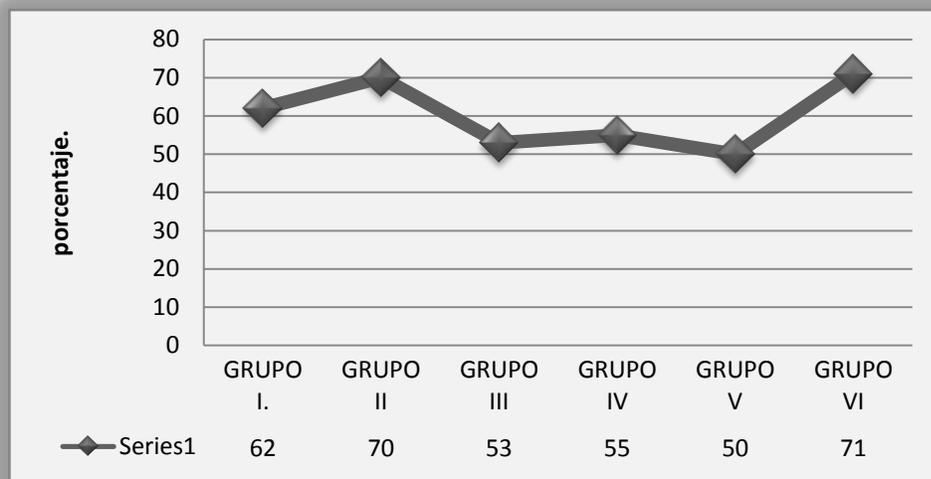
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 6. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 6. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n°6 posee un porcentaje inferior al promedio indicando que posee una autoestima inadecuada. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes diferentes lo cual indica que en algunas áreas de las destrezas sociales se desenvuelve de una forma adecuada.

Perfil sujeto 7.

Datos Generales.

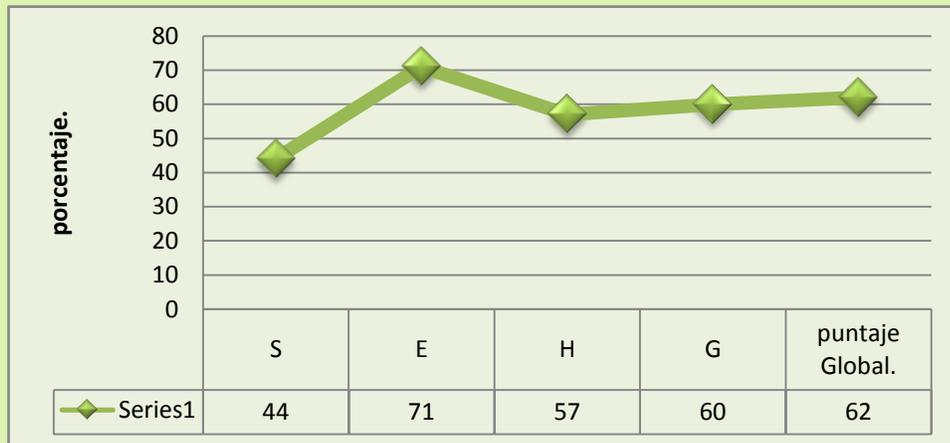
Sexo: masculino.

Edad: 17 años.

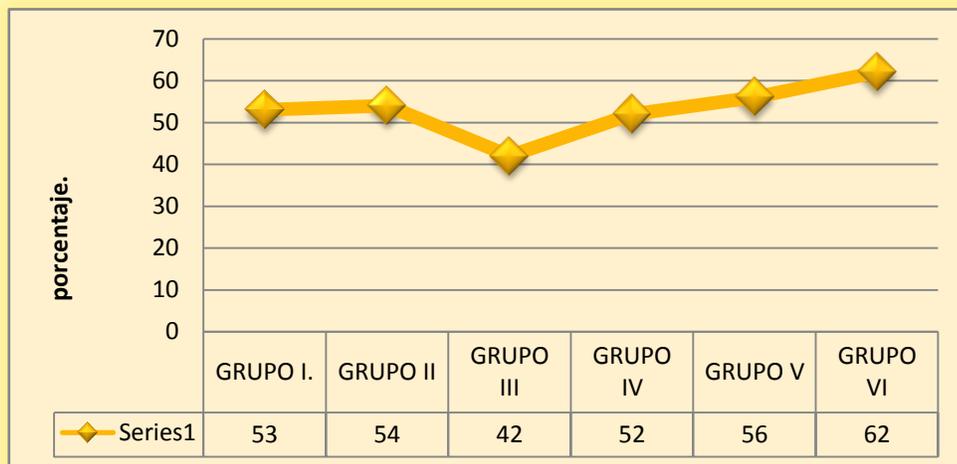
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 7. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 7. Cuestionario de Habilidades Sociales.



El sujeto n°7 posee un porcentaje en el cuestionario de autoestima superior al promedio lo cual podría indicar una adecuada autoestima. Mientras que el cuestionario de habilidades sociales la mayoría de los porcentajes se encuentran en el rango promedio, lo cual manifiesta que el desarrollo de sus habilidades sociales está poco desarrollado.

Perfil sujeto 8.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

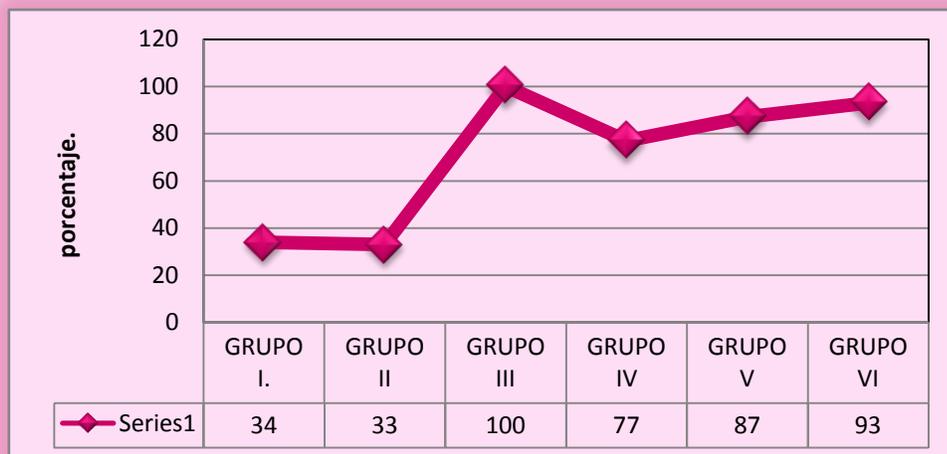
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 8. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 8. Cuestionario de Habilidades Sociales.



En el cuestionario de autoestima el sujeto posee un porcentaje superior al promedio indicando una autoestima adecuada. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son cambiantes lo cual indica que se ha desarrollado más en algunos aspectos que en otros.

Perfil sujeto 9.

Datos Generales.

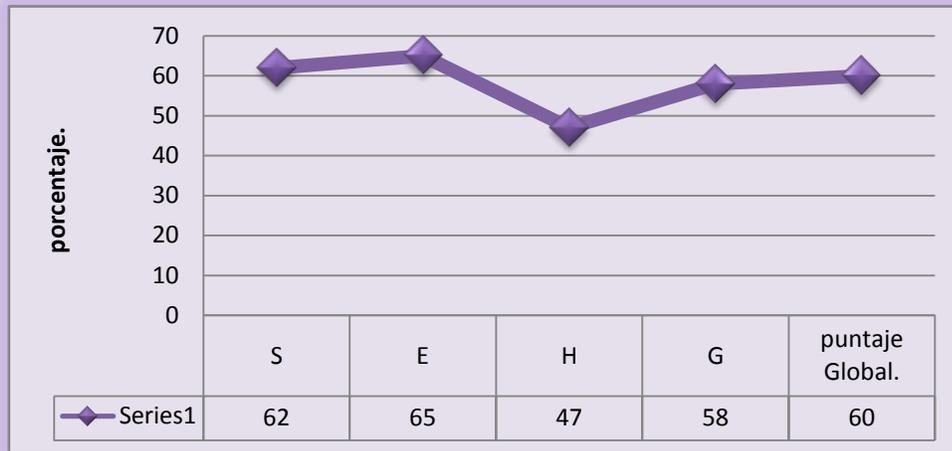
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

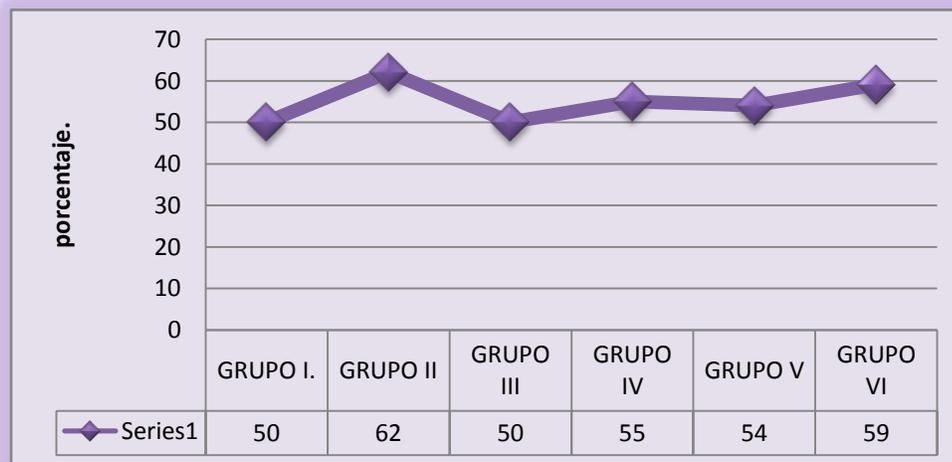
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 9. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 9. Cuestionario de Habilidades Sociales



Dentro de los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto obtuvo porcentaje mayor al promedio indicando un buen desarrollo de su autoestima. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales, la mayoría de sus puntuaciones oscilan en el promedio lo cual significa que aún no ha desarrollado por completo las habilidades necesarias para la convivencia social.

Perfil sujeto 10.

Datos Generales.

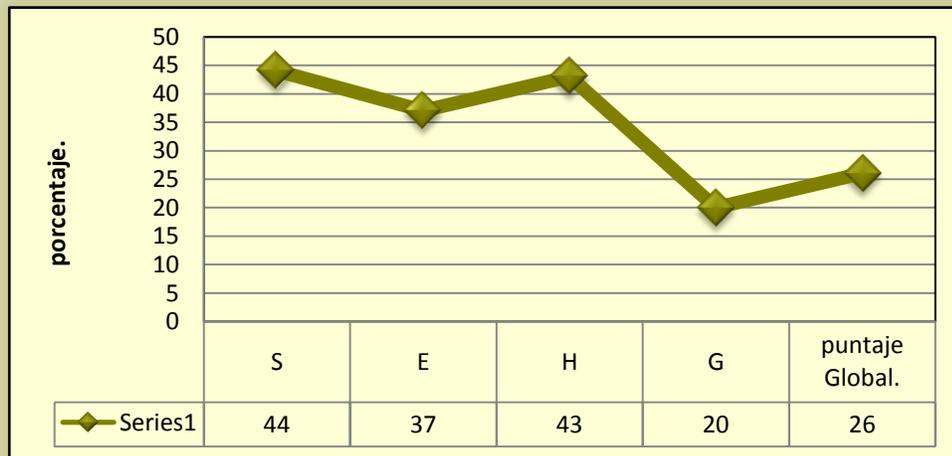
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

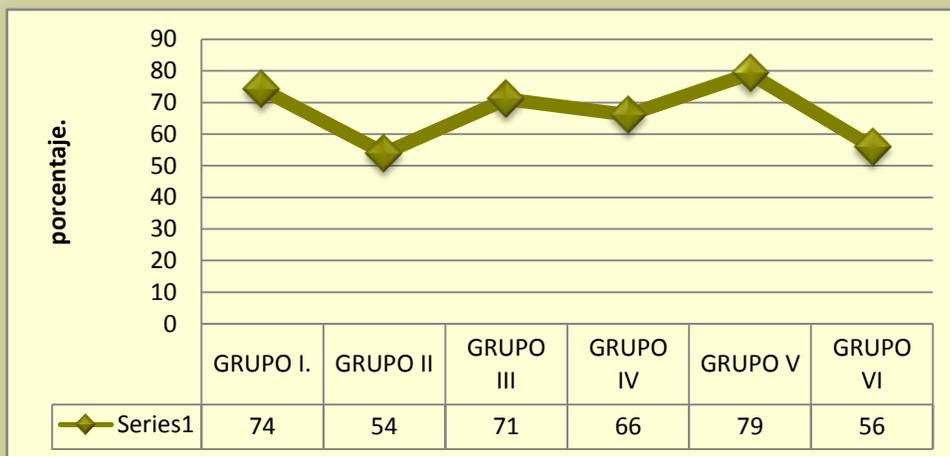
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 10. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 10. Cuestionario de Habilidades Sociales.



En los resultados obtenidos en el cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje inferior al promedio dejando en evidencia que posee una inadecuada autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

Perfil sujeto 11.

Datos Generales.

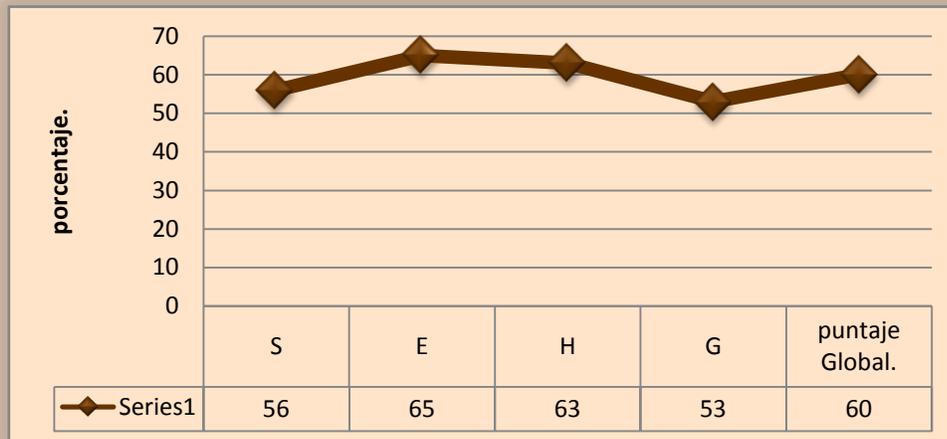
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

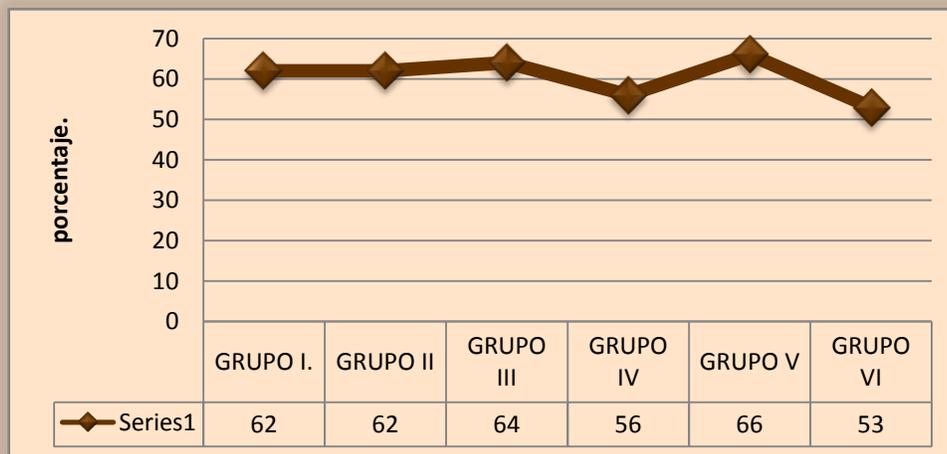
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 12. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 12. Cuestionario de Habilidades Sociales.



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. En los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales podemos observar que la mayoría de los puntajes se encuentran superiores al promedio, dejando en evidencia que el sujeto está desarrollando las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 12.

Datos Generales.

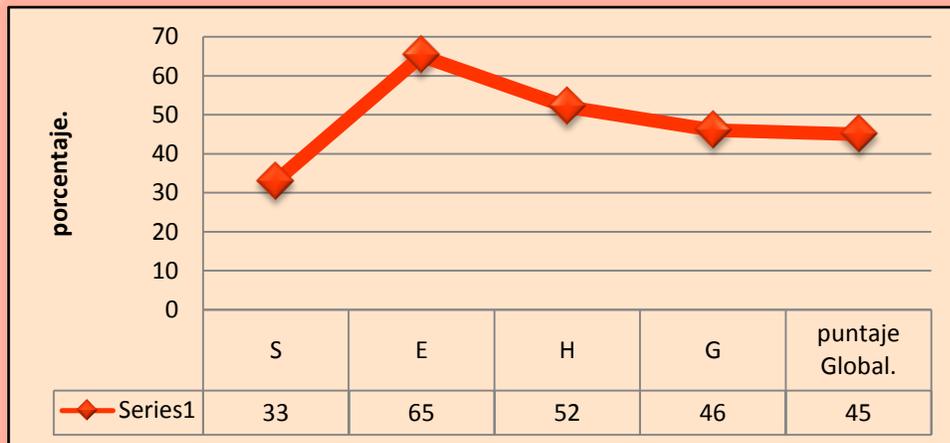
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

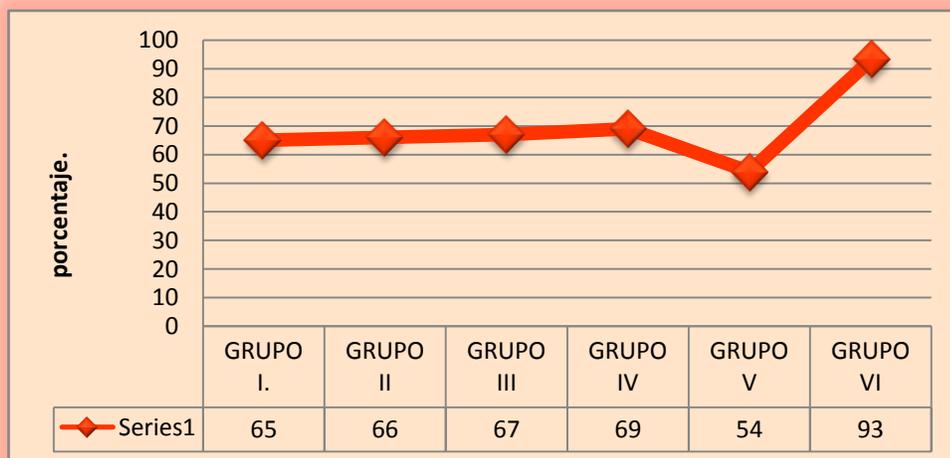
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 12. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 12. Cuestionario de Habilidades Sociales.



Los resultados en el cuestionario de autoestima indican que el sujeto no posee un adecuado desarrollo de la autoestima. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales, posee puntajes que se mantienen en el rango promedio indicando que la mayoría de sus habilidades sociales se han desarrollado medianamente.

Perfil sujeto 13.

Datos Generales.

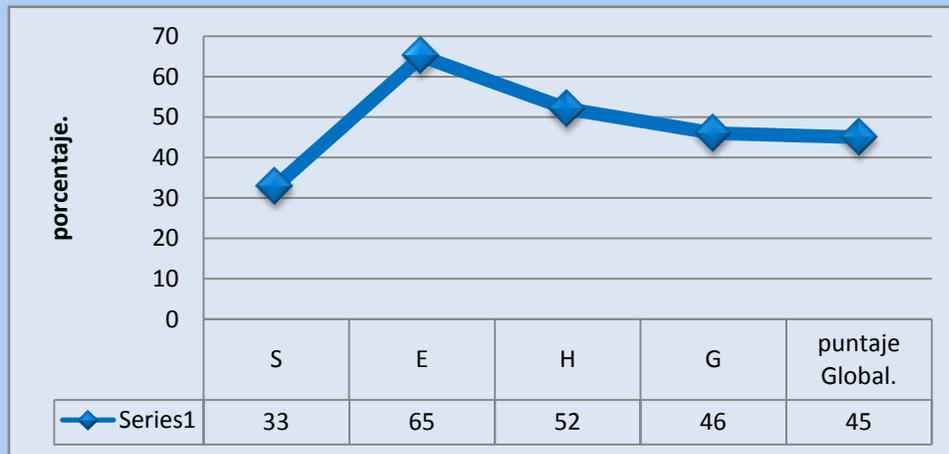
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

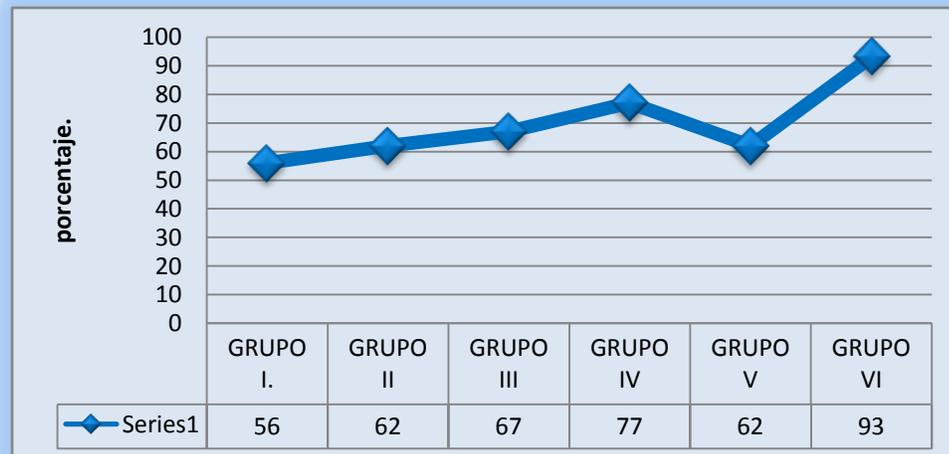
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 13. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 13. Cuestionario de Habilidades Sociales.



Los resultados en el cuestionario de autoestima indican que el sujeto no posee un adecuado desarrollo de la autoestima. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales, posee puntajes que se mantienen en el rango promedio indicando que la mayoría de sus habilidades sociales se han desarrollado medianamente.

Perfil sujeto 14.

Datos Generales.

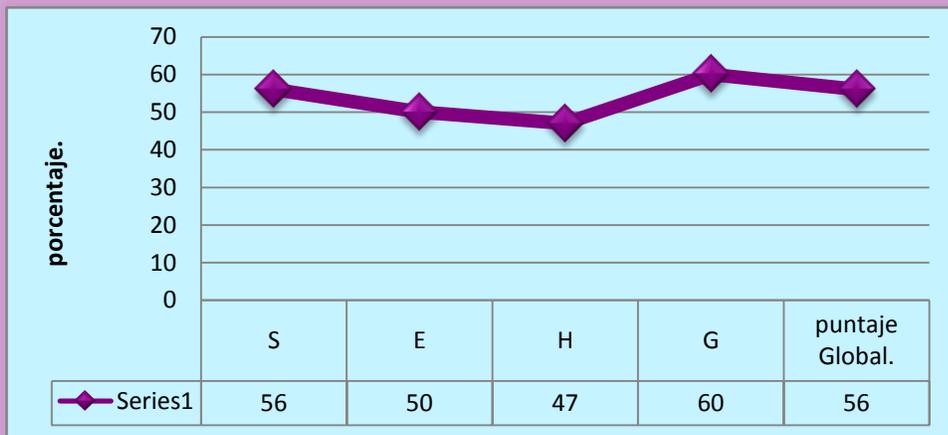
Sexo: masculino.

Edad: 16 años.

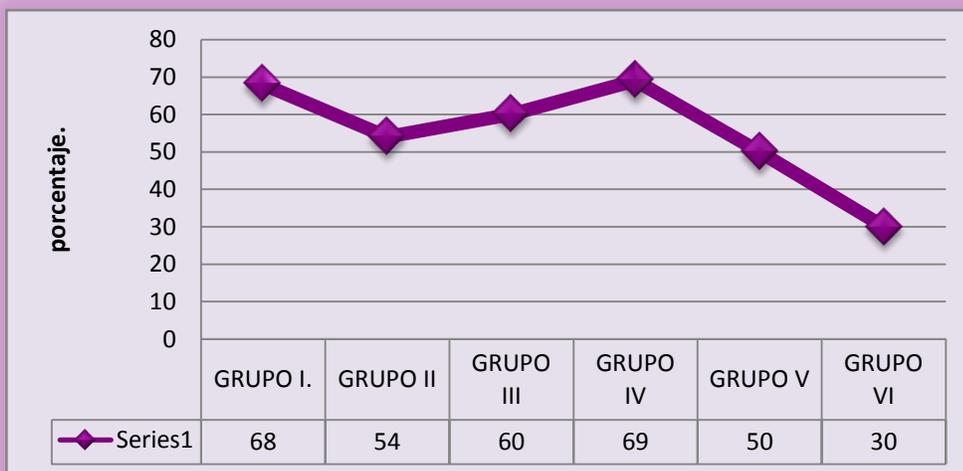
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 14. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 14. Cuestionario de Habilidades Sociales.



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes promedio por lo tanto posee una autoestima medianamente desarrollada. En contraste con el cuestionario de habilidades sociales puntúan en el rango promedio, lo cual significa que aún no ha desarrollado por completo las habilidades necesarias para la convivencia social.

Perfil sujeto 15.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 17 años.

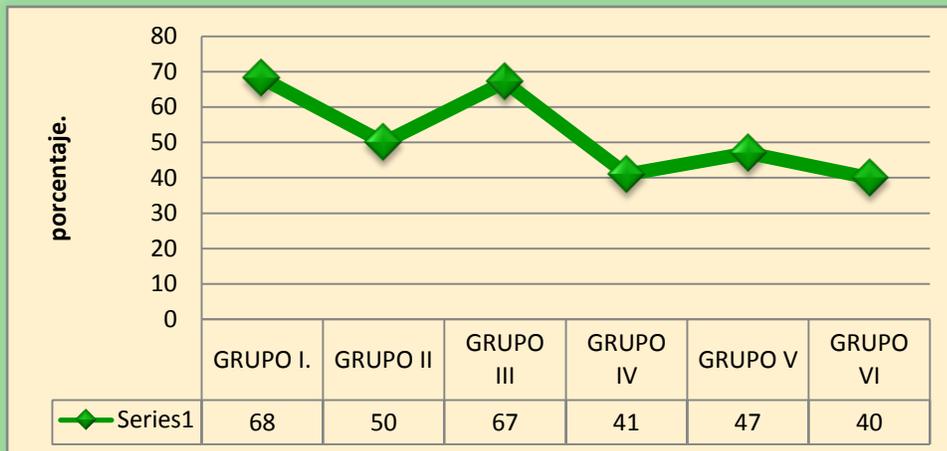
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 15. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 15. Cuestionario de Habilidades Sociales.



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. En contraste con el cuestionario de habilidades sociales puntúan en el rango promedio, lo cual significa que aún no ha desarrollado por completo las habilidades necesarias para la convivencia social.

Perfil sujeto 16.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 17 años.

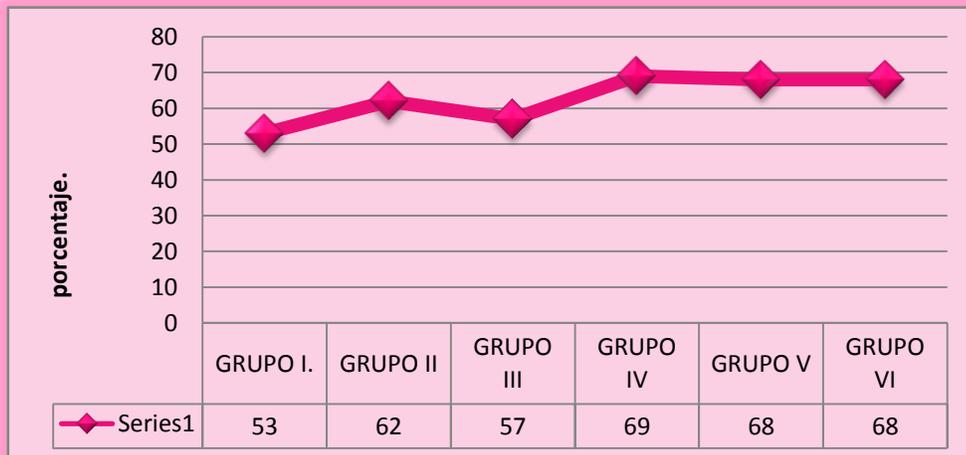
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 16. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 16. Cuestionario de Habilidades Sociales.



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. En los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales podemos observar que la mayoría de los puntajes se encuentran superiores al promedio, dejando en evidencia que el sujeto en el desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 17.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 17 años.

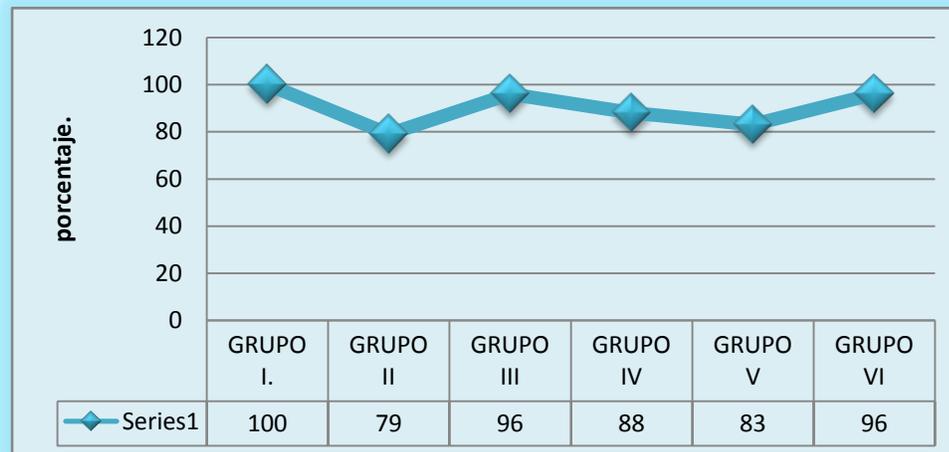
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 17. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 17. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 18.

Datos Generales.

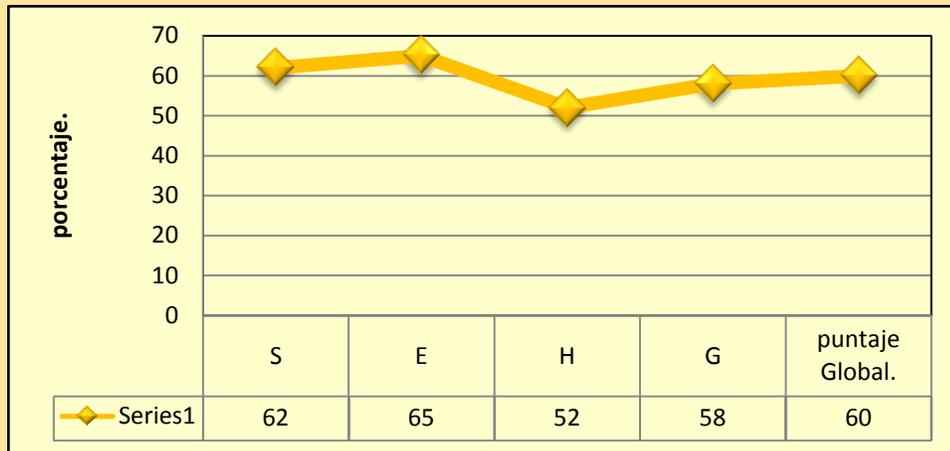
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

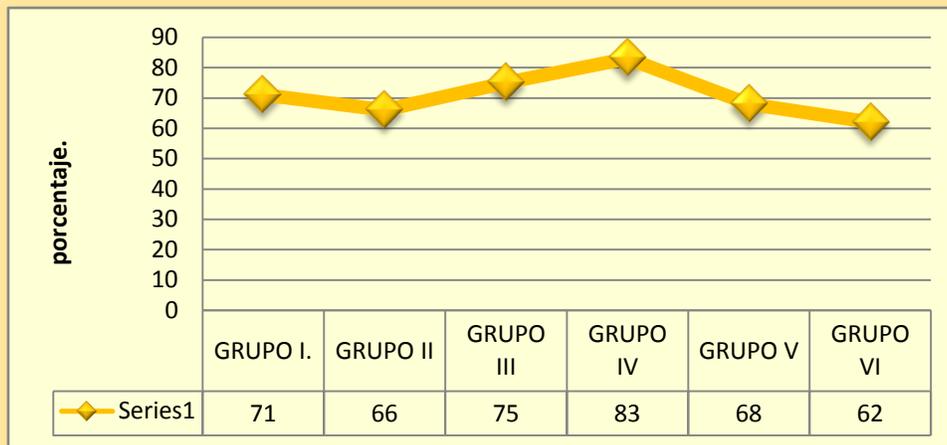
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 18. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 18. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social

Perfil sujeto 19.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

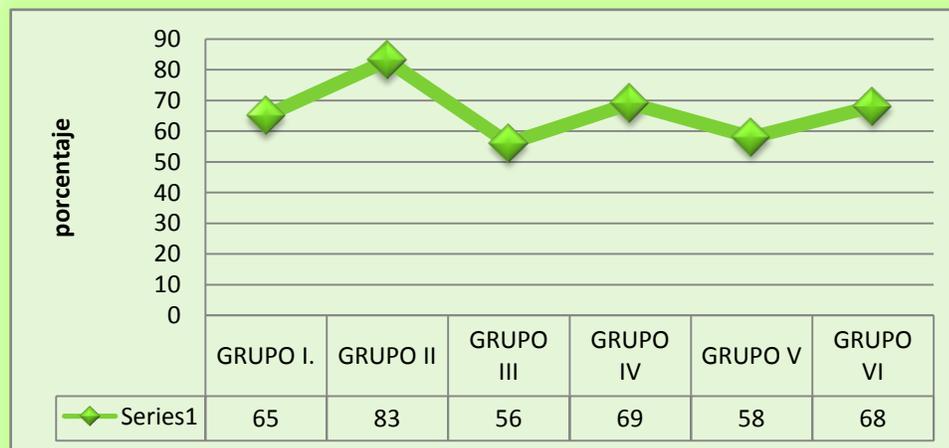
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 19. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 19. Cuestionario de Habilidades Sociales



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

Perfil sujeto 20.

Datos Generales.

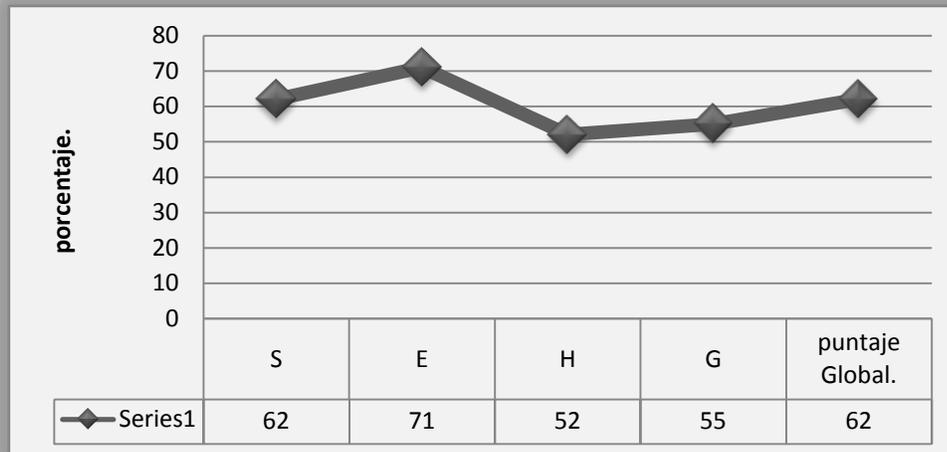
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

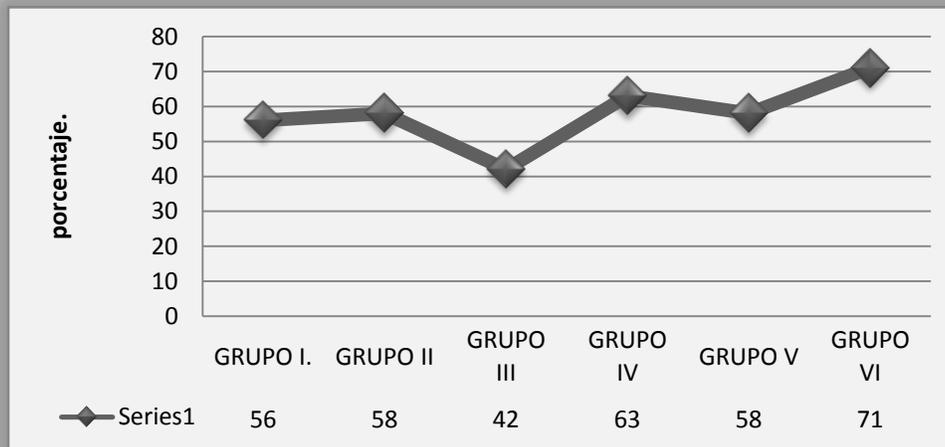
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 20. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 20. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

Perfil sujeto 21.

Datos Generales.

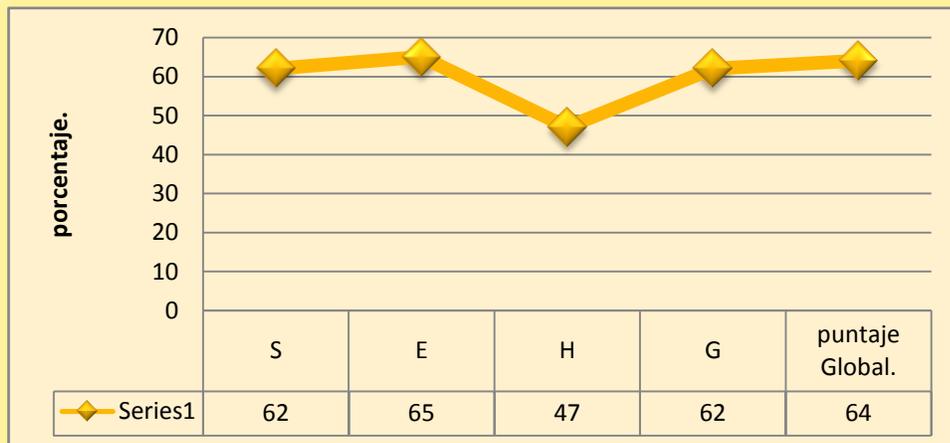
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

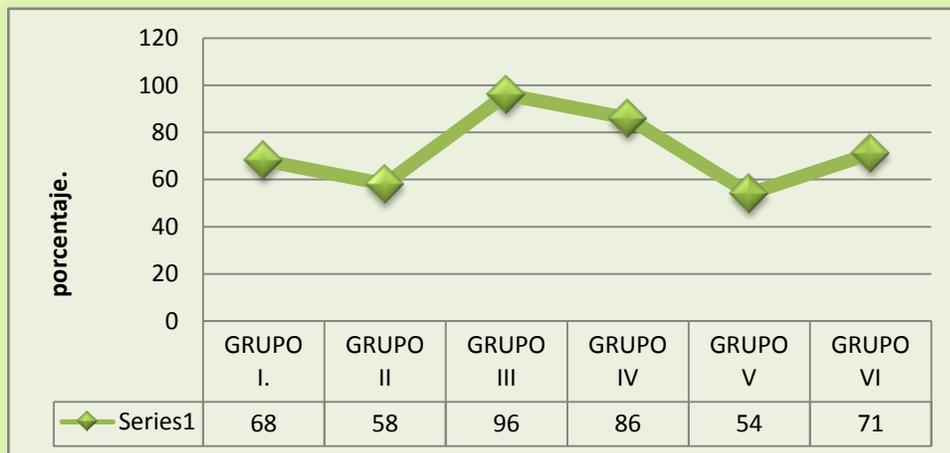
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 21. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 21. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social

Perfil sujeto 22.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

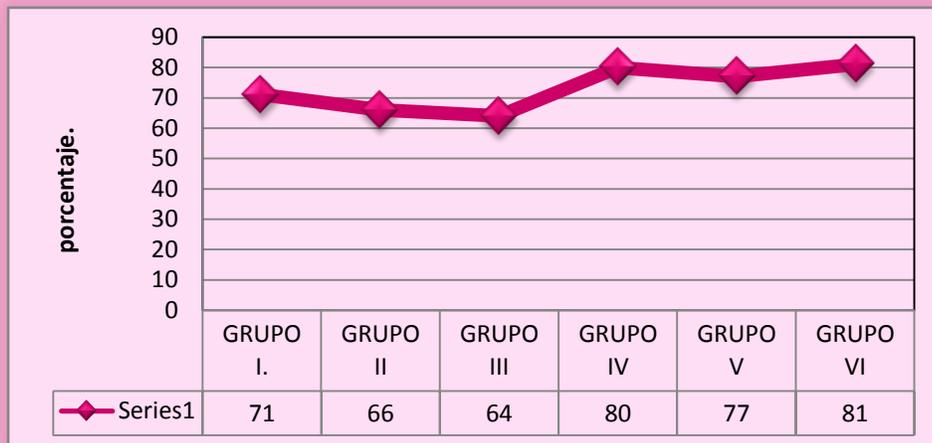
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 22. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 22. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social

Perfil sujeto 23.

Datos Generales.

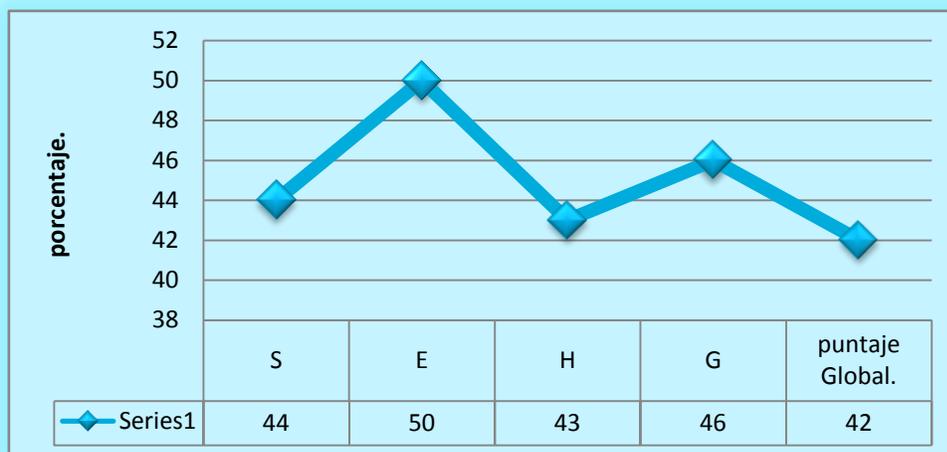
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

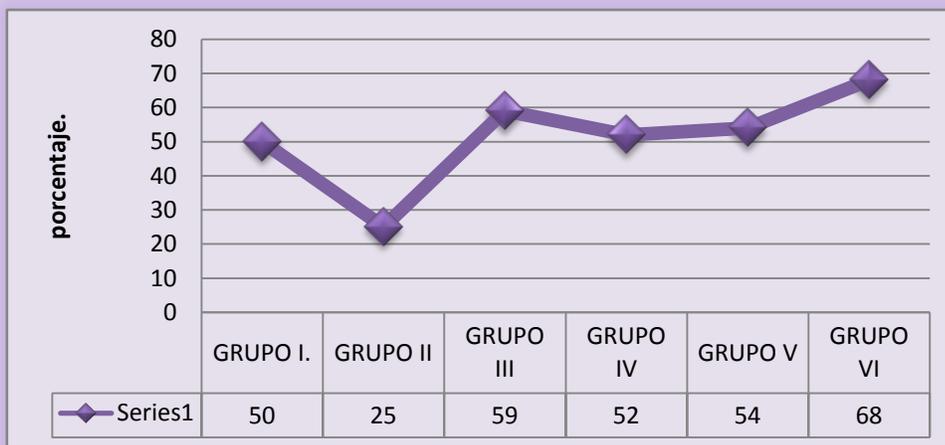
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 23. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 23. Cuestionario de Habilidades Sociales



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes promedio indicando poco desarrollo en algunas de las áreas.

Perfil sujeto 24.

Datos Generales.

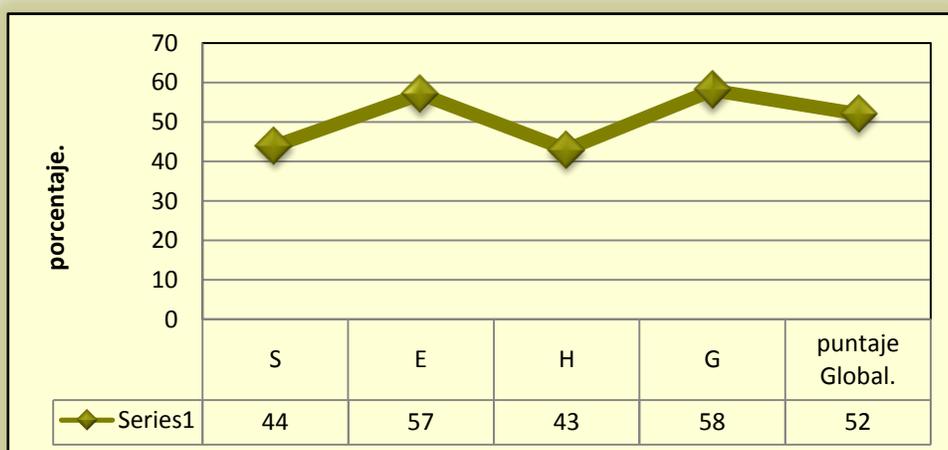
Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

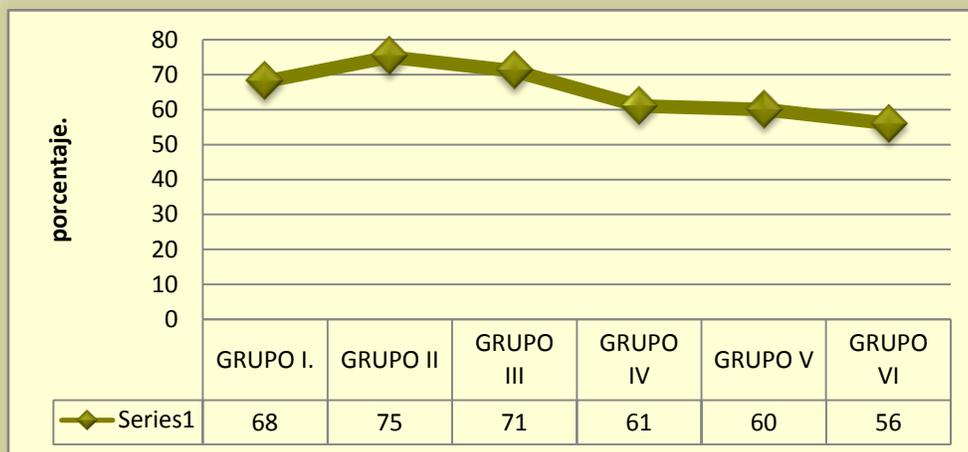
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 24. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 24. Cuestionario de Habilidades Sociales



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes p promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas de las habilidades de convivencia social.

Perfil sujeto 25.

Datos Generales.

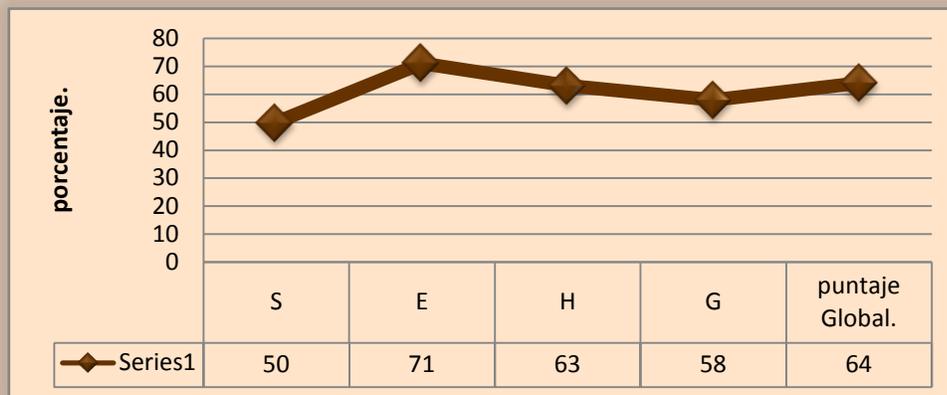
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

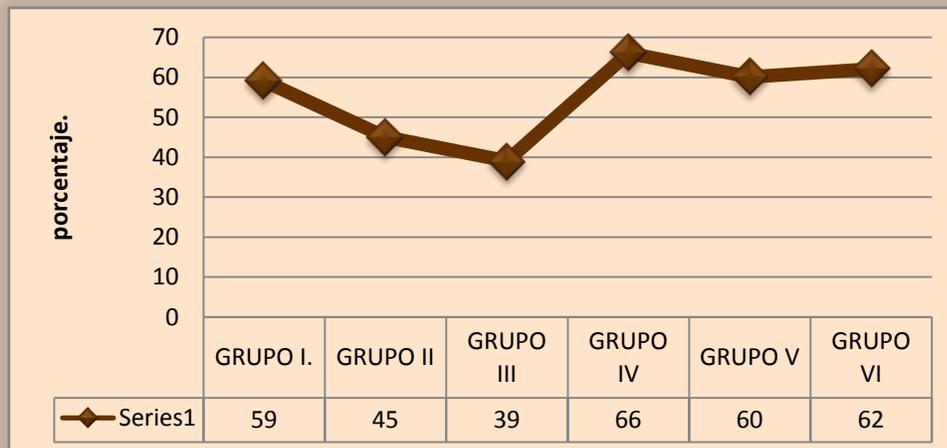
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 25. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 25. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas y poco progreso en otras categorías de las habilidades de convivencia social.

Perfil sujeto 26.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

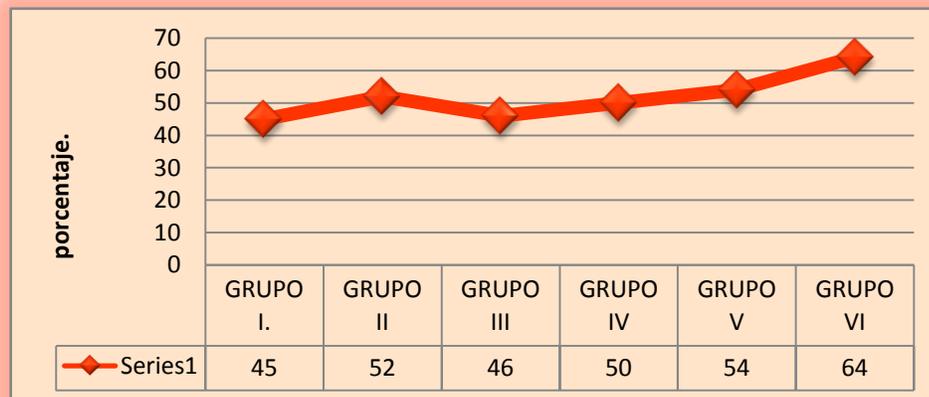
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 26 Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 26. Cuestionario de Habilidades Sociales



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes promedio indicando el lento desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 27.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 14 años.

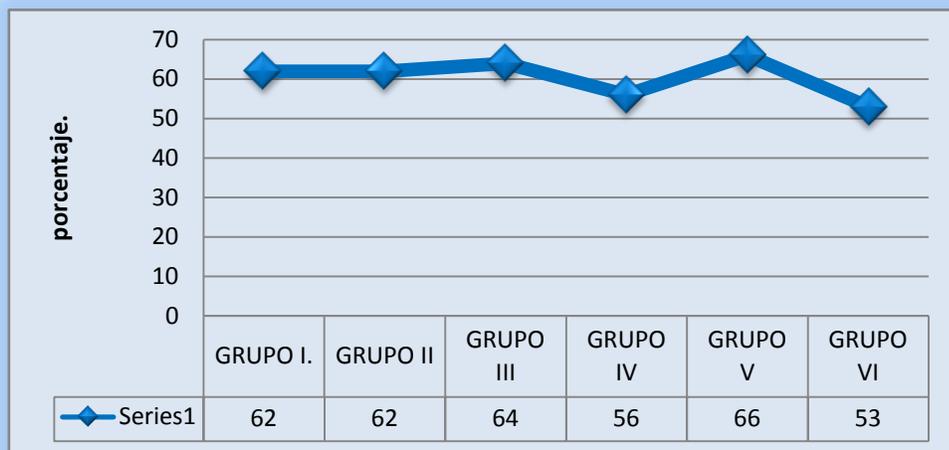
Escolaridad: 8° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 27. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 27. Cuestionario de Habilidades Sociales



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican poco desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes superiores al promedio indicando el progresivo desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 28.

Datos Generales.

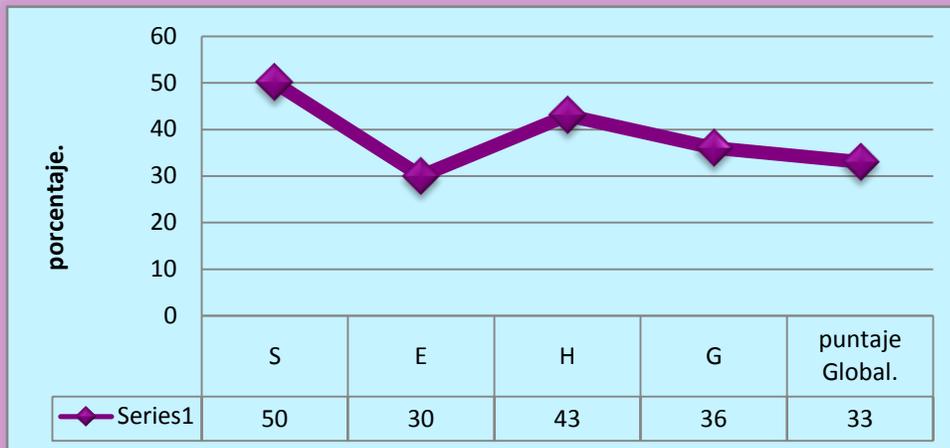
Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

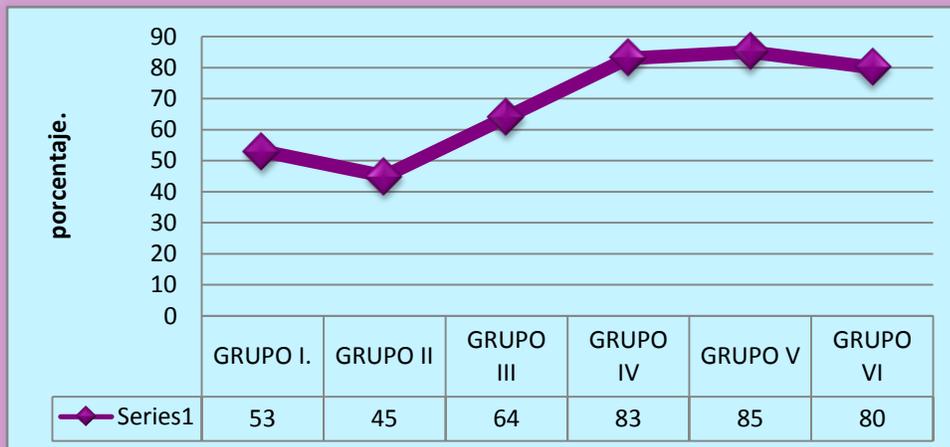
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 28. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 28 Cuestionario de Habilidades Sociales



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes variables indicando el desarrollo de las habilidades para la convivencia social, en unas áreas más que en otras.

Perfil sujeto 29.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 15 años.

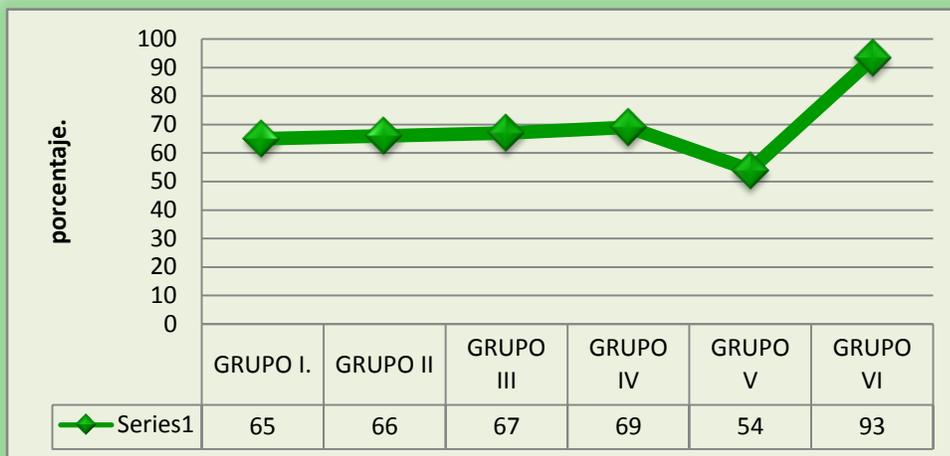
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 29. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 29. Cuestionario de Habilidades Sociales.



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican poco desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes superiores al promedio indicando el progresivo desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

Perfil sujeto 30.

Datos Generales.

Sexo: masculino.

Edad: 17 años.

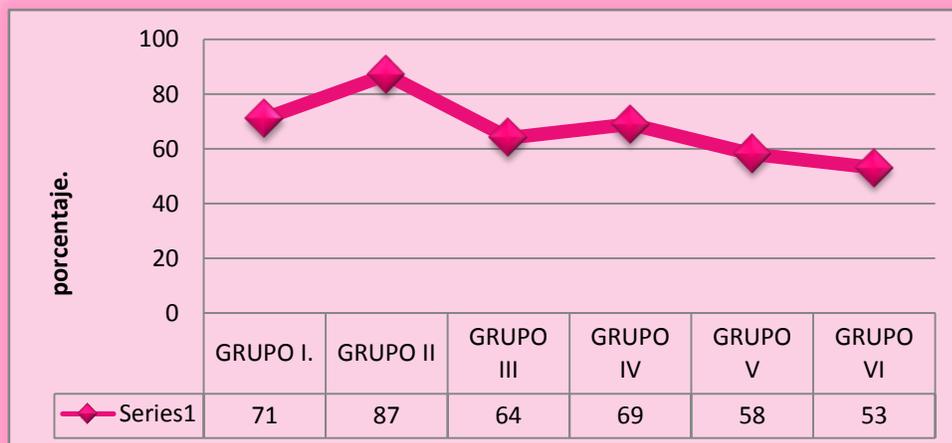
Escolaridad: 9° grado.

Lugar de estudio: Liceo Cristiano Reverendo Juan Bueno Colonia Costa Rica.

Sujeto 30. Cuestionario de Autoestima IAE- Coopersmith.



Sujeto 30. Cuestionario de Habilidades Sociales



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas y poco progreso en otras categorías de las habilidades de convivencia social

PERFIL DE SUJETO 31

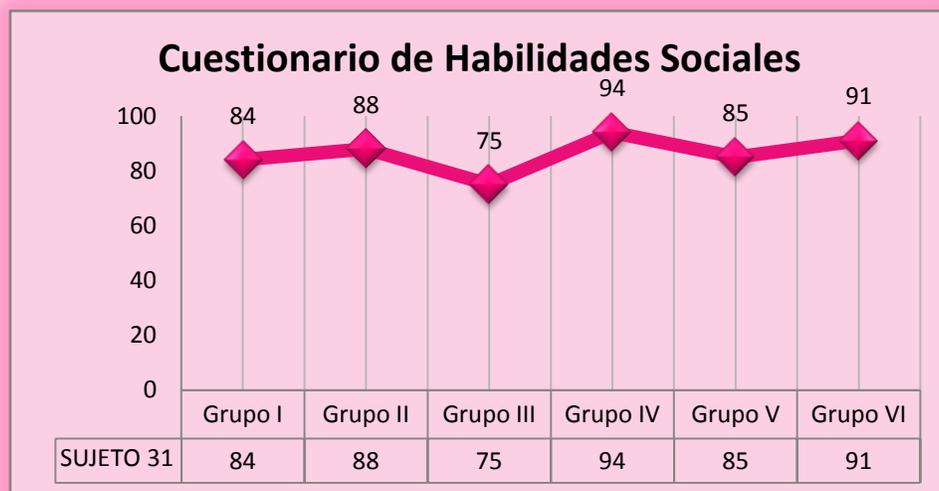
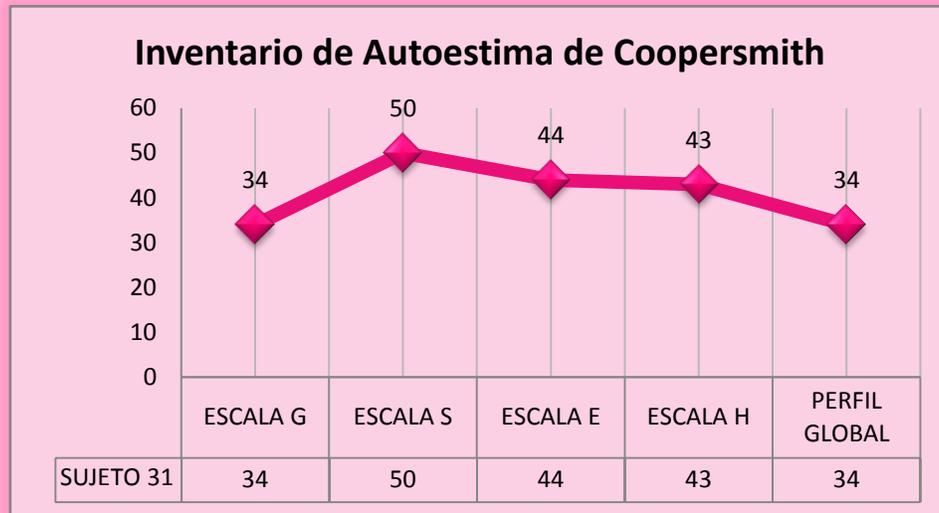
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



El sujeto 31 según los resultados obtenidos en las pruebas posee una autoestima baja reflejado que el individuo tiene en un estado de insatisfacción consigo mismo. Mientras que con el cuestionario de habilidades sociales refleja que tiene algunas habilidades desarrolladas y necesita trabajar para seguirlas desarrollando.

PERFIL DE SUJETO 32

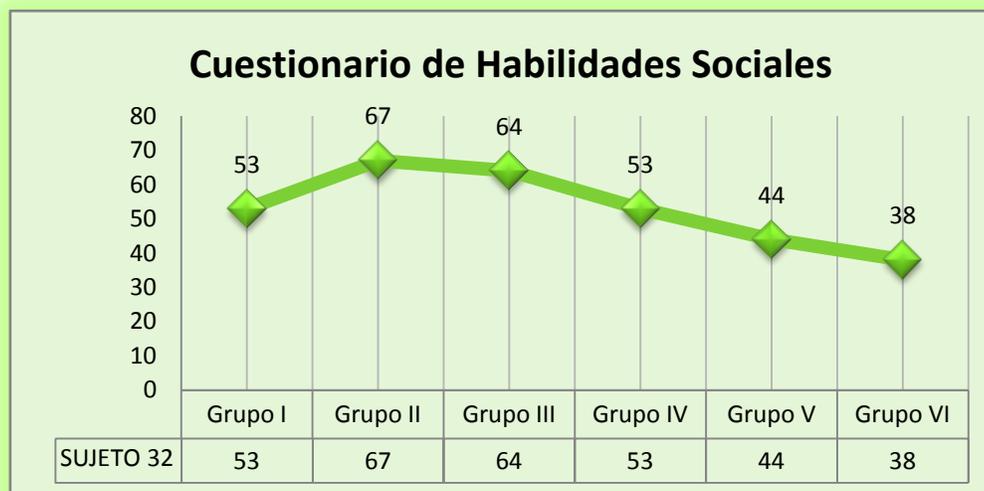
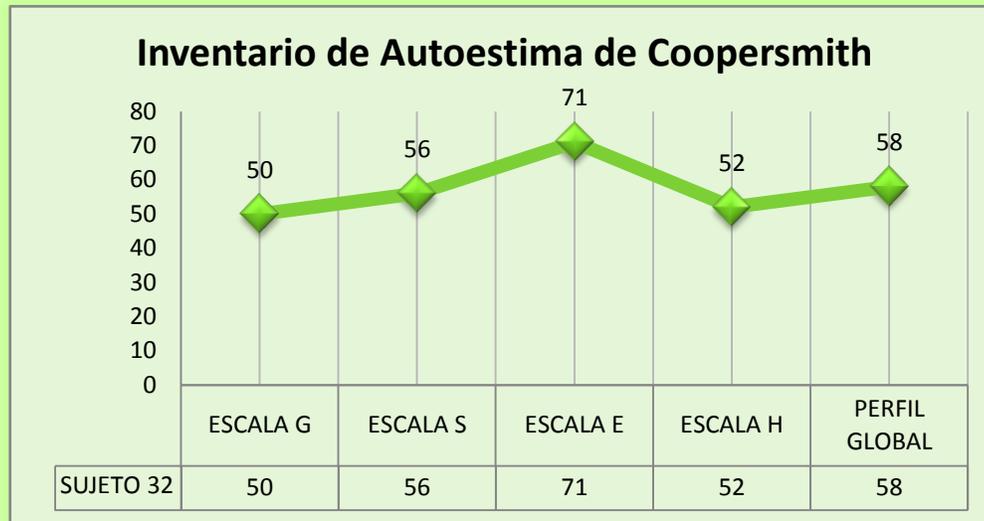
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima promedio, y en el cuestionario de habilidades refleja que posee las habilidades sociales en los estándares promedio, ambas tiene que desarrollarlas.

PERFIL DE SUJETO 33

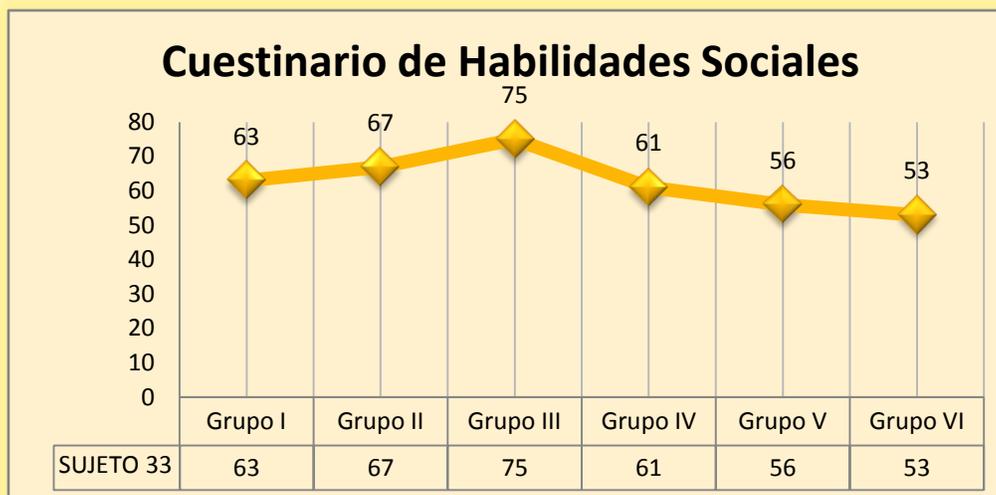
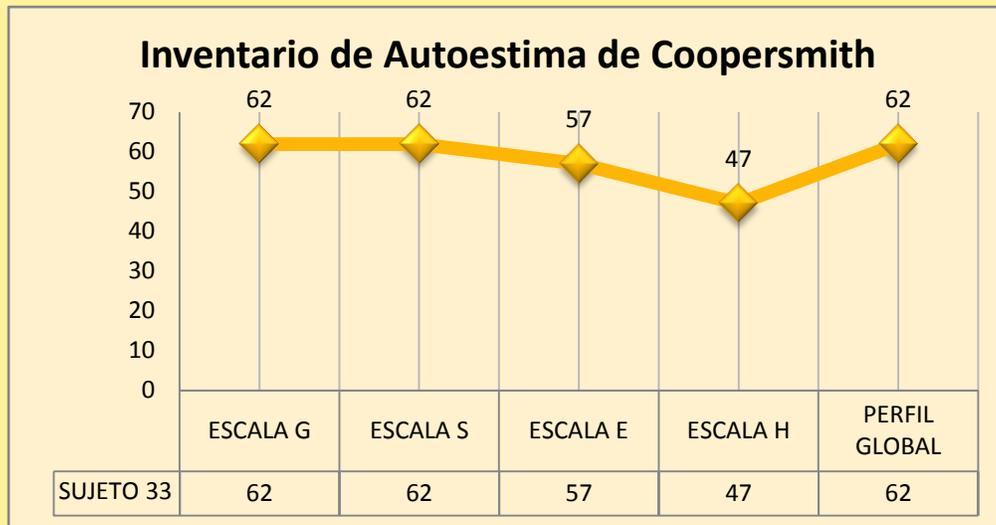
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima que puntea en el promedio, mientras en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables destacando las habilidades relacionadas a los sentimientos.

PERFIL DE SUJETO 34

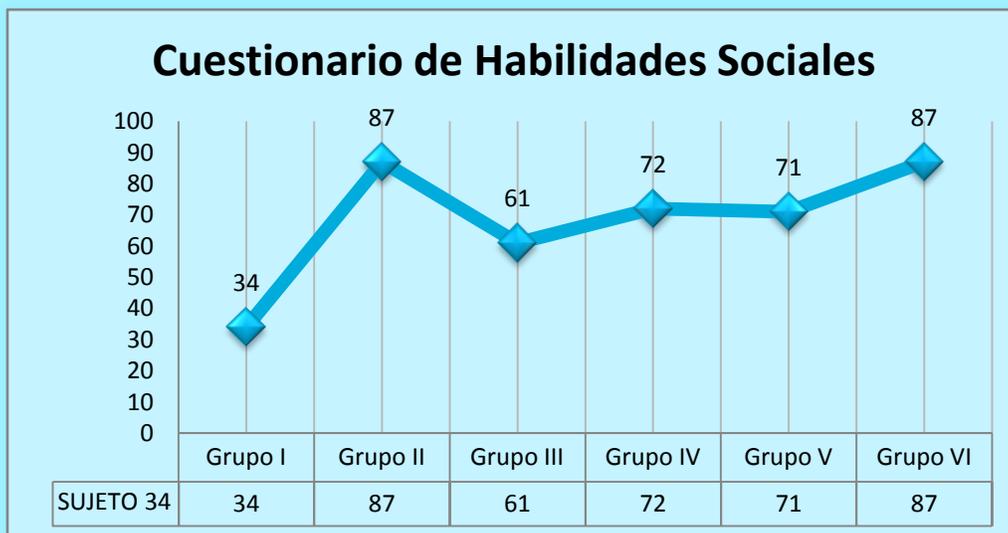
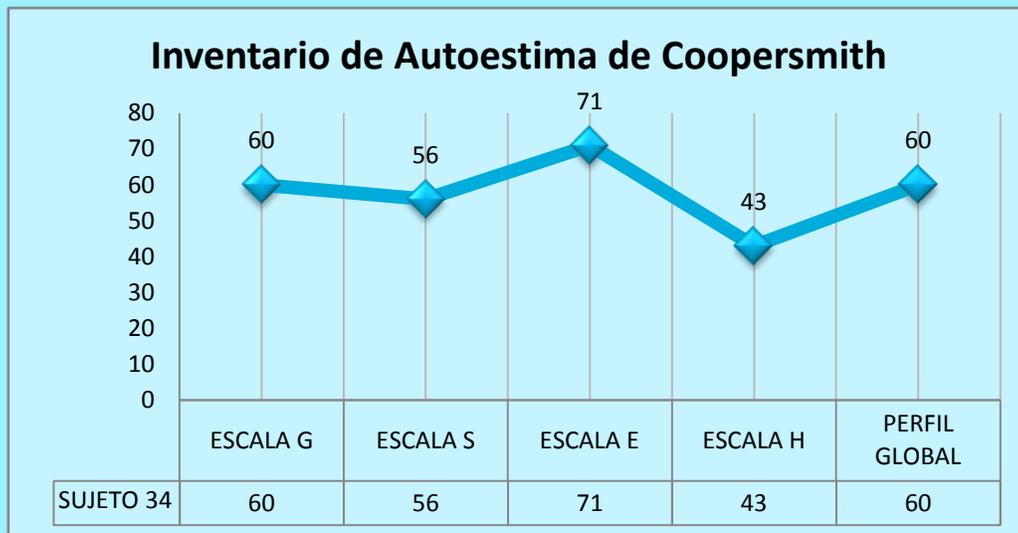
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima promedio, y en el cuestionario de habilidades refleja que posee las habilidades sociales en los estándares promedio, ambas tiene que desarrollarlas.

PERFIL DE SUJETO 35

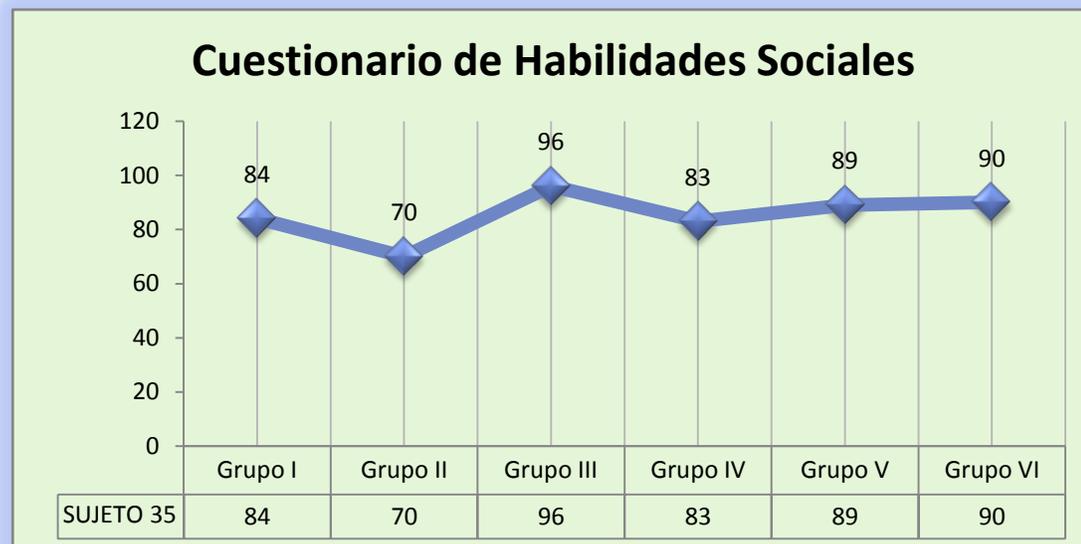
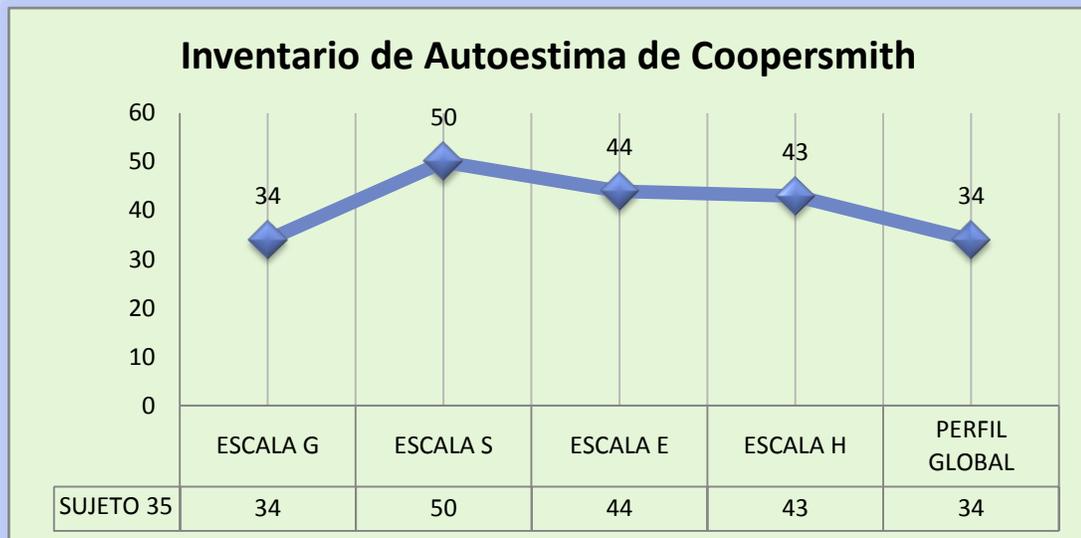
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima promedio, y en el cuestionario de habilidades refleja que posee las habilidades sociales en los estándares promedio, ambas tiene que desarrollarlas.

PERFIL DE SUJETO 36

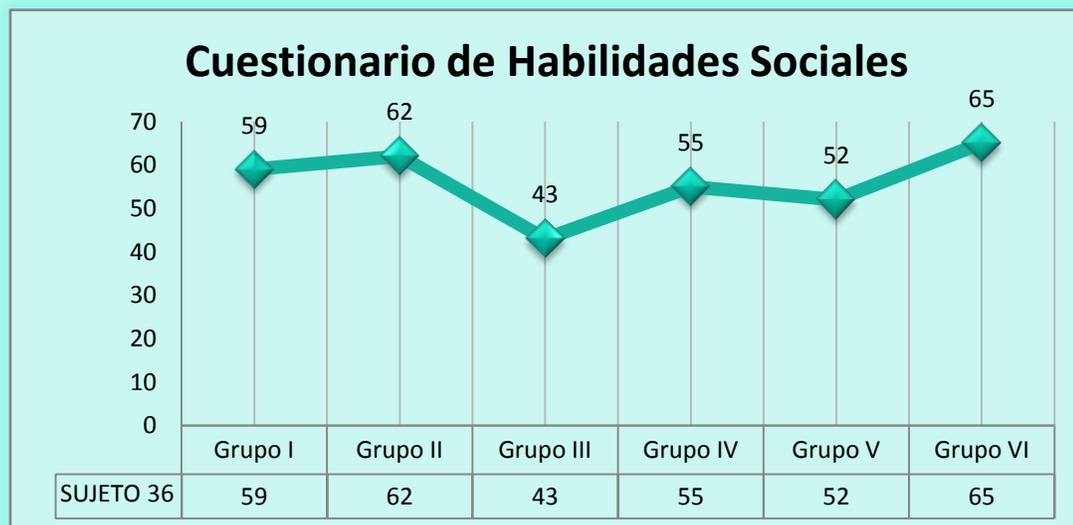
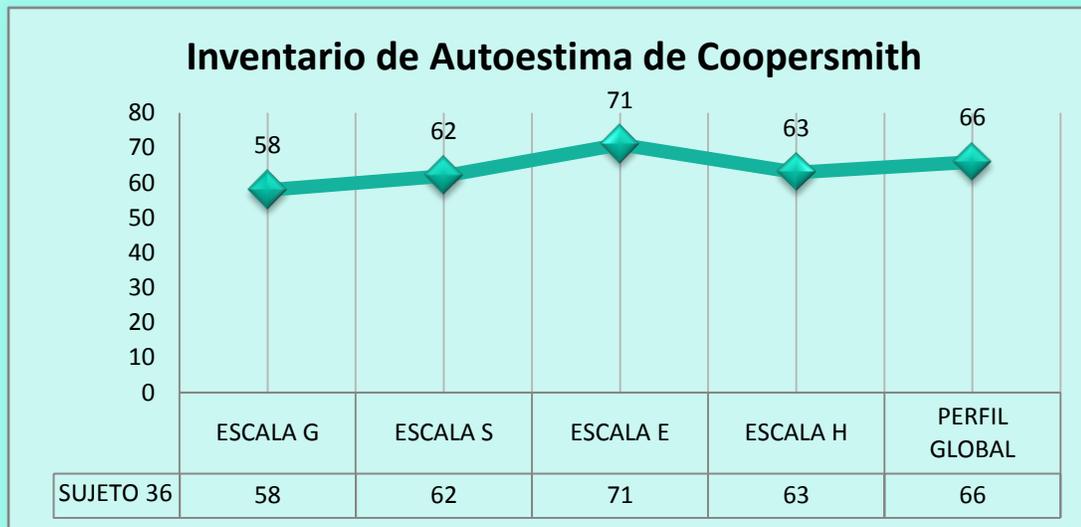
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima promedio, y en el cuestionario de habilidades refleja que posee las habilidades sociales en los estándares promedio, ambas tiene que desarrollarlas.

PERFIL DE SUJETO 37

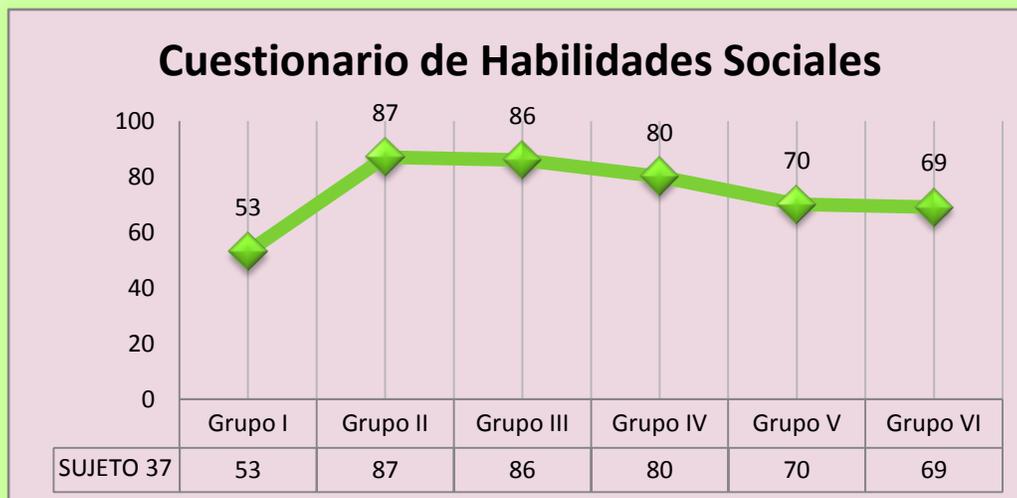
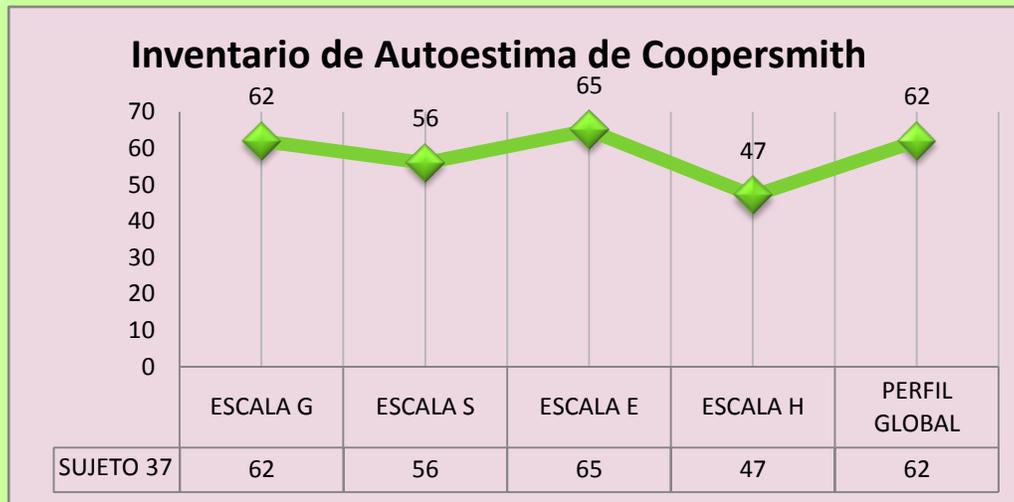
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el inventario de autoestima refleja que tiene una autoestima que puntea en el promedio, mientras en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables destacando las habilidades relacionados a los sentimientos.

PERFIL DE SUJETO 38

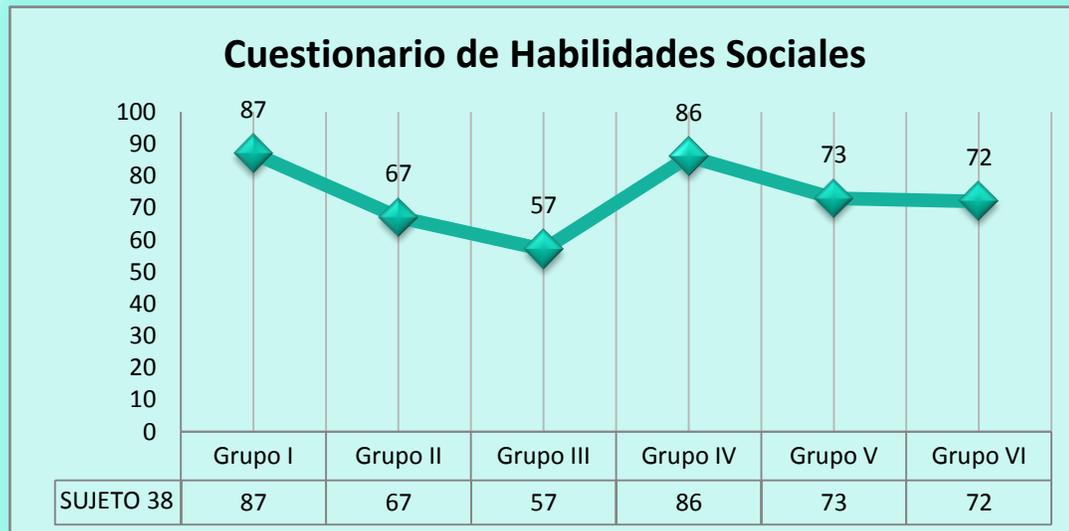
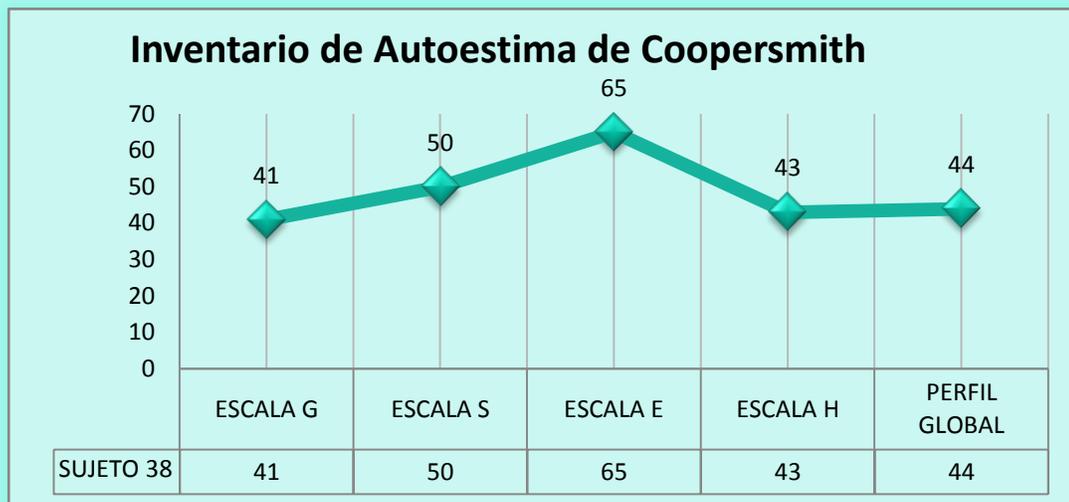
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican poco desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes superiores al promedio indicando el progresivo desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 39

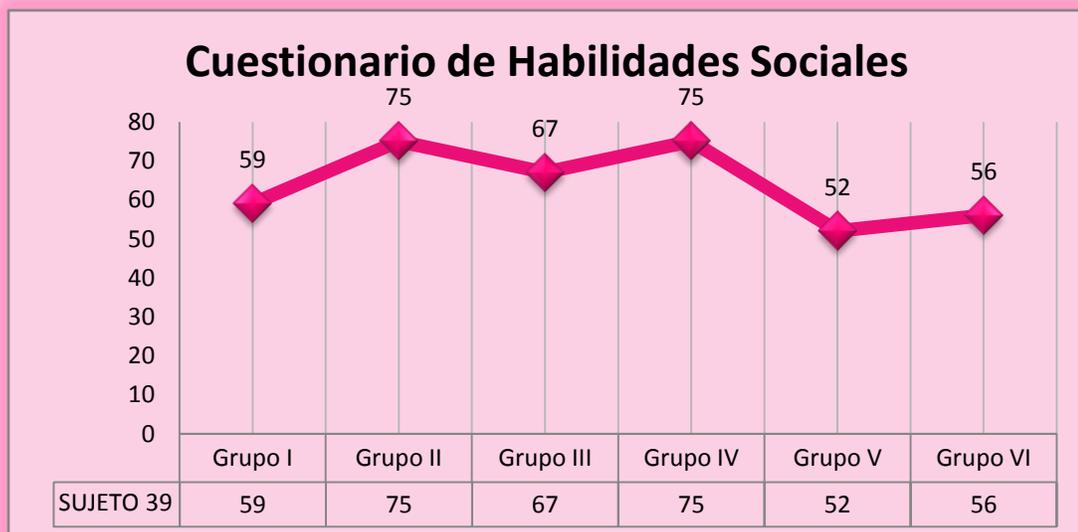
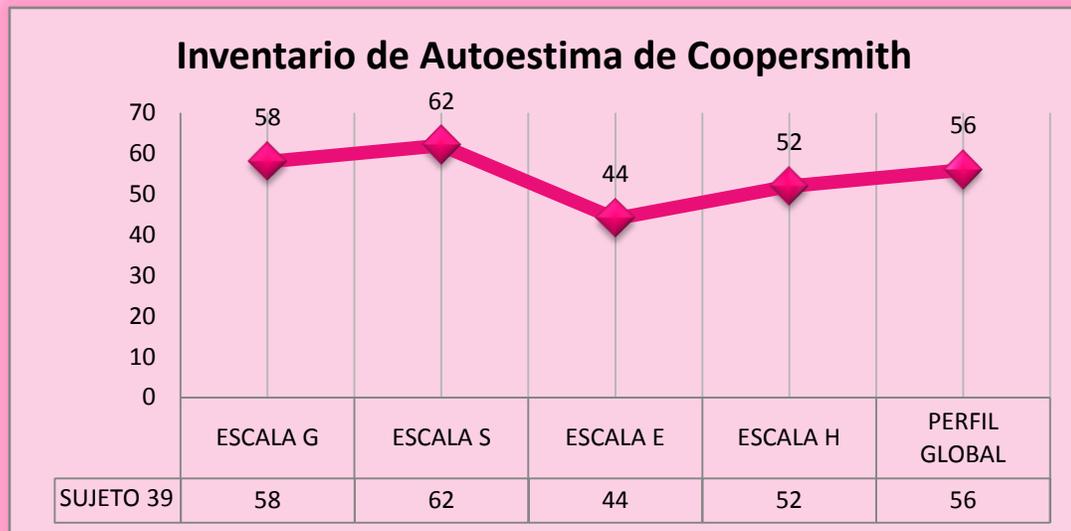
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes variables indicando el desarrollo de las habilidades para la convivencia social, en unas áreas más que en otras.

PERFIL DE SUJETO 40

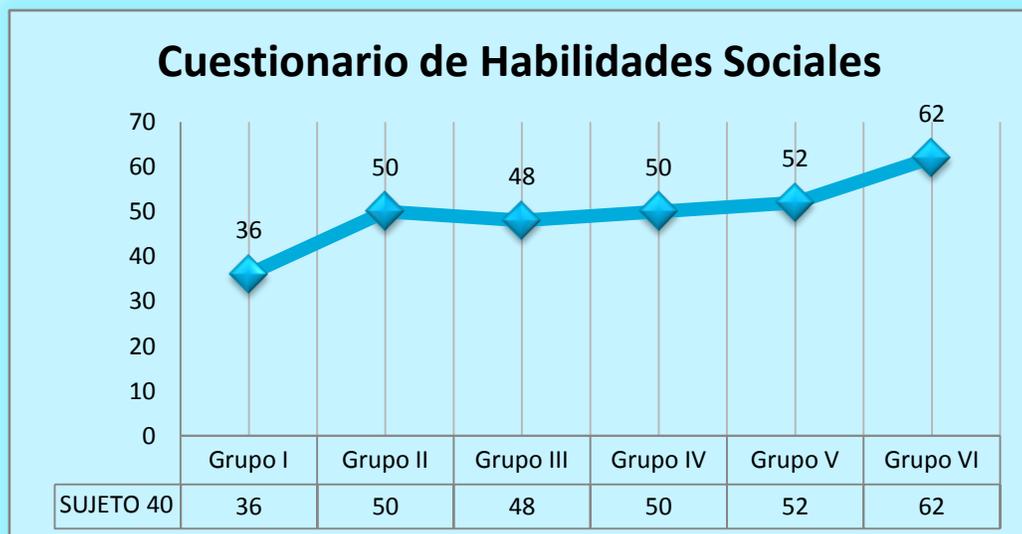
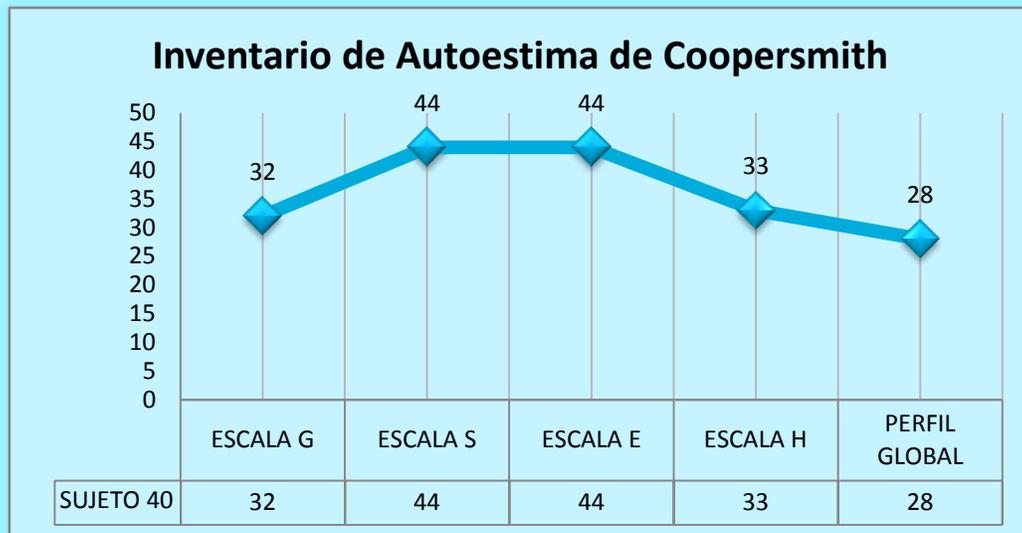
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 41

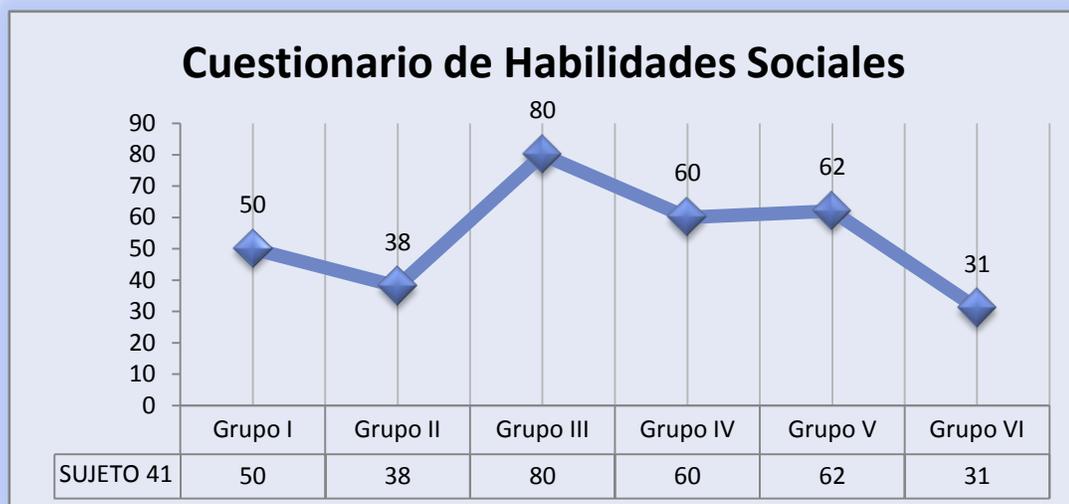
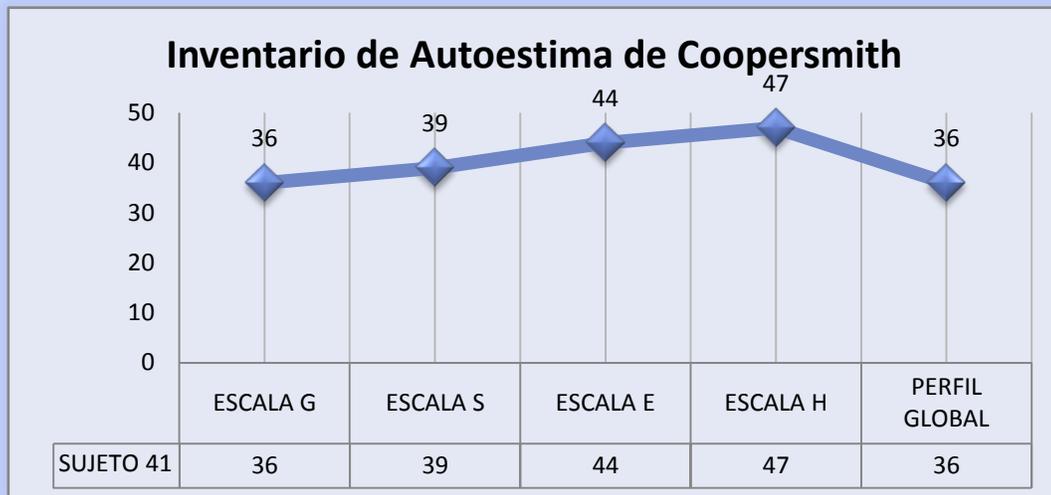
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social

PERFIL DE SUJETO 42

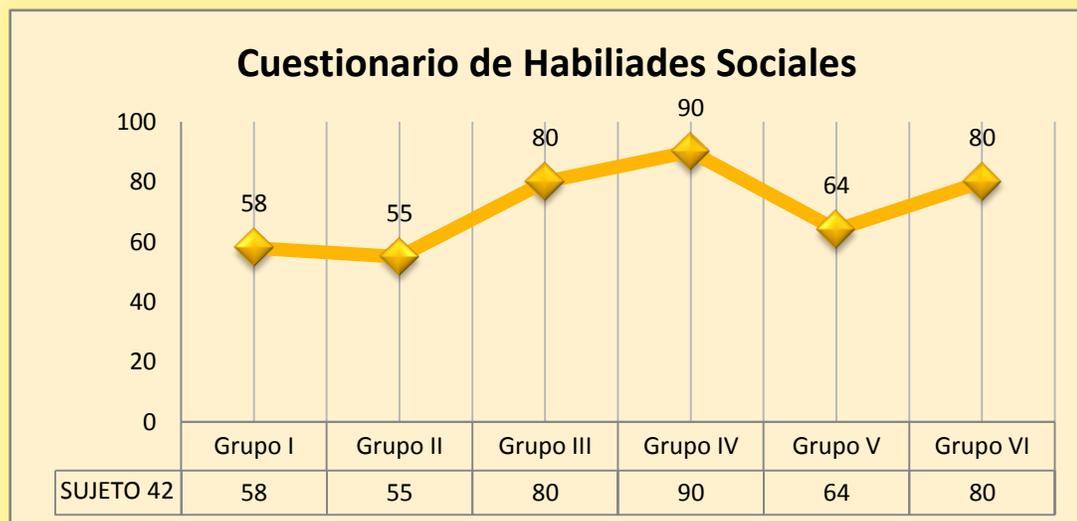
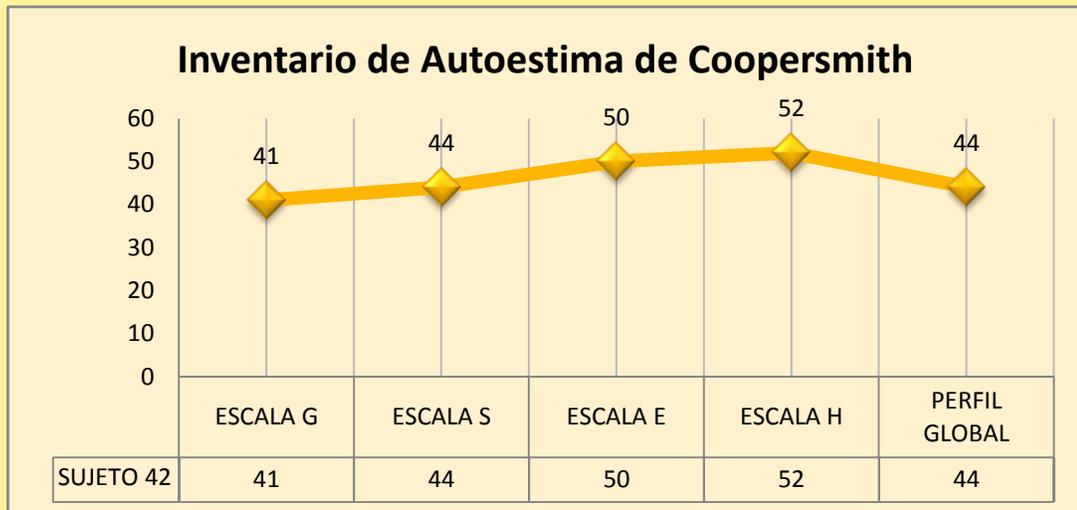
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados obtenidos en el cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje inferior al promedio dejando en evidencia que posee una inadecuada autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 43

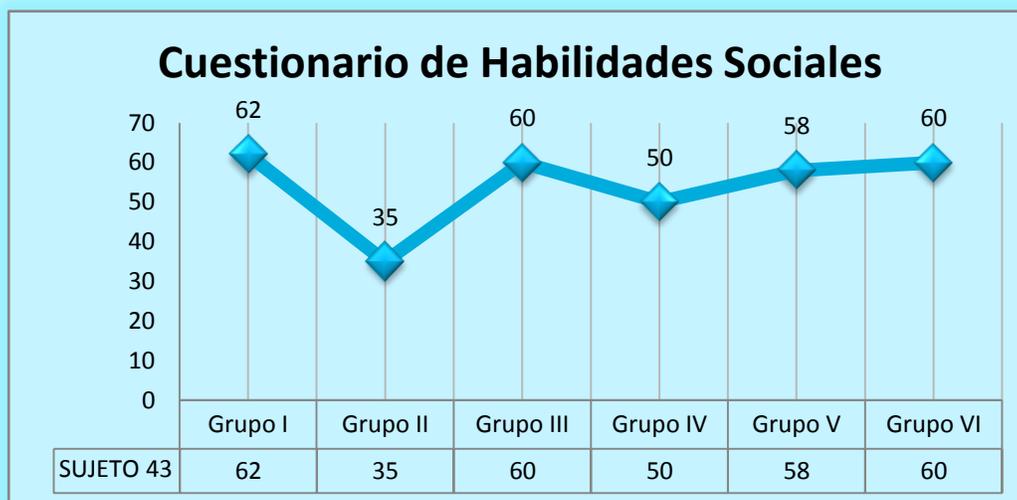
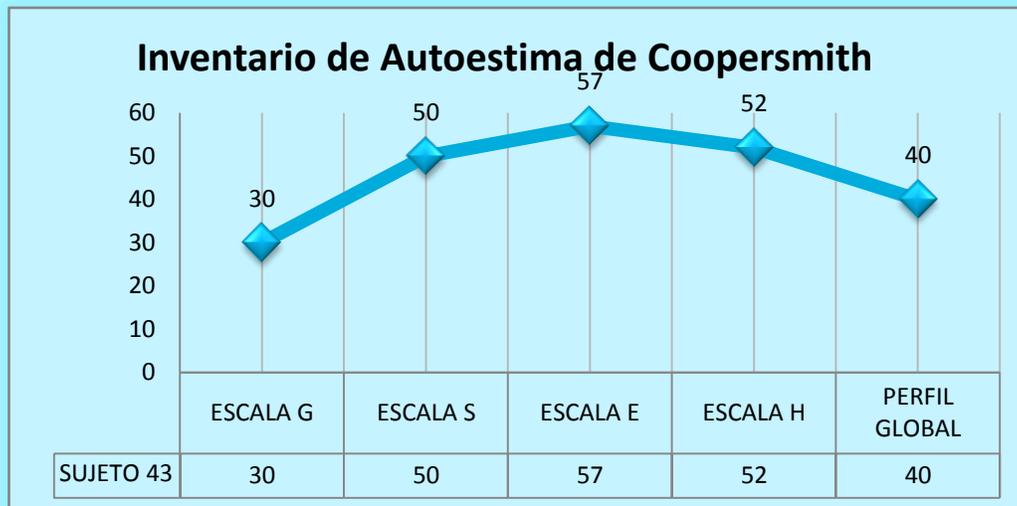
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados en el cuestionario de autoestima indican que el sujeto no posee un adecuado desarrollo de la autoestima. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales, posee puntajes que se mantienen en el rango promedio indicando que la mayoría de sus habilidades sociales se han desarrollado medianamente.

PERFIL DE SUJETO 44

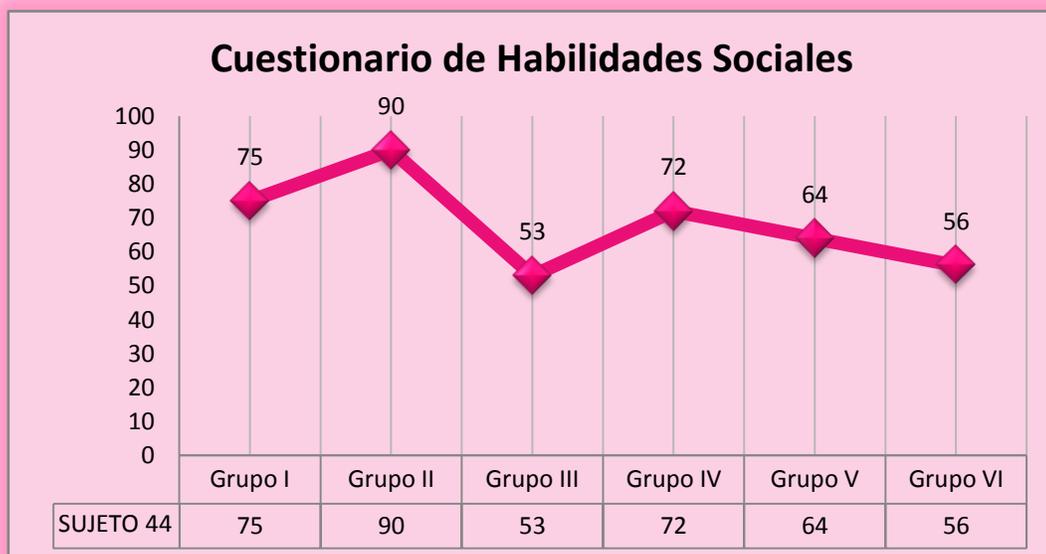
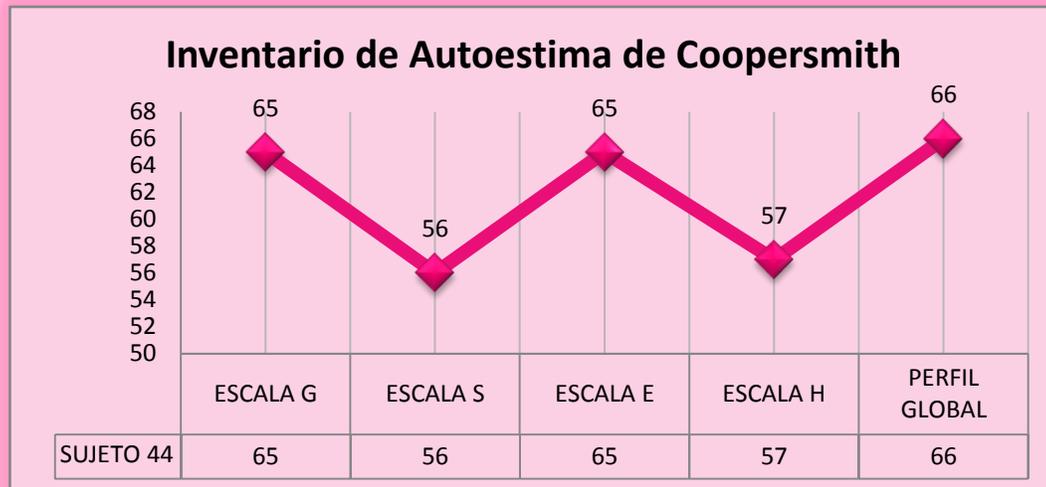
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados en el cuestionario de autoestima indican que el sujeto no posee un adecuado desarrollo de la autoestima. Mientras que en el cuestionario de habilidades sociales, posee puntajes que se mantienen en el rango promedio indicando que la mayoría de sus habilidades sociales se han desarrollado medianamente.

PERFIL DE SUJETO 45

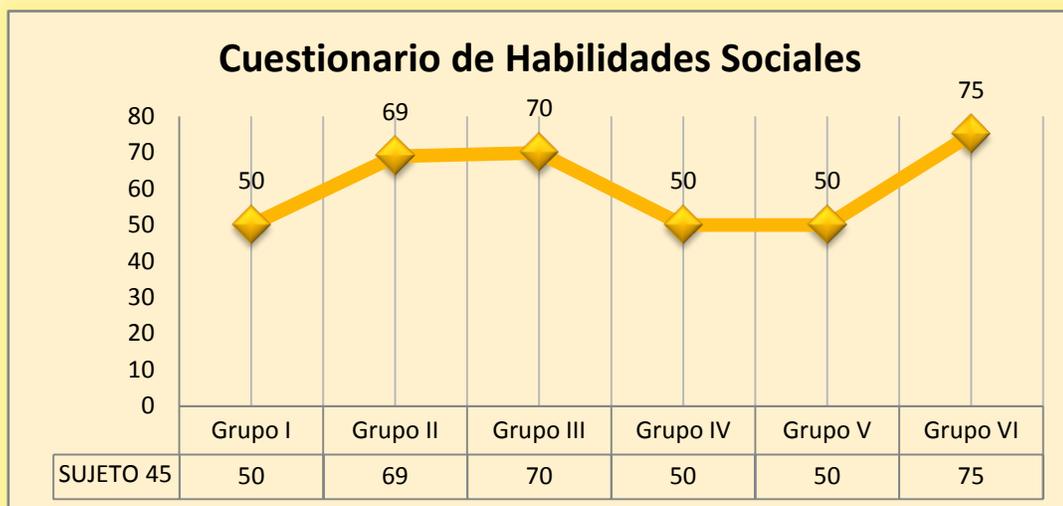
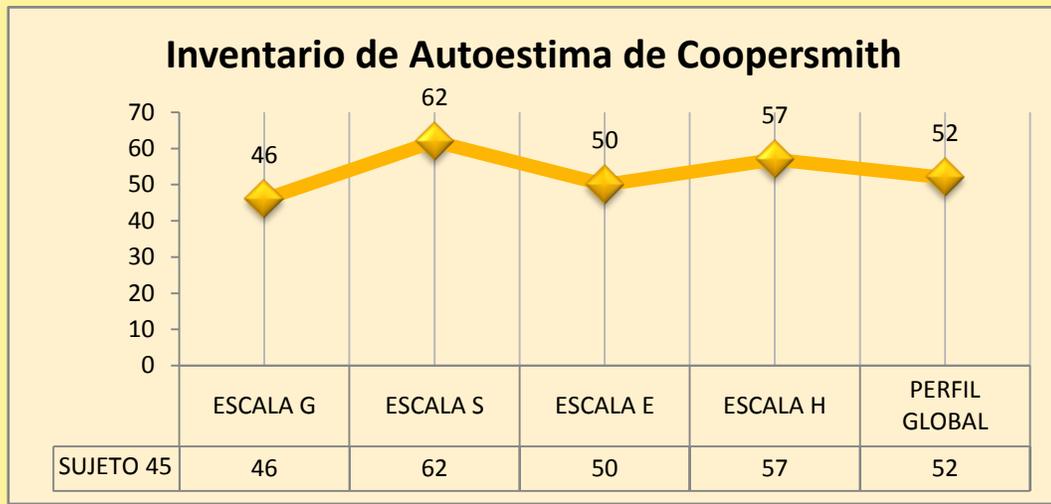
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social

PERFIL DE SUJETO 46

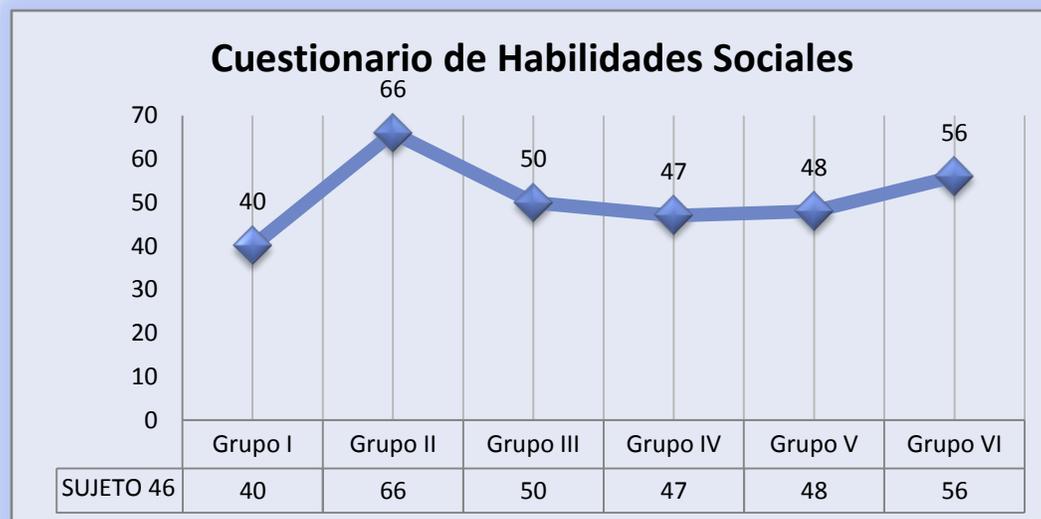
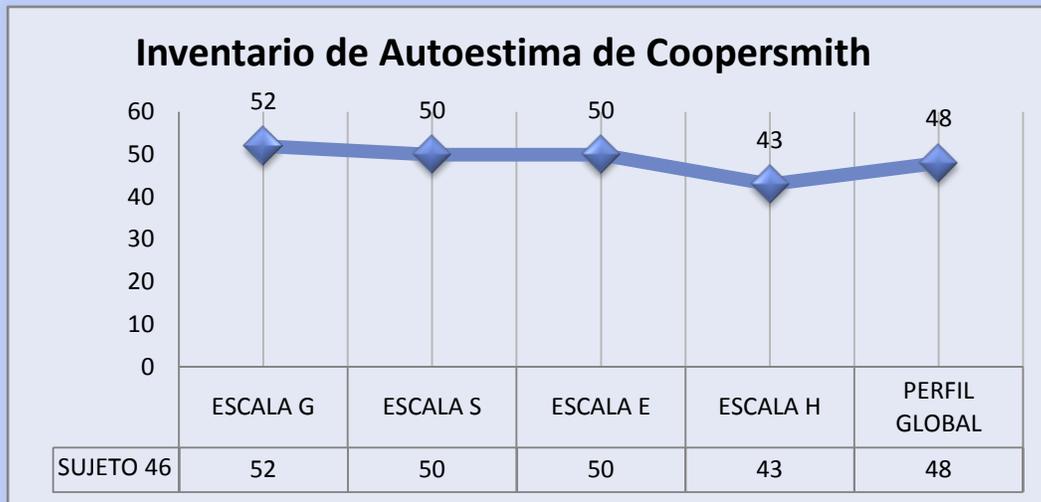
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 47

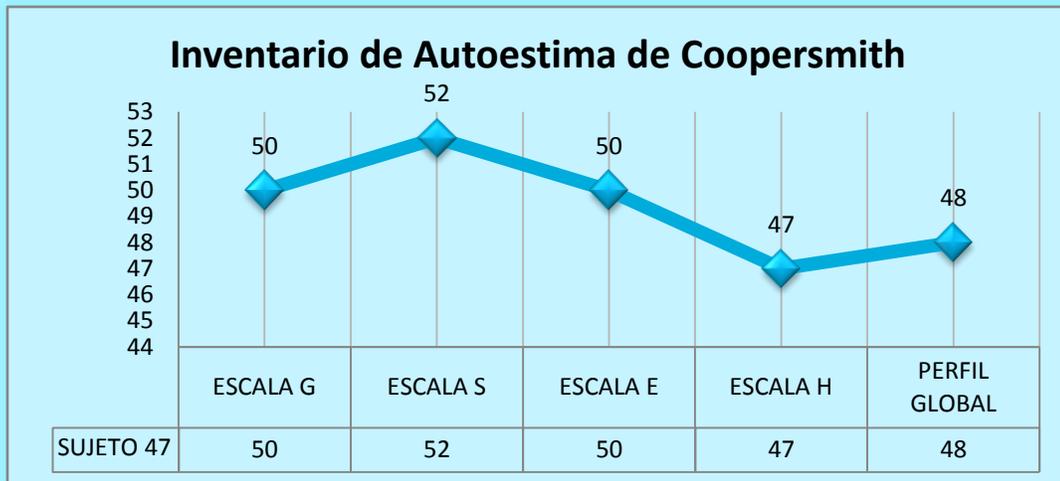
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes p promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas de las habilidades de convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 48

Datos Generales:

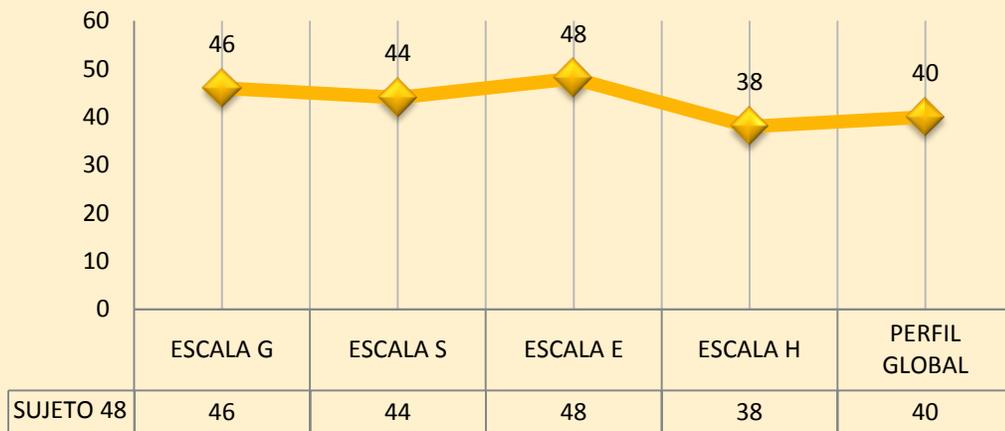
Sexo: Femenino

Edad: 16 años

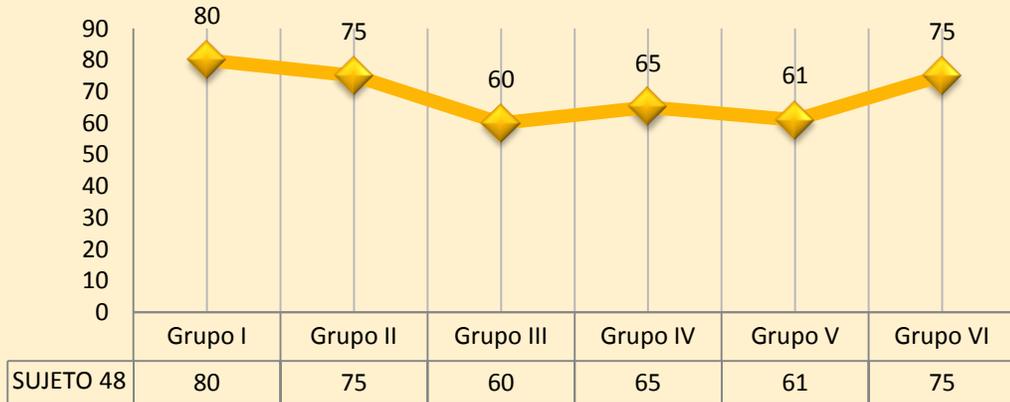
Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"

Inventario de Autoestima de Coopersmith



Cuestionario de Habilidades Sociales



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes promedio indicando poco desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 49

Datos Generales:

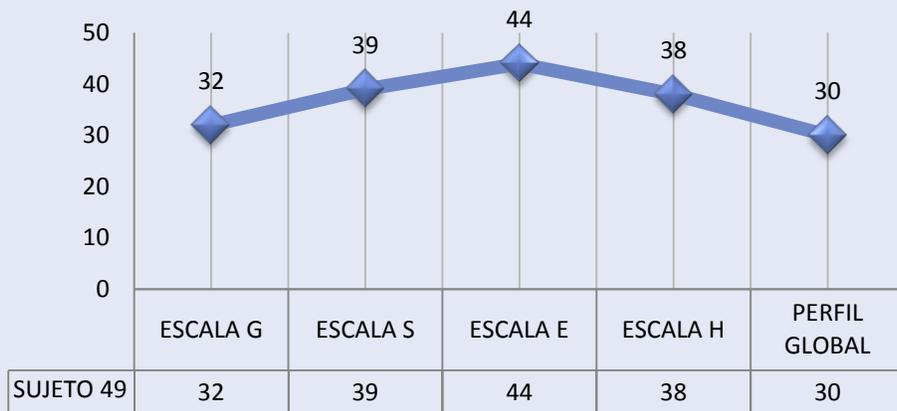
Sexo: Femenino

Edad: 15 años

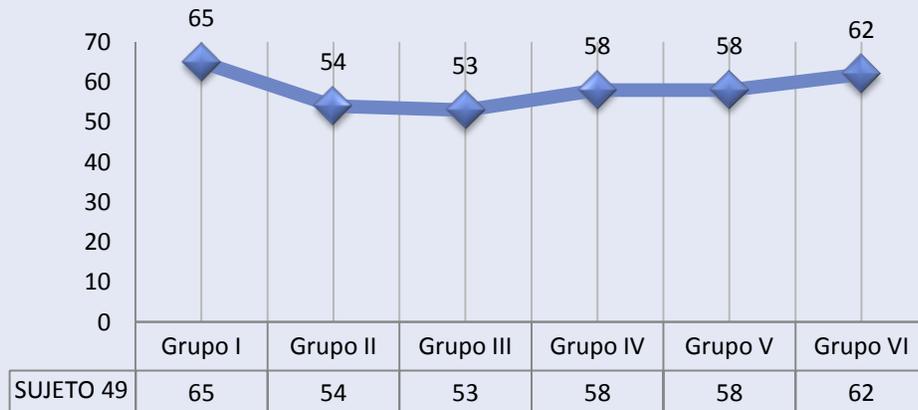
Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"

Inventario de Autoestima de Coopersmith



Cuestionario de Habilidades Sociales



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes variables indicando el desarrollo de las habilidades para la convivencia social, en unas áreas más que en otras.

PERFIL DE SUJETO 50

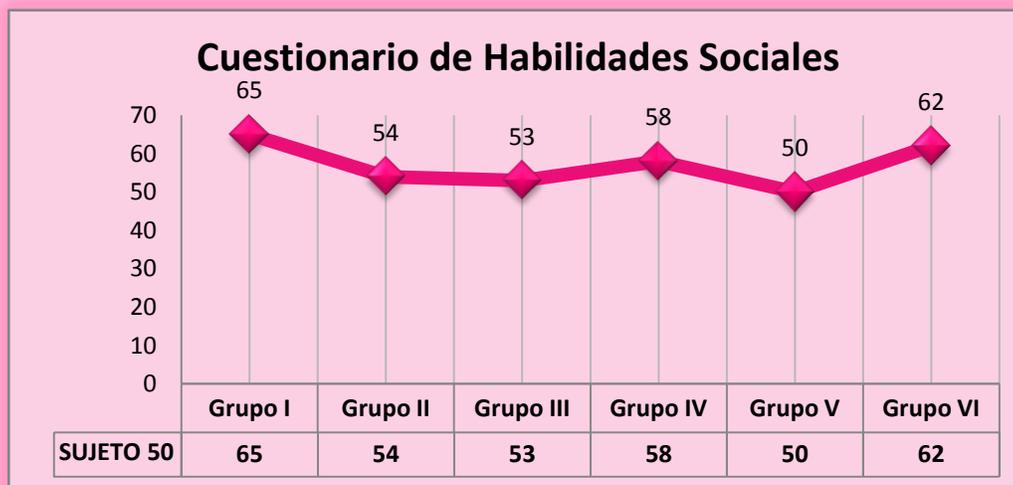
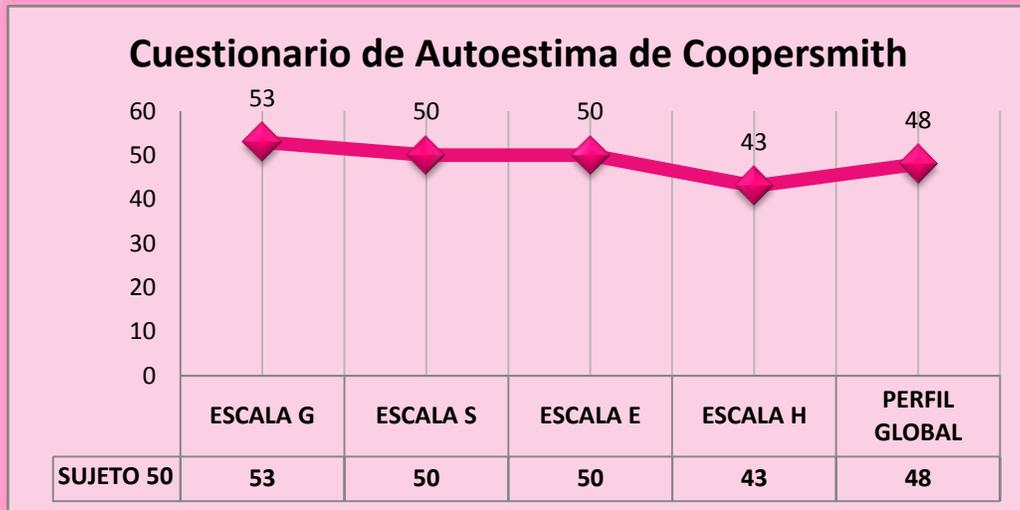
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas y poco progreso en otras categorías de las habilidades de convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 51

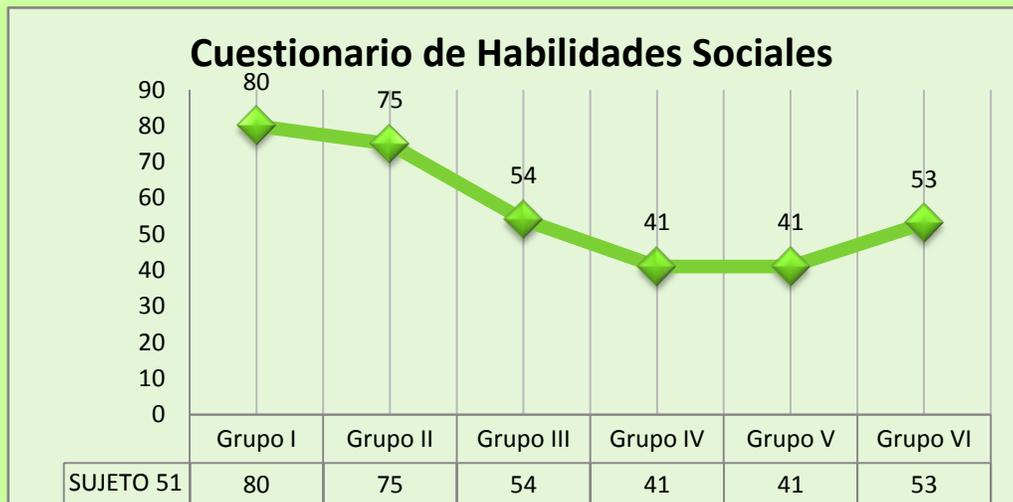
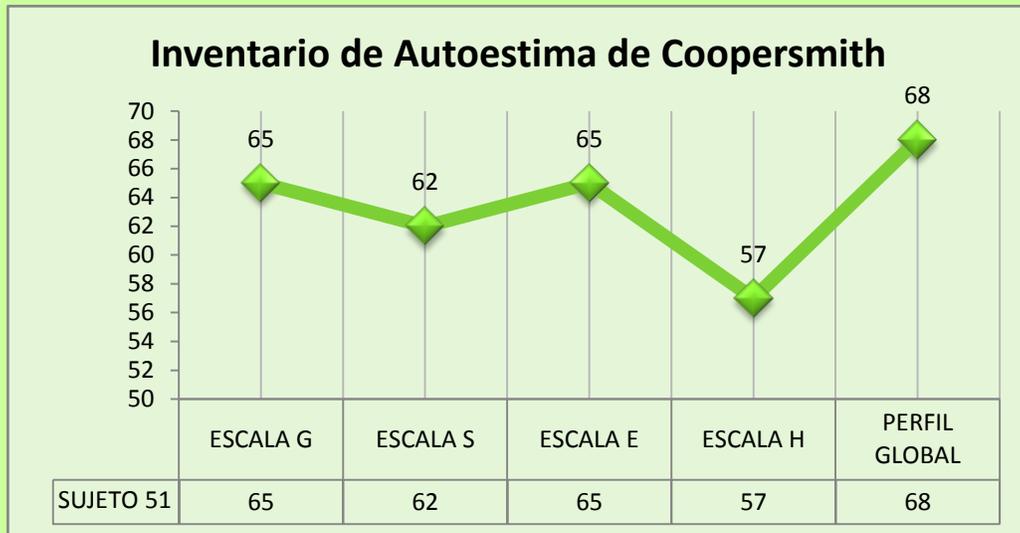
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 52

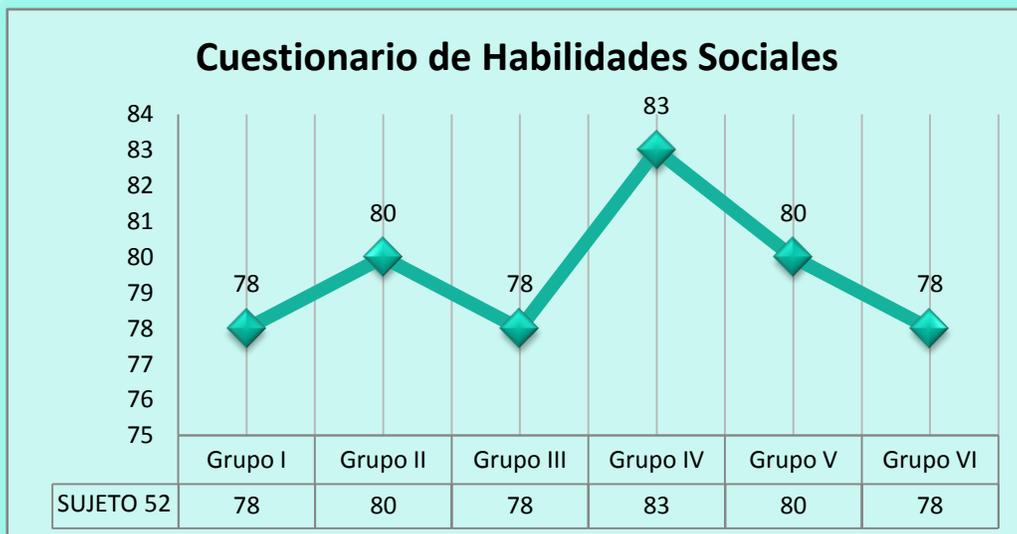
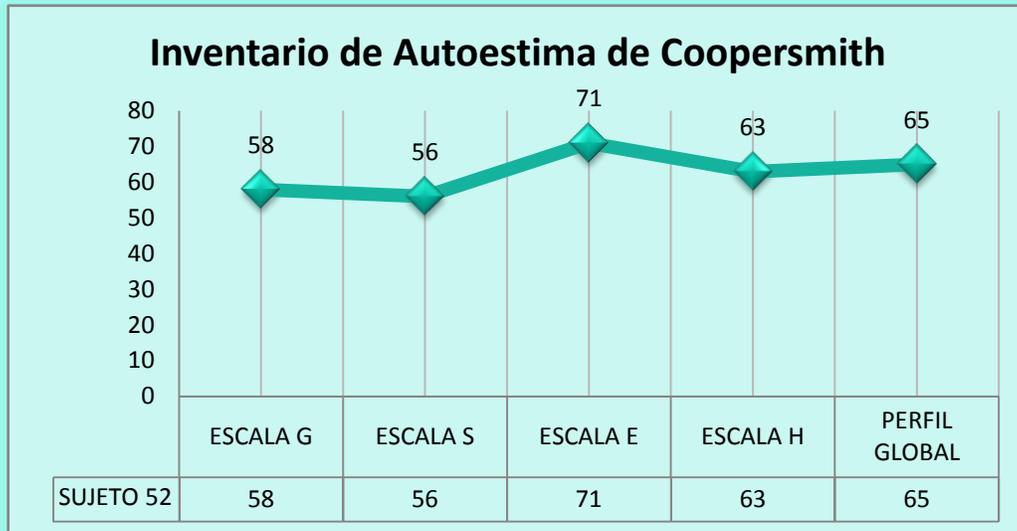
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes variables indicando el desarrollo de las habilidades para la convivencia social, en unas áreas más que en otras.

PERFIL DE SUJETO 53

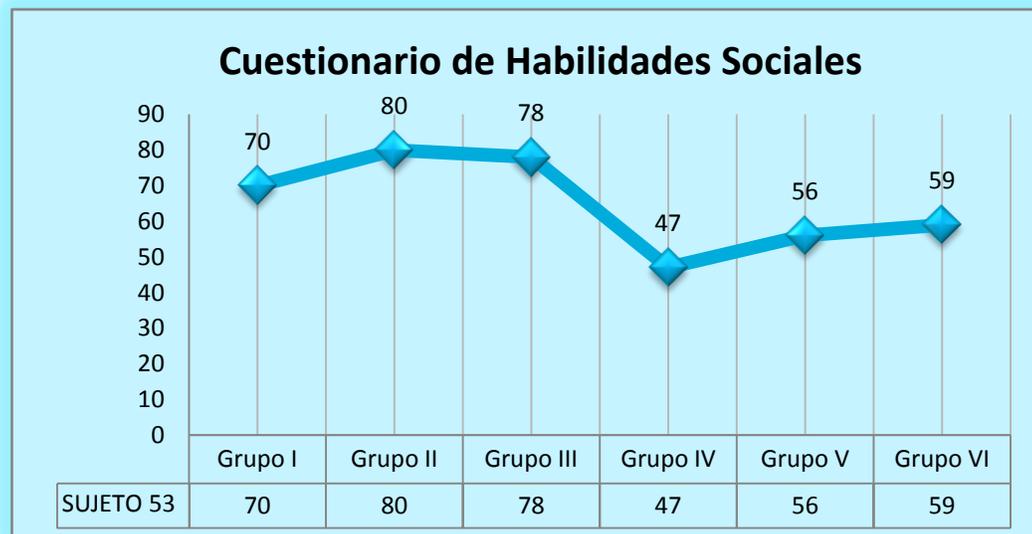
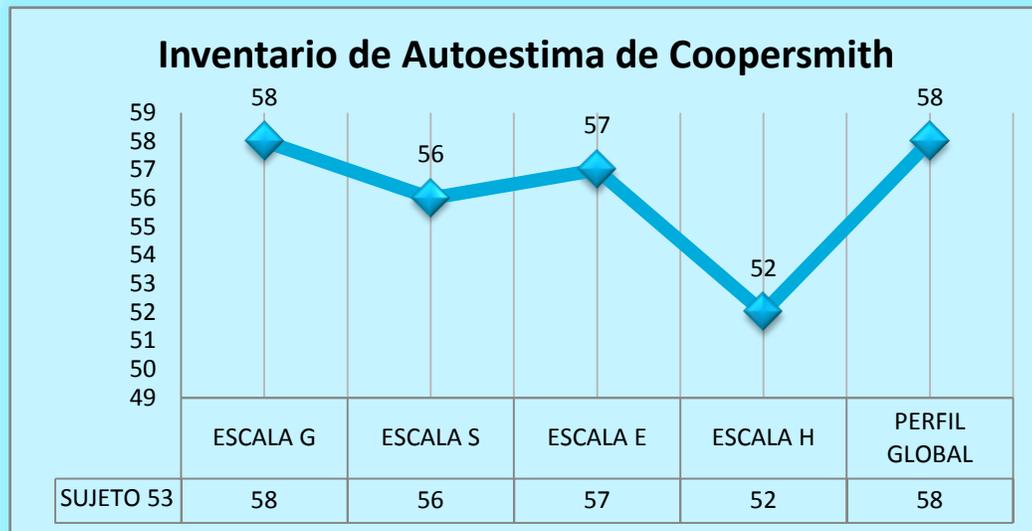
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes variables indicando el desarrollo de las habilidades para la convivencia social, en unas áreas más que en otras.

PERFIL DE SUJETO 54

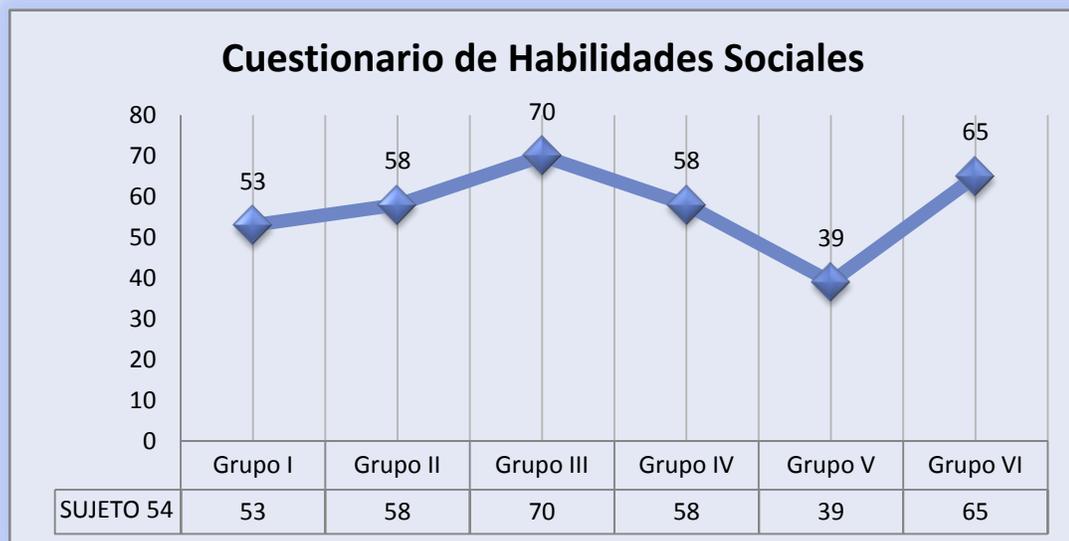
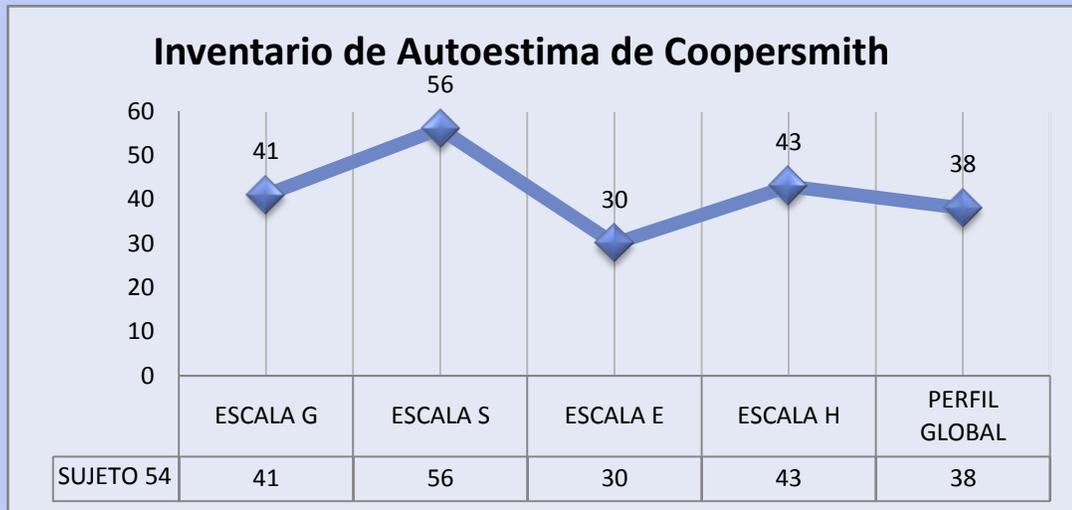
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican poco desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes superiores al promedio indicando el progresivo desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 55

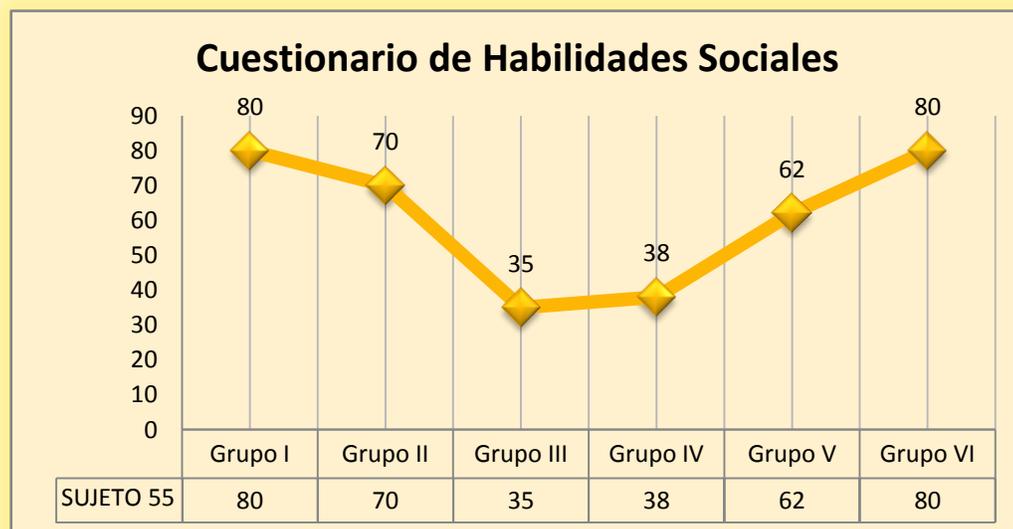
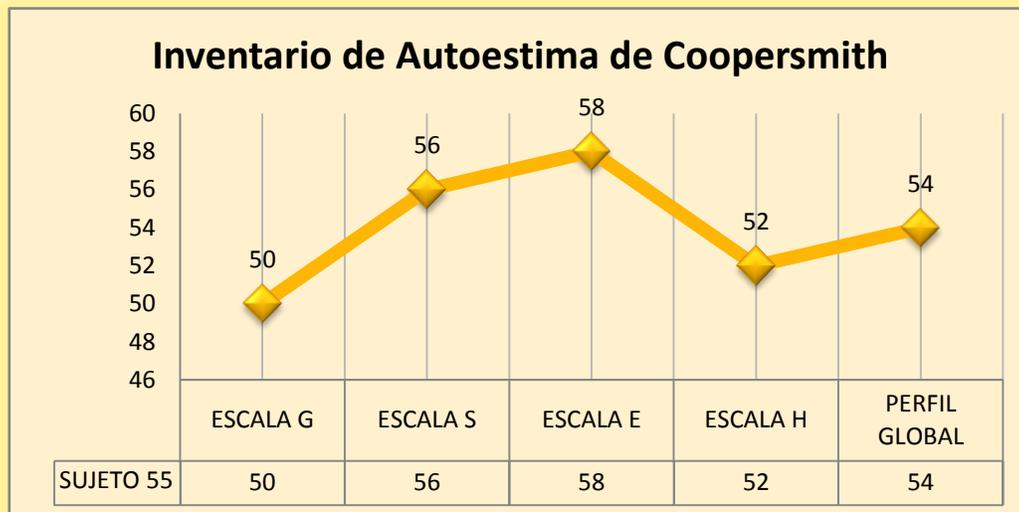
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes promedio indicando el lento desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 56

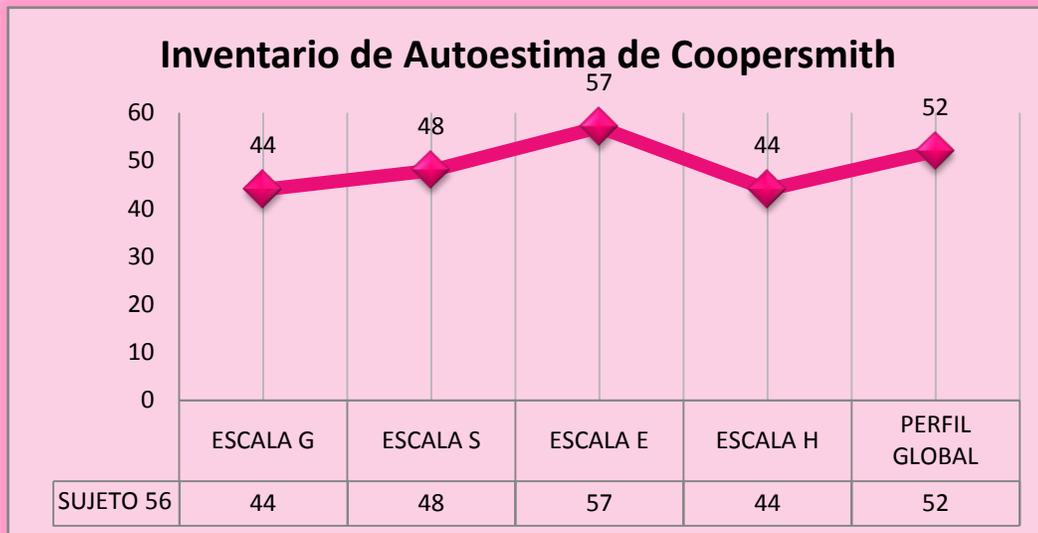
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los puntajes obtenidos en el cuestionario de autoestima indican un inadecuado desarrollo de la misma. Mientras que en el cuestionario de las habilidades sociales indican porcentajes promedio indicando el lento desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 57

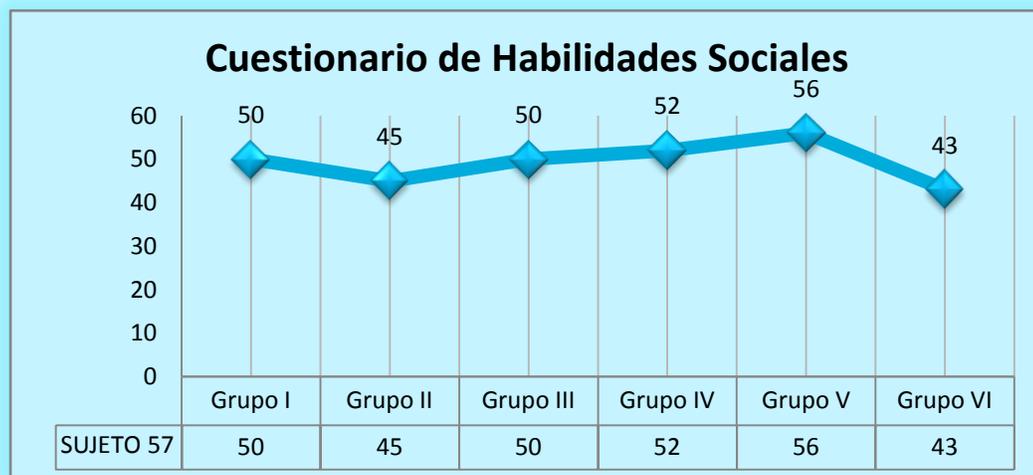
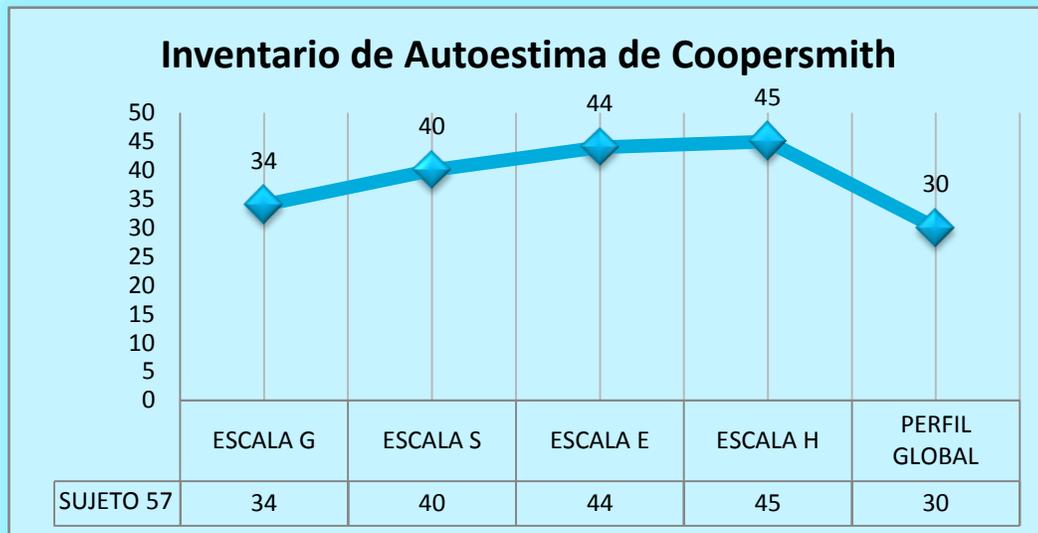
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

PERFIL DE SUJETO 58

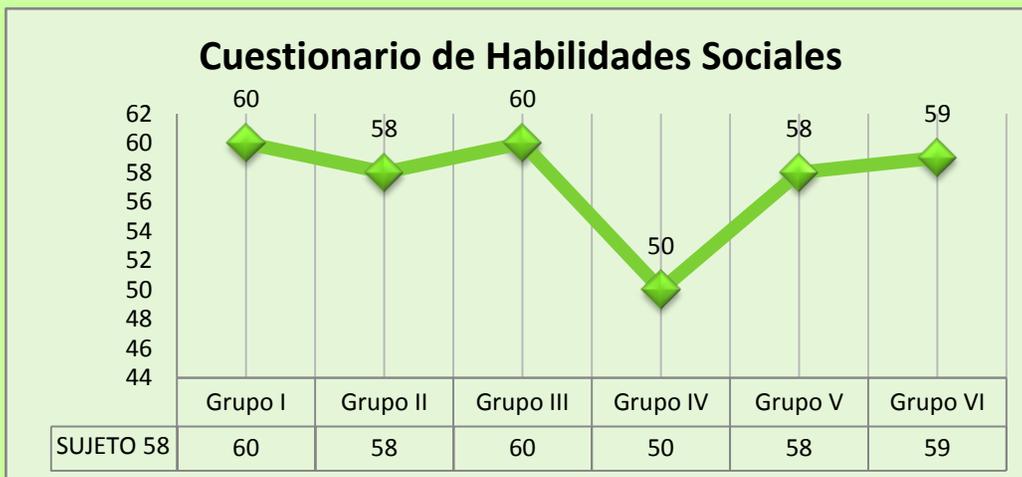
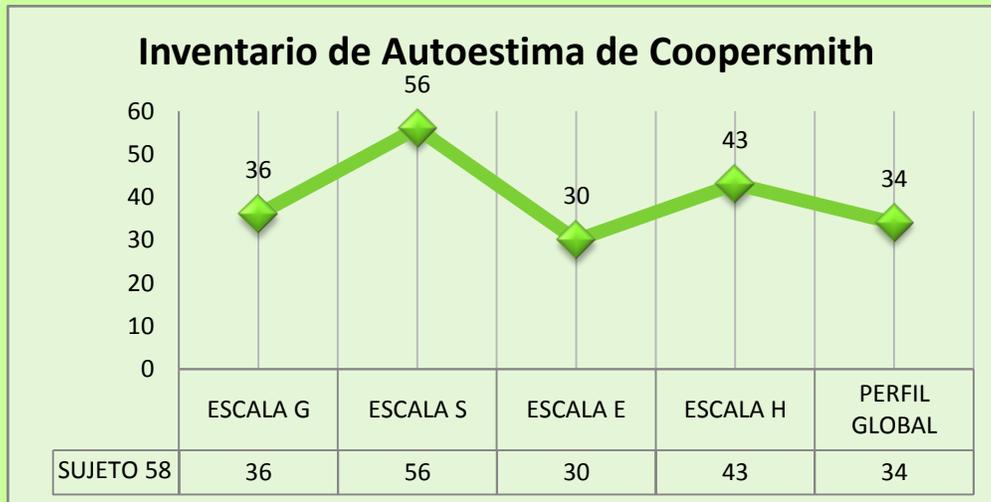
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 16 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 59

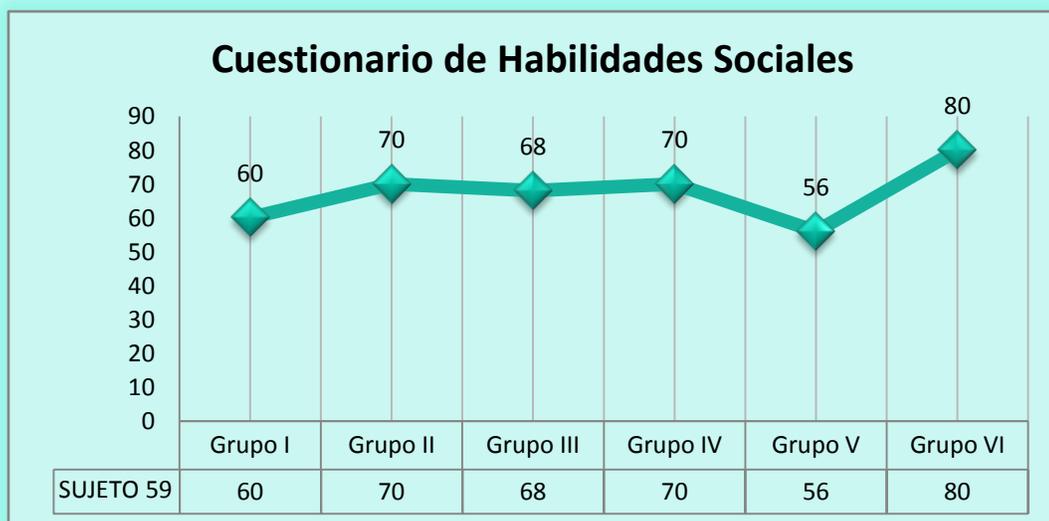
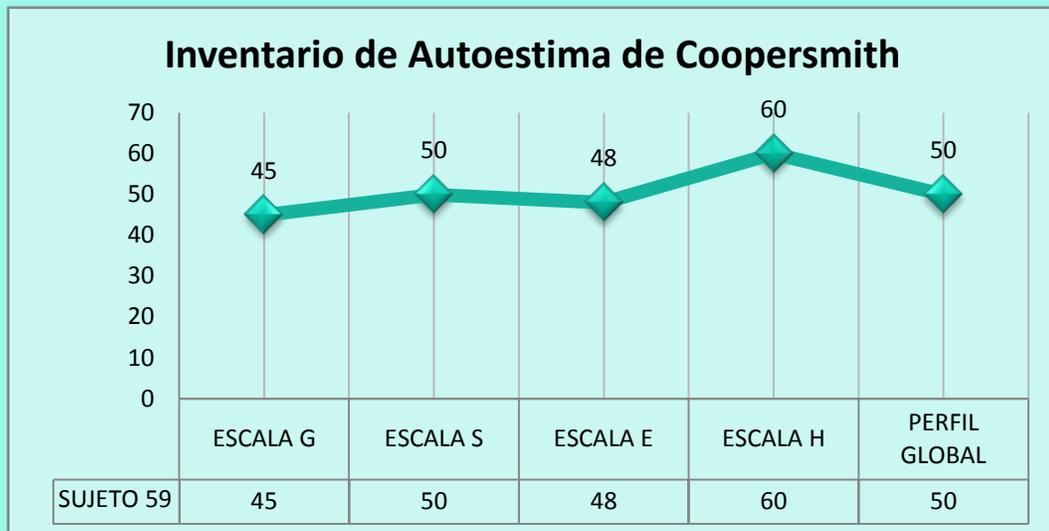
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 15 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



Los resultados obtenidos en el test de autoestima, indican puntajes por debajo del promedio por lo tanto posee una autoestima poco desarrollada. Mientras que en los puntajes obtenidos en el cuestionario de habilidades sociales se observan puntajes variables indicando un buen desarrollo en algunas de las áreas.

PERFIL DE SUJETO 60

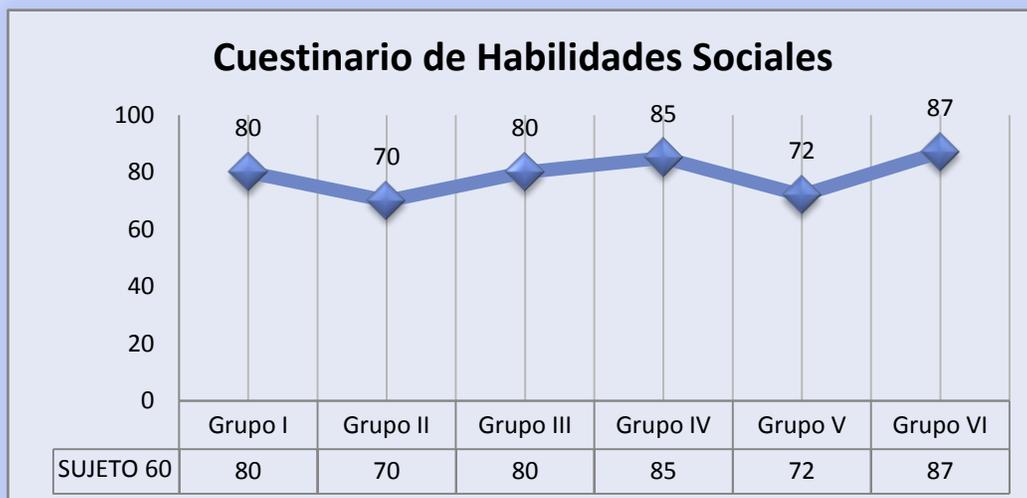
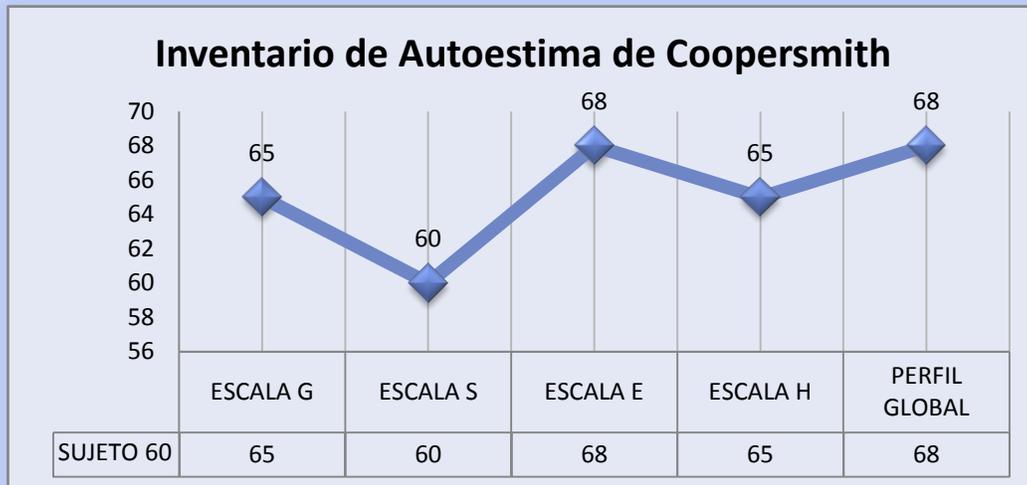
Datos Generales:

Sexo: Femenino

Edad: 17 años

Escolaridad: 9 grado

Lugar de Estudio: Centro Escolar "General Francisco Morazán"



En los resultados del cuestionario de autoestima el sujeto posee un puntaje superior al promedio lo cual indica un buen desarrollo de la autoestima. Mientras que en los resultados del cuestionario de habilidades sociales sus puntuaciones en las áreas son superiores al promedio lo cual indica el buen desarrollo de las habilidades para la convivencia social.

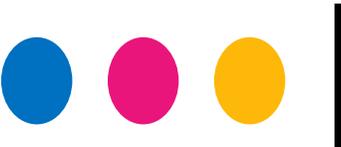
Cuestionario de Habilidades sociales.

El Cuestionario de Habilidades sociales, se compone de seis Áreas que engloban las destrezas que se deberían de poseer para poder relacionarse adecuadamente con las personas de nuestro entorno.

Dichas áreas se dividen de la siguiente manera:

Áreas.	Descripción:
I. Las habilidades primarias,	Las habilidades comprendidas dentro de esta categoría son destrezas básicas de convivencia, como lo son escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas, hacer un cumplido.
II. Habilidades sociales avanzadas	En esta área están comprendidas las siguientes destrezas: pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás.
III. Habilidades relacionadas con los sentimientos	Dentro de estas se encuentran: Conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo, autor recompensarse.
IV. Habilidades alternativas a la agresión	Dentro de esta categoría se encuentran: pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas .evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas.

V. Habilidades para hacer frente al estrés	En esta área podemos encontrar : demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo.
VI. Habilidades de planificación	Encontramos las siguientes características: tomar iniciativas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea.



ANEXO N° 6
PROGRAMA DE CAPACITACIÓN
DIRIGIDO A ADOLESCENTES,
PADRES Y MADRES.



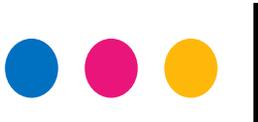
JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

Este programa surge para atender la necesidad que presentan algunos de los adolescentes del tercer ciclo de las siguientes instituciones: Centro Escolar “General Francisco Morazán” y Liceo Cristiano Revendo Juan Bueno.

Todos sabemos que existe una gran variedad de habilidades sociales, unas más básicas y otras más complejas. Para empezar a aprender estas habilidades tenemos que conocer otros aspectos que van íntimamente ligados con el tema como lo es comunicación eficaz. Hay quien conoce estos matices pero no hace buen uso de ellos y hay quien no las conoce y por tanto no se beneficia de ellas en sus relaciones interpersonales.

Últimamente nuestras relaciones interpersonales se ven reducidas a mantener conversaciones cibernéticas, a conocer nuevas personas por estos medios. A la vez se ha reducido enormemente las formas de interacción social primarias, debido a esto las maneras de comunicación convencionales se han visto atrofiadas, la asertividad se ha visto casi anulada, la autoestima dependiente de comentarios de las personas hacia nosotros, plasmados en una red social. Por lo tanto esto indica una vulnerabilidad emocional, en la cual los más afectados son los adolescentes que tienen acceso a algún perfil de una red social.

Lo que ha llevado a la elaboración de este plan de capacitación, para hacer conciencia sobre los peligros que conlleva el uso frecuente de las redes sociales, los problemas que estas causa a nivel emocional, mental y social de los adolescentes, con este plan se espera reducir la vulnerabilidad emocional que grandes problemas está causando en nuestra población joven.



INTRODUCCIÓN DEL PROGRAMA

Los adolescentes constituyen un subgrupo poblacional muy importante desde la perspectiva de salud mental porque su comportamiento y sus hábitos actuales, tendrán una enorme repercusión en su estilo de vida. La edad de la adolescencia es en sí misma, un período de especial vulnerabilidad. La inestabilidad emocional con sus cambios bruscos de humor, el predominio de la acción sobre la reflexión, la preferencia por la gratificación inmediata tiene una gran importancia. Igualmente la minusvaloración de las consecuencias futuras de su conducta, cierto sentimiento de invulnerabilidad, el rechazo de los patrones de pensamiento asociado a la niñez, que conlleva además el rechazo a las normas adultas explicadas por unas nuevas necesidades de autoconstrucción y autoafirmación, hacen de esta etapa de la vida un momento especialmente crítico para el desarrollo de conductas de riesgo, problemas y trastornos del comportamiento.

Durante esta época de la vida, se logra un importante crecimiento y desarrollo físico y se alcanzan los objetivos psicosociales necesarios en la evolución del adolescente a la edad adulta como son: adquirir una independencia respecto a los padres, tomar conciencia de la imagen corporal y aceptación del cuerpo, relación con los amigos (intimidad) así como adopción de estilos de vida y establecer una identidad sexual, vocacional, moral y del yo.

Lo importante es entender que muchos de los aspectos de la conducta de los adolescentes, no son un reflejo claro de su personalidad, sino una consecuencia del proceso de su desarrollo físico y mental. Así entenderemos mejor, su lucha por la independencia y la necesidad de encontrar su propia identidad.

Debido a esto surge la iniciativa de implementar el Programa de Capacitaciones para Prevenir la Vulnerabilidad Emocional de los Adolescentes ante la Influencia de las Redes Sociales. Dicho programa intenta ser una herramienta que permita prevenir que los adolescentes sigan siendo vulnerables emocionalmente en las redes sociales, para lograr esto se enfocará en las siguientes temáticas: autoestima, adecuado uso de las redes sociales, perfil de los abusadores cibernéticos, habilidades sociales, toma de decisiones permitiéndoles a los adolescentes adquirir las habilidades necesarias para que aprendan como utilizar la inteligencia emocional.

El programa de capacitaciones encuentra su fundamentación teórica en una corriente ecléctica que retoma diversos enfoques tales como conductual, cognitivo y humanístico. El programa abarca 4 áreas: autoestima, habilidades sociales, toma de decisiones y adecuado uso de las redes sociales, se presentarán en planes operativos estructurados por sesión, con sus respectivos anexos de materiales que permitirán lograr el desarrollo y objetivos de las técnicas.

La forma de evaluar los resultados del programa será en primer lugar por las terapeutas de forma cualitativa y específica en cada una de las sesiones. Esto a través de una hoja de evaluación diseñada para cada sesión en general. Al finalizar la aplicación del programa, se evaluarán sus efectos a través del cuestionario diseñado especialmente para este programa.



OBJETIVOS DEL PROGRAMA

OBJETIVO GENERAL:

-  Diseñar e Implementar un Programa Psicoterapéutico para prevenir la Vulnerabilidad Emocional de los Adolescentes ante la influencia de las Redes Sociales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

-  Fortalecer la autoestima, autovaloración y autoimagen de los adolescentes para que disminuya su vulnerabilidad emocional en las redes sociales
-  Desarrollar una adecuada habilidades sociales en los adolescentes que les permita mejorar sus relaciones interpersonales.
-  Enseñar el adecuado uso de las redes sociales a los adolescentes para que posean las estrategias básicas de privacidad y seguridad en las redes sociales.
-  Informar a los adolescentes como poder detectar fácilmente es el perfil de los abusadores cibernéticos



SUGERENCIAS METODOLÓGICAS

-  Procurar un espacio físico adecuado y libre de distracciones para que se logre la asimilación de los contenidos y los objetivos propuestos para cada sesión con los adolescentes.
-  Durante el programa psicoterapéutico se realizarán técnicas informativas y tareas que ayudaran para que los adolescentes tomen conciencia de la importancia de saber cómo utilizar las redes sociales.
-  El tipo de lenguaje a utilizar será acorde al nivel cultural y educativo de los adolescentes que participan en el programa psicoterapéutico de prevención.
-  Se busca las participaciones activas de los adolescentes seleccionados durante las sesiones para comprendan la importancia de lo vulnerables que pueden ser en las redes sociales.



**ÁREAS DEL
PROGRAMA DE
CAPACITACIÓN**



*Fortalecimiento
del Autoestima*



INTRODUCCIÓN

Toda persona tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras. Muchas veces estas manifestaciones dependen de otros factores, según el lugar físico, sentimental y emocional, éstos pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o sea en la Autoestima.

Este tema se desarrollara debido a que se su valor radica en la influencia que está tiene en las relaciones interpersonales, la comunicación y la motivación que se establece en el ámbito laboral. Además que es de gran interés por ser un tema que dentro del ámbito laboral se tienden a ignorar y poseen escasos conocimientos sobre las causas o las consecuencias de tal valoración de como este está presente en su desarrollo de la persona en los diferentes ámbitos sociales (laboral, familiar y a nivel individual) y como este perjudica la imagen de una institución en la calidad de desarrollo humano y determina los valores que en dicha institución se sustenta para su sostenibilidad. Esto motiva a que el empleado conozca más a fondo porque determinadas actitudes tienden a enfermar física y psicológicamente a la personas a estresar el ambiente en el trabajo por lo que considera importante para el desarrollo y la constitución de una buena vida.

El objetivo de esta temática está dirigido a ser énfasis en el desarrollar estrategias para mejorar la autoestima del empleado y por consiguiente el clima laboral.

En el siguiente documento se define lo que es la autoestima, sus componentes, como se forma la autoestima, las características de la persona con autoestima saludable y no saludable y por última como desarrollar una autoestima saludable, apartados que ayudaran a adquirir herramientas que les permitan tener un bases para el cambio ya que solo es cuestión de actitud.



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ▣ Fortalecer la autoestima, autovaloración y autoimagen de los adolescentes para que disminuya su vulnerabilidad emocional en las redes sociales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ▣ Mostrar la importancia que tiene la autoestima en las relaciones interpersonales, la comunicación y crecimiento personal para concientizar a los adolescentes
- ▣ Brindar estrategias que ayuden a los adolescentes para que enriquezcan su autoestima permitiéndoles desarrollarse como personas de éxito.

¿QUÉ ES EL AUTOESTIMA?

Las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos, aquellas cualidades, capacidades, modos de sentir o de pensar que nos atribuimos, conforman nuestra “imagen personal” o “autoimagen”. La “autoestima” es la valoración que hacemos de nosotros mismos sobre la base de las sensaciones y experiencias que hemos ido incorporando a lo largo de la vida. Nos sentimos listos o tontos, capaces o incapaces, nos gustamos o no. Esta autovaloración es muy importante, dado que de ella dependen en gran parte la realización de nuestro potencial personal y nuestros logros en la vida. De este modo, las personas que se sienten bien consigo mismas, que tienen una buena autoestima, son capaces de enfrentarse y resolver los retos y las responsabilidades que la vida plantea. Por el contrario, los que tienen una autoestima baja suelen auto limitarse y fracasar.

Las personas somos complejas y muy difíciles de definir en pocas palabras. Como existen tantos matices a tener en cuenta es importante no hacer generalizaciones a partir de uno o dos aspectos. Ejemplos:

1. Podemos ser muy habladores con los amigos/as y ser callados/as en casa.
2. Ser un mal jugador de fútbol no indica que seamos un desastre en todos los deportes.
3. Que no nos salga bien un examen no significa que no sirvamos para los estudios.

¿CÓMO SE FORMA LA AUTOESTIMA?

El concepto de uno mismo va desarrollándose poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que darán como resultado una sensación general de valía e incapacidad. En la infancia descubrimos que somos niños o niñas, que tenemos manos, piernas, cabeza y otras partes de nuestro cuerpo. También descubrimos que somos seres distintos

de los demás y que hay personas que nos aceptan y personas que nos rechazan. A partir de esas experiencias tempranas de aceptación y rechazo de los demás es cuando comenzamos a generar una idea sobre lo que valemos y por lo que valemos o dejamos de valer. El niño gordito desde pequeño puede ser de mayor un adulto feliz o un adulto infeliz, la dicha final tiene mucho que ver con la actitud que demostraron los demás hacia su exceso de peso desde la infancia.

Durante la adolescencia, una de las fases más críticas en el desarrollo de la autoestima, el joven necesita forjarse una identidad firme y conocer a fondo sus posibilidades como individuo; también precisa apoyo social por parte de otros cuyos valores coincidan con los propios, así como hacerse valioso para avanzar con confianza hacia el futuro. Es la época en la que el muchacho pasa de la dependencia de las personas a las que ama (la familia) a la independencia, a confiar en sus propios recursos. Si durante la infancia ha desarrollado una fuerte autoestima, le será relativamente fácil superar la crisis y alcanzar la madurez. Si se siente poco valioso corre el peligro de buscar la seguridad que le falta por caminos aparentemente fáciles y gratificantes, pero a la larga destructivos como la drogadicción.

La baja autoestima está relacionada con una distorsión del pensamiento (forma inadecuada de pensar). Las personas con baja autoestima tienen una visión muy distorsionada de lo que son realmente; al mismo tiempo, estas personas mantienen unas exigencias extraordinariamente perfeccionistas sobre lo que deberían ser o lograr. La persona con baja autoestima mantiene un diálogo consigo misma que incluye pensamientos como:

- ▣ **Sobregeneralización:** A partir de un hecho aislado se crea una regla universal, general, para cualquier situación y momento: He fracasado una vez (en algo concreto); ¡Siempre fracasaré! (se interioriza como que fracasaré en todo).

- ▣ **Designación global:** Se utilizan términos peyorativos para describirse a uno mismo, en vez de describir el error concretando el momento temporal en que sucedió: ¡Que torpe (soy)!
- ▣ **Pensamiento polarizado:** Pensamiento de todo o nada. Se llevan las cosas a sus extremos. Se tienen categorías absolutas. Es blanco o negro. Estás conmigo o contra mí. Lo hago bien o mal. No se aceptan ni se saben dar valoraciones relativas. O es perfecto o no vale.
- ▣ **Autoacusación:** Uno se encuentra culpable de todo. Tengo yo la culpa, ¡Tendría que haberme dado cuenta!
- ▣ **Personalización:** Suponemos que todo tiene que ver con nosotros y nos comparamos negativamente con todos los demás. ¡Tiene mala cara, qué le habré hecho!
- ▣ **Lectura del pensamiento:** supones que no le interesas a los demás, que no les gustas, crees que piensan mal de ti...sin evidencia real de ello. Son suposiciones que se fundamentan en cosas peregrinas y no comprobables.
- ▣ **Falacias de control:** Sientes que tienes una responsabilidad total con todo y con todos, o bien sientes que no tienes control sobre nada, que se es una víctima desamparada.
- ▣ **Razonamiento emocional:** Si lo siento así es verdad. Nos sentimos solos, sin amigos y creemos que este sentimiento refleja la realidad sin parar a contrastarlo con otros momentos y experiencias. "Si es que soy un inútil de verdad"; porque "siente" que es así realmente

FORMAS DE MEJORAR LA AUTOESTIMA

La autoestima puede ser cambiada y mejorada. Podemos hacer varias cosas para mejorar nuestra autoestima:

1. Convierte lo negativo en positivo:	Nunca pierdas las ganas de pensar en positivo, invierte todo lo que parezca mal o que no tiene solución:	
	Pensamientos negativos "No hables"	Pensamientos alternativos "Tengo cosas importantes que

	<p>"¡No puedo hacer nada!" "No esperes demasiado" "No soy suficientemente bueno"</p>	<p>decir" "Tengo éxito cuando me lo propongo" "Haré realidad mis sueños" "¡Soy bueno!"</p>
2. No generalizar	<p>Como ya hemos dicho, no generalizar a partir de las experiencias negativas que podamos tener en ciertos ámbitos de nuestra vida. Debemos aceptar que podemos haber tenido fallos en ciertos aspectos; pero esto no quiere decir que en general y en todos los aspectos de nuestra vida seamos "desastrosos".</p>	
3. Centrarnos en lo positivo	<p>En conexión con lo anterior, debemos acostumbrarnos a observar las características buenas que tenemos. Todos tenemos algo bueno de lo cual podemos sentirnos orgullosos; debemos apreciarlo y tenerlo en cuenta cuando nos evaluemos a nosotros mismos.</p>	
4. Hacernos conscientes de los logros o éxitos	<p>Una forma de mejorar nuestra imagen relacionada con ese "observar lo bueno" consiste en hacernos conscientes de los logros o éxitos que tuvimos en el pasado e intentar tener nuevos éxitos en el futuro. Pida a los alumnos/as que piensen en el mayor éxito que han tenido durante el pasado año. Dígales que todos debemos reconocer en nosotros la capacidad de hacer cosas bien en determinados ámbitos de nuestra vida y que debemos esforzarnos por lograr los éxitos que deseamos para el futuro.</p>	
5. No compararse	<p>Todas las personas somos diferentes; todos tenemos cualidades positivas y negativas. Aunque nos veamos "peores" que otros en algunas cuestiones, seguramente seremos "mejores" en otras; por tanto, no tiene sentido que nos comparemos ni que, nos sintamos "inferiores" a otras personas.</p>	
6. Confiar en nosotros mismos	<p>Confiar en nosotros mismos, en nuestras capacidades y en nuestras opiniones. Actuar siempre de acuerdo a lo que pensamos y sentimos, sin preocuparse excesivamente por la aprobación de los demás.</p>	
7. Aceptarnos a nosotros mismos	<p>Es fundamental que siempre nos aceptemos. Debemos aceptar que, con nuestras cualidades y defectos, somos, ante todo, personas importantes y valiosas.</p>	
8. Esforzarnos para mejorar	<p>Una buena forma de mejorar la autoestima es tratar de superarnos en aquellos aspectos de nosotros mismos con los que no estemos satisfechos, cambiar esos aspectos que deseamos mejorar. Para ello es útil que identifiquemos qué es lo que nos gustaría cambiar de nosotros mismos o qué nos gustaría lograr, luego debemos establecer metas a conseguir y esforzarnos por llevar a cabo esos cambios.</p>	

COMO DESARROLLAR UNA AUTOESTIMA SALUDABLE

Algunos consejos que podrían ayudarnos a subir nuestra autoestima:

- Conozcámonos a nosotros mismos, aceptando aquello que no podemos cambiar.
- Reconozcamos nuestras capacidades y aceptemos nuestras limitaciones, sin importarnos cuan bajas o altas de estatura seamos, la verdadera estatura no se mide en centímetros, si no en la capacidad que tenemos para amar. Se realista
- Ámate: como el ser único que eres, ninguno podrá imitar ni cómo eres ni lo que haces, porque eres único. Cuida de lo que comes, has ejercicio.
- Reafirma: reconoce todas las cosas hermosas que tu alma y tu mente pueden crear y alcanzar.
- Recuerda que fuimos criadas con capacidad e inteligencia para lograr lo que queremos en la vida.
- No te lamentes por lo que no hiciste ni fuiste en el pasado, empieza cada día con una visión positiva de la vida.
- Recuerda que nadie es perfecto para no cometer errores, pero recuerda también que aceptar y enmendar un error es encomiable y es de valientes.
- No te compares con otras personas, obsérvate a ti mismo y reconoce los logros que hasta hoy has tenido y de cuantos más puedes alcanzar.
- Repítete a ti mismo, “yo puedo, si quiero puedo, porque tengo el deseo y la voluntad de hacerlo”.
- Si fracasas una vez, no pienses que es el final, lo importante es que lo intentaste, recomienza, inténtalo de nuevo, recuerda que la importancia no está en no caer, sino en sabernos levantar más fuertes y más seguros de nosotros mismos.
- Se amable: sonríe, trabaja esa parte de ser cordial con tu familia compañeros etc.
- Respétate a ti: date un espacio para reflexionar y observar tu comportamiento, tus actitudes tus pensamiento y trabaja tus debilidades.

- Aprende a resolver problemas de forma adecuada sin alterarte
- Para mejorar mi autoestima debo evitar el perfeccionismo. Nadie es perfecto. La autoestima nunca mejorará si tiendo a ser muy exigente conmigo mismo ya que nunca estaré conforme con lo que logre. Es muy común pensar que una autoestima elevada está relacionada con la perfección, con ser bueno en todos los aspectos de la vida, tener éxito y conseguir muchos logros. Sin embargo, el perfeccionismo suele esconder personas con baja autoestima. Ponerse metas está bien, pero deben ser metas reales y alcanzables, solo de esa manera se logrará mejorar la autoestima.
- Expresa tus sentimientos y emociones.



CONCLUSIONES

- ▣ La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro.
- ▣ Un factor importante influyente en la autoestima es la familia, es determinante la comunicación que los padres tengan con sus hijos, estas experiencias permanecen dentro de las personas toda la vida, por eso hay que aprender a reconocerlas y a anular su poder para que no sigan haciendo daño a la personas que las está sufriendo.

ÁREA A TRATAR	ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	TIEMPO
Autoestima.	Saludo y bienvenida.	Crear una atmosfera agradable al interior del equipo	Se presentara el facilitador y dirá el tema que se desarrollara durante la jornada, y brindara unas indicaciones que se dé que se llevara a cabo una dinámica de presentación denominada. "Esferas Presentadoras"	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> Facilitadoras. adolescentes Recursos materiales. Pelotas pequeñas	10 minutos
	Explicación Teórica	Dar a conocer la importancia de la autoestima	Brindar un poco de teoría sobre la importancia de la autoestima en nuestro diario vivir, aplicando ejemplo y al tema de investigación.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> Facilitadora Adolescentes. 	20 minutos.
	Aceptándome	Proporcionar elementos de autoconocimientos que les permitan a los y las adolescentes se acepten físicamente tal como son.	Posteriormente se reproducirá en la pizarra la cartilla: "Mi Cuerpo es Valioso" (ver anexo 1) para ser desarrollado individualmente por los participantes, en su cuaderno de trabajo. Se les brindará un tiempo de 5 minutos aproximadamente.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> Facilitadora Adolescentes. Recursos Materiales: Cartilla: Mi cuerpo es	15 minutos.

		Finalmente se solicita que todos los adolescentes se pongan de pie para desarrollar la Cartilla: “Valorando nuestro cuerpo”(ver anexo 2) con los ojos cerrados. Terminando la lectura se pide abrir los ojos y que intercambien abrazos.	valioso Cartilla: Valorando nuestro cuerpo Cuaderno de trabajo Lapiceros	
Hazme Reír”	Estimular a los participantes para que experimenten la liberación de las emociones	Se formaran parejas y se les dará la siguiente consigna “se colocaran frente a frente formando dos filas, cuando la música	Recursos Humanos: Facilitadora Adolescentes Recursos Materiales: Laptop. CD – Música Parlantes	5 minutos.
Conociéndonos	Ayudar para que los y las adolescentes identifiquen las características positivas y negativas de su	Se copiará en la pizarra el modelo de la cartilla: “Conociéndonos” (ver anexo 3) se indica que la apliquen y desarrollen en su cuaderno. Darles un tiempo de 10 minutos	Recursos Materiales: Cartilla: Conociéndonos Etiquetas de características negativas.	20 minutos.

	comportamiento	aproximadamente. Finalizar la sesión preguntando a los y las participantes cómo se han sentido y solicitando que expresen algún comentario libre.	Cuaderno de trabajo Lapicero	
Preguntas Reveladoras	Concientizar a los y las adolescentes para que tengan elementos de autoconocimientos que les permitan valorarse a sí mismos.	La facilitadora les entregara a cada adolescente una página con las preguntas reveladoras impresas (ver anexo 4), se les pedirá que las contesten con sinceridad, para su desarrollo se les dará aproximadamente 15 minutos posteriormente se reflexionara sobre cómo se sintieron con la actividad realizada.	Recursos Materiales: Cuaderno de Actividades Lápices	20 minutos.
Evaluación de la jornada.	Conocer las apreciaciones de los participantes acerca de la jornada desarrollada.	El equipo facilitador solicitará a los participantes, que den sus apreciaciones acerca de la jornada que se llevó a cabo.		5 minutos.

“MI CUERPO ES VALIOSO”

PARTES DE MI CUERPO QUE MÁS ME AGRADA

EJEMPLO _____

1. _____

2. _____

3. _____

PARTES DE MI CUERPO QUE NO ME AGRADA

EJEMPLO: _____

1. _____

2. _____

3. _____

“MI CUERPO ES VALIOSO Y ME ACEPTO TAL COMO SOY”

VALORANDO NUESTRO CUERPO

Instrucciones:

El facilitador solicitará a los participantes que cierren los ojos, que escuchen atentamente y que repitan cada oración que vaya leyendo el facilitador.

- “Mi cuerpo es valioso e importante”
- “Mi cabello me protege del sol y del frío”
- “Mis ojos me permiten ver lo que sucede a mi alrededor”
- “Mi nariz me sirve para oler “
- “Mi boca me permite decir lo que siento y quiero”
- “Mis oídos me sirven para escuchar las diversas melodías”
- “Mis manos me permiten agarrar, tocar y acariciar”
- “Mis piernas me permiten trasladarme de un lugar a otro ”
- “Todo mi cuerpo es importante, puedo aprender a cuidarlo , valorarlo y quererlo”
- “Yo soy importante” “Yo soy muy importante”

“YO SOY ASI Y ME ACEPTO TAL COMO SOY”

CONOCIÉNDONOS

CARACTERÍSTICAS NEGATIVAS DE MI COMPORTAMIENTO	CARACTERÍSTICAS POSITIVAS DE MI COMPORTAMIENTO
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
CARACTERÍSTICAS NEGATIVAS QUE QUISIERA CAMBIAR DESDE AHORA:	MI MEJOR CARACTERÍSTICA POSITIVA ES:

PREGUNTAS REVELADORAS

1. SI YO NO PIENSO EN MI ¿QUIÉN LO HARÍA?

2. SI SOLO PIENSO EN MI ¿QUIÉN SOY?

3. SI NO ES AHORA ¿CUANDO?

Habilidades Sociales.





INTRODUCCIÓN

Tenemos entendido que las habilidades sociales o también conocidas como habilidades para la vida, tienen una importancia vital dentro del desarrollo del adolescente, para que logre tener interacciones sociales asertivas con el medio que les circunda.

Por tal manera se ha visto en la necesidad de brindar una pequeña jornada de capacitación, que les permita el conocimiento de las áreas que pertenecen a las habilidades sociales, brindándoles una conceptualización de las mismas y planteándolas de forma breve y concreta, extendiéndolas de forma contextual a la situación actual de los adolescentes, en el país.

Dentro de este breve documento se plantean tres temas que son parte vital de las habilidades sociales, como lo son: la comunicación, la Ira y los valores. Los demás componentes de las mismas se ha optado tratarlas de forma individual por tal razón no están contempladas dentro de este manual de facilitación.

De igual manera esta jornada cuenta con un plan de desarrollo, lo cual permitirá una mejor asimilación de los temas a los adolescentes, donde se les plantean ejercicios a forma de dinámicas para una mejor comprensión.



OBJETIVOS

Objetivo general.

- Fortalecer, en los y las adolescentes, las habilidades sociales que les permitan una mejor interrelación en la familia, la escuela y en la comunidad.

Objetivo específico.

- Desarrollar en los y las participantes habilidades para una adecuada comunicación, permitiendo mejorar sus relaciones interpersonales.
- Que los y las participantes reconozcan, ejerciten técnicas de control y expresen su ira sin dañar sus relaciones interpersonales.
- Que las y los participantes reconozcan y analicen la importancia de su escala de valores.



¿Qué son las habilidades sociales?

Cuando se habla de habilidades decimos que una persona es capaz de ejecutar una conducta; si hablamos de habilidades sociales decimos que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entendiéndose favorable como contrario de destrucción o aniquilación. El término habilidad puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela una impronta de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno (intercambio).

En este tema no existe consenso en la bibliografía consultada, algunos, entre ellos OPS, OMS las llaman “habilidades para la vida”, dentro de las cuales consideran:

- 1)** Habilidades sociales e interpersonales (incluyendo comunicación, habilidades de rechazo, agresividad y empatía),
- 2)** Habilidades cognitivas (incluyendo toma de decisiones, pensamiento crítico y auto evaluación); y
- 3)** Habilidades para manejar emociones (incluyendo el estrés y aumento interno de un centro de control).

Como se puede observar dentro de las habilidades sociales hay un desglose de muchas otras habilidades que son necesarias aprender a manejar adecuadamente. Como lo son las siguientes:

LA COMUNICACIÓN:

La comunicación no consiste simplemente en decir o en oír algo. La palabra comunicación, en su sentido más profundo, significa “comuni3n”, compartir ideas y sentimientos en un clima de reciprocidad.

Este t3rmino viene del lat3n comunicarse, que significa “compartir”. La comunicaci3n es la acci3n de compartir, de dar una parte de lo que se tiene.

El lenguaje, c3digos a los que se les asigna un significado convencional, es el instrumento de comunicaci3n m3s importante que el hombre posee, y el proceso de pensamiento depende en gran medida del lenguaje y de su significaci3n. En la mayor3a de los casos, el proceso de comunicaci3n tiene dos componentes: una parte de la comunicaci3n es verbal, e incluye todo lo que se comunica por medio de t3rminos escritos o hablados; otra parte de comunicaci3n es no verbal, y abarca todas las sensaciones que el hombre puede concebir con independencia de las palabras mismas.

De esta manera podemos concluir que la comunicaci3n es muy importante ya que a trav3s de ella se comunica afecto, ideas, actitudes y emociones.

Una buena comunicaci3n es el resultado de las habilidades aprendidas durante la infancia y la niñez, por la influencia positiva de los padres y educadores.

Otro de los aspectos importantes a destacar dentro de las habilidades sociales es el control de la ira, muchos hemos sentido ira en muchas ocasiones.

Entonces ¿qu3 es la ira?

La ira es una de las emociones que m3s frecuentemente experimentamos, que consiste en un

"enfado muy violento donde casi siempre se pierde el dominio sobre s3 mismo y se cometen violencias de palabra o de obra". Esto sucede porque usualmente no

sabemos cómo manejarla adecuadamente. Las maneras en que la expresamos son aprendidas (en el hogar, tv, juegos, amistades). Todos tenemos el derecho de sentir ira. Todos somos responsables de cómo la manejamos.

Cuando se recibe un agravio, o algo que así se considere; una persona poco capaz de controlarse, responderá inapropiadamente; y cada vez que se reitere esa situación, la persona considerará el hecho más ofensivo, porque su memoria, su pensamiento y su imaginación avivan dentro de él un gran fuego que hace que de vueltas y más vueltas a lo que ha sucedido. Quizás algo de su pasado le molesta y ahora su reacción se debe a ello, más que a lo que la otra persona hizo o dijo, pero ella no tiene la culpa de lo que le sucedió en el pasado.

Es importante señalar que hay muchas personas que provocan a los demás a responder con violencia. Sin embargo, aún en el caso de que alguien lo provoque, no hay ninguna excusa para apelar a la agresión física o psicológica.

La ira suele tener como desencadenante una frustración provocada por el bloqueo de deseos o expectativas, que son defraudados por la acción de otra persona, cuya actitud percibimos como agresiva.

Es cierto que podemos irritarnos por cualquier cosa, pero la verdadera ira se siente ante acciones en las que apreciamos una hostilidad voluntaria de otra persona. La ira tiene una enorme fuerza destructora. La ira es causa de muchas tragedias irreparables. Son muchas las personas que por un instante de ira han arruinado un proyecto, una amistad, una familia. Por eso conviene que aprendamos el manejo más apropiado de la ira, para evitar sus funestas consecuencias.

El control de la ira y su expresión en conducta agresiva es esencial para una interacción social positiva. La emoción de la ira en sí no es buena ni mala. Cuando se controla y se dirige puede ser útil y cuando no, es perjudicial. Es imposible no sentir ira nunca; el problema es cuando se vive habitualmente con esta emoción y se convierte en una conducta violenta frecuentemente.

Investigaciones llevadas a cabo sugieren que las reacciones de ira inadecuadas pueden ser reemplazadas por otras conductas apropiadas y efectivas.

Cotidianamente todos podemos irritarnos y manejar un poco de ira, pero cuando esa ira está mal enfocada, tenemos conductas violentas que pueden afectar a los demás, dejando de lado los valores que hemos aprendido en la familia. Los valores son otros aspectos importantes dentro de las habilidades sociales, ya que son normativas que nos ayudan a preservar nuestra buena conducta.

Pero ¿Que son los valores?

Los valores, forman parte de los objetos, acciones y actitudes que el ser humano persigue, por considerarlos valiosos. Dentro de este rubro también se encuentran la salud, el amor, la virtud, la belleza, la inteligencia, la cultura, entre otros. Entonces según Garza & Patiño los valores “son todo aquello a lo cual aspiramos, deseamos y apreciamos se trate de objetos concretos o ideales abstractos que motivan y orientan el quehacer humano en cierta dirección”

El ser humano va aprendiendo los valores desde la primera infancia; a estos valores los conocemos como principios, y son inculcados por los padres, maestros, religiosos y por la sociedad. Estos principios, forman parte de la esencia misma del criterio, y de la conciencia individual.

La adquisición de los valores.

Son muchos los factores que están constantemente influyendo para que el adolescente adquiera toda una gama de valores. Estos empiezan a surgir desde que el niño es pequeño, dependiendo en gran medida de la familia, principalmente de los padres y del medio social en el cual se desenvuelve.

Para que el proceso de adquisición de valores se lleve a cabo, se requiere:

- a) Que la información con respecto a ellos se encuentre al alcance de la persona
- b) Que esta información sea procesada por el individuo y se incorpore a su estructura cognoscitiva y,
- c) Que la conducta que reflejan estos valores se ponga de manifiesto.

Son múltiples las fuentes donde aprendemos de los valores, pero una de las más importantes es la familia, donde crecemos, nos desarrollamos, la familia como pilar fundamental de la sociedad es la encargada de mostrarnos y hacernos asimilar los valores que regirán nuestra vida. Otras fuentes son la escuela, donde primordialmente los maestros son los encargados de mostrarnos las normas de la sociedad los diversos valores que existen como el respeto, solidaridad, altruismo etc. Así como también los medios de comunicación y el medio circundante.



CONCLUSIONES

- El desarrollo de las habilidades sociales son de suma importancia para el desarrollo socio-emocional del adolescente.
- Las habilidades sociales comprenden muchas áreas que ayudan al establecimiento de las relaciones interpersonales directas, sanas y asertivas del adolescente con su ambiente circundante.

ÁREA A TRATAR	ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	TIEMPO
HABILIDADES SOCIALES.	Saludo y bienvenida.	Crear una atmosfera agradable al interior del equipo	<p>Se presentara el facilitador y dirá el tema que se desarrollara durante la jornada, y brindara unas indicaciones que se dé que se llevara a cabo una dinámica de presentación animación “JUEGO DE MALAVARISMO CON PELOTAS.”</p> <p>Todos se ponen de pie y forman un círculo pequeño. (Si el grupo es muy grande, será Necesario dividirlo en dos círculos.) El facilitador empieza por tirar la pelota a alguien en el círculo diciendo el nombre de esa persona al tirar la pelota. Continúe tomando y tirando la pelota, estableciendo un modelo para el grupo. (Cada persona debe recordar quién le tiró la pelota y a quién se la ha tirado.) Una vez que todos hayan recibido la pelota y un modelo haya sido establecido, incorpore una o dos pelotas más, para que siempre haya varias pelotas en uso al mismo tiempo, copiando el modelo establecido.</p>	<p>Recursos Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. • adolescentes <p>Recursos materiales. Pelotas.</p>	10 minutos
	Explicar que son las habilidades sociales y sus	Dar a conocer, que son las habilidades sociales y para que nos son	Brindar un poco de teoría sobre las habilidades sociales aplicando ejemplos contextualizados al país y al tema de investigación.	<p>Recursos Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. • adolescentes 	15 minutos.

componentes.	útiles.		Recursos materiales. Carteles.
1er componente de las habilidades sociales. “la comunicación”	Desarrollar en los y las participantes habilidades para una adecuada comunicación, permitiendo mejorar sus relaciones interpersonales.	<p>Explicar la importancia de la adecuada comunicación dentro de nuestro diario vivir, así como también los beneficios que la comunicación nos trae a nivel de interacción humana, y desventajas cuando hacemos mal uso de la misma.</p> <p>Para una mejor comprensión se utilizara una dinámica llamada <u>“las murallas”</u> (ver anexo IV)</p>	<p>Recursos Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. 30 minutos. • adolescentes
2do componente de las habilidades sociales “control de la ira”	Que los y las participantes reconozcan, ejerciten técnicas de control y expresen su ira sin dañar sus relaciones interpersonales.	<p>Conceptualización de la Ira, y sobre todo hacer énfasis en las desventajas que poseemos cuando no podemos tener un control sobre la misma.</p> <p>Para una mejor asimilación se explicaran algunas formas efectivas para poder controlarla. (ver anexo V)</p>	<p>Recursos Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. 30 minutos. • adolescentes
3er componente de las habilidades sociales “los	Que las y los participantes reconozcan y analicen la importancia de	<p>Explicar la importancia del uso cotidiano de los valores mediante el video “validación”. (ver el link http://www.youtube.com/watch?v=8pbpSZQbqnU)</p>	<p>Recursos Humanos:</p> <p>30 minutos.</p>

valores”	su escala de valores.	Al finalizar el video se hace un reflexión sobre los valores que se han encontrado, y el efecto que la práctica de los mismos tiene sobre los demás.	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. • adolescentes Recursos materiales. Laptop. Cañon.	
Despedida.	Finalización de la jornada de capacitación.	Hacer una breve despedida no sin antes realizar una breve reflexión y retroalimentación del tema.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. • adolescentes 	5 minutos. Total 125 minutos.

Las murallas:

Objetivo: lograr una comunicación asertiva entre los grupos participantes.

Procedimiento:

Hacer dos grupos de igual número de participantes, cuando ya estén conformados los dos grupos. Colocarlos en línea horizontal, que los participantes queden frente a frente y tomados de la mano, se narra una historia... “existen dos murallas, hace tiempo ambas quieren conocer el lugar donde vive la otra, pero ninguna puede dejar su puesto sin relevo, para eso la muralla de la izquierda, tiene que pasar a la derecha y viceversa, así ambas tendría reemplazo, para no dejar sin protección su reino y así conocerán el lugar que tanto anhelan, pero tienen una gran dificultad no pueden rodearse porque son muy largas y llevaría mucho tiempo cambiar de lugar.... Por lo tanto ambas tienen que buscar una solución para poder cruzar sin rodear y sin romper barreras (soltarse de las manos.) ”.

La finalidad es que los grupos conversen y busquen una solución mediante una adecuada estrategia de comunicación.

Solución: “que una de las dos líneas de personas se agachen sin soltarse, para que una pueda pasar sobre la otra y puedan cambiar de lugar.”

Estrategias para controlar su enojo

Todos nos enojamos, pero la furia fuera de control no es buena para quienes se encuentren a su alrededor e incluso puede serle dañina a su propio organismo. Aquí presentamos algunos consejos para ayudarle a tranquilizarse.

- **Relajación**

Simple técnicas de relajación como respirar profundamente y la imaginería relajante pueden ayudar a calmar sentimientos de enojo. Si su pareja es irascible como usted, sería una buena idea que ambos aprendieran estas técnicas.

Algunos pasos sencillos que puede tratar:

Respire profundamente, desde su diafragma. Respirar desde su pecho no lo relajará. Imagine que su respiración sube desde su "barriga". Lentamente repita una palabra o frase tranquilizadora como "relájate" o "tómalo con calma". Repítala mientras respira profundamente. Recorra a la imaginería; visualice una experiencia relajante sea de su memoria o imaginación. Los ejercicios lentos y no extenuantes como el yoga pueden relajar sus músculos y hacer que se calme. Practique estas técnicas a diario. Aprenda a usarlas automáticamente cuando se encuentre en una situación de tensión.

Resolución de problemas

A veces nuestra ira y frustración son causadas por problemas muy reales e inevitables en nuestras vidas. No toda la ira está fuera de lugar, y con frecuencia es una respuesta sana y natural a estas dificultades. Algunas personas tienen una creencia cultural de que cada problema tiene una solución, y su frustración aumenta al descubrir que no siempre es así.

La mejor actitud para superar dicha situación es concentrarse no tanto en hallar la solución sino en cómo manejar y enfrentar el problema.

Trace un plan y verifique su progreso a medida que avanza. Las personas que tienen problemas con la planificación pueden considerar útil buscar una buena guía para organizarse o administrar el tiempo. Resuelva a dar lo mejor de sí, pero también a no recriminarse si la respuesta no surge de inmediato. Si puede abordar el problema con sus mejores intenciones y esfuerzo al hacer un intento serio para enfrentarlo directamente será menos probable que pierda la paciencia y que ceda a las ideas de todo o nada, aun cuando éste no se resuelva de inmediato.

- **Mejor comunicación**

Las personas enojadas tienden a sacar conclusiones y actuar en consecuencia y algunas de esas conclusiones pueden ser bastante extremas. Lo primero que debe hacer si está en una discusión acalorada es tranquilizarse y pensar sus respuestas. No diga lo primero que pase por su mente, tranquilícese y piense con cuidado sobre lo que desea decir. Al mismo tiempo, escuche con atención lo que está diciendo la otra persona y tómese su tiempo antes de responder.

Escuche también al trasfondo de la ira. Por ejemplo, supongamos que le agrada tener cierto grado de libertad y espacio personal y su familia desea tener una mayor comunicación y una relación más estrecha. Si ellos comienzan a quejarse sobre sus actividades, no contraataque describiendo a su familia como un carcelero, un guardián o un estorbo.

Es natural ponerse a la defensiva ante las críticas, pero no se defienda; escuche el trasfondo de las palabras. Tal vez el mensaje es que la persona se siente abandonada y no querida. Puede ser necesario cuestionarse con paciencia para descubrir esto y también puede ser necesario tomarse un respiro, pero no permita que su ira, ni la de su pareja, hagan que la discusión se salga de control. Mantenerse tranquilo puede evitar que la situación se vuelva desastrosa.

- **Cómo usar el humor**

El "humor tonto" puede ayudar a calmar la furia de varias formas. Por un lado, puede ayudarlo a tener una perspectiva más equilibrada. Cuando usted se enoja e insulta a alguien o se refiere a esa persona con una frase imaginativa, deténgase e imagínese cómo sería literalmente esa palabra. Si está trabajando y le dice a un compañero de trabajo "bolsa de basura" o "ser vivo unicelular", por ejemplo, imagine una gran bolsa llena de basura o una ameba, sentada en el escritorio de su colega, hablando por teléfono y asistiendo a reuniones. Haga esto cada vez que desee insultar a otra persona; si puede, haga un dibujo de cómo se vería. Esto calmará bastante su furia; y a menudo puede recurrirse al humor para ayudar a aliviar una situación tensa.

El mensaje subyacente de las personas que se enojan mucho es: "las cosas deben hacerse a mi manera". Las personas enojadas tienden a sentir que moralmente están en lo cierto, que cualquier cosa que bloquee o cambie sus planes es una humillación insoportable que NO deben tolerar. Tal vez otras personas lo hagan, pero ellas no.

Cuando note que se siente así, imagínese como un dios o una diosa, un gobernador supremo que es dueño de las calles y las tiendas y del espacio de la oficina, caminando solo y haciendo siempre las cosas a su manera mientras los demás lo tratan con deferencia. Cuantos más detalles pueda poner en su escena imaginaria, mayor será la posibilidad de que se dé cuenta que tal vez está siendo poco razonable; también advertirá la poca importancia que tienen las cosas por las que está enojado.

Hay dos advertencias para cuando use el humor. Primero, no intente simplemente "reírse" de sus problemas; en cambio, use el humor para ayudarse a enfrentarlos de manera más constructiva. Segundo, no dé lugar al humor cruel y sarcástico; esa es otra forma de agresión no saludable.

Toma de Decisiones.





INTRODUCCIÓN

Los adolescentes, como todas las personas, tendrán que tomar muchas decisiones a lo largo de su vida. Desarrollar las estrategias para decidir bien les ayudará a ser más libres y responsables.

Todos los días tomamos un gran número de decisiones. La mayor parte de ellas no tienen gran importancia, pero en determinados momentos, las decisiones son muy importantes: elegir una carrera, una profesión, asumir un compromiso matrimonial. En la adolescencia, los chicos y las chicas, tienden a comportarse de forma sentimental; se dejan llevar por los impulsos y no piensan sus decisiones. Esto no quiere decir que sólo se deba poner la cabeza en las cosas. Se trata de mantener un equilibrio entre la razón y la emoción.

Es por ello que esta jornada de capacitación tiene como objetivo primordial: enseñar a los adolescentes la forma adecuada de analizar cada una de las opciones posibles y tomar la decisión que más se acerque a sus necesidades. Tiene contemplados, los pasos a seguir para hacer una buena elección, así como también explica los errores más comunes que se comenten a la hora de decidir.

De igual manera esta jornada cuenta con un plan de desarrollo, lo cual permitirá una mejor asimilación de los temas a los adolescentes, donde se les plantean ejercicios a forma de dinámicas para una mejor comprensión.



OBJETIVOS

.

OBJETIVO GENERAL.

- Lograr que los adolescentes tomen conciencia de la importancia que tiene el proceso de toma de decisiones, para su futuro.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Dar a conocer los pasos adecuados para una adecuada toma de decisiones.
- Hacer consiente a los jóvenes de los posibles errores o fallas que pueden cometer a la hora de tomar decisiones.



TOMA DE DECISIONES

¿Qué son las decisiones?

Las decisiones son el producto final del proceso mental-cognitivo específico de un individuo o un grupo de personas u organizaciones, el cual se denomina toma de decisiones, por lo tanto es un concepto subjetivo. Es un objeto mental y puede ser tanto una opinión como una regla o una tarea para ser ejecutada y/o aplicada.

Las decisiones algunas veces son influenciadas por factores que tienen casi nada que ver con la realidad circundante o con hechos materiales. Por ejemplo, la superstición puede desempeñar un papel significativo en la toma de decisiones, así como otras creencias: numerología, astrología, y muchas otras formas de modelos no científicos o quizás llanamente espirituales. Últimamente, algunas decisiones pueden también ser tomadas por programas computacionales y robots autónomos que cuenten con inteligencia artificial.

Porque es importante tomar decisiones.

Para muchas personas, tomar decisiones importantes en la vida les supone un cierto temor o al menos incertidumbre, por si se elige incorrectamente. Cuando se trata de decidir una ocupación o unos estudios, éste proceso está cargado de inseguridad, porque sabemos que esta elección va a marcar nuestro estilo de vida y porque somos conscientes que estamos decidiendo nuestro futuro profesional y vital.

Tomar una buena decisión consiste en trazar el objetivo que se quiere conseguir, reunir toda la información relevante y tener en cuenta las preferencias del que tiene que tomar dicha decisión. Si queremos hacerlo correctamente, debemos ser conscientes de que una buena decisión es un proceso que necesita tiempo y planificación.

Es por ello necesario conozcas el proceso adecuado de la toma de decisiones.

Por lo tanto la única manera de tomar una buena decisión es a través de la aplicación de un buen procedimiento, o modelo de toma de decisiones, el cual nos ahorrará tiempo, esfuerzo y energía. La mayoría de autores coinciden en señalar seis criterios para tomar una decisión eficaz y que destacamos como:

1. Concentrarse en lo realmente importante.
2. Realizar el proceso de forma lógica y coherente.
3. Considerar tanto los elementos objetivos como los subjetivos y utilizar una Estructura de pensamiento analítica e intuitiva.
4. Recoger la información necesaria para optar o elegir.
5. Recopilar las informaciones, opiniones, etc..., que se han formado en torno a la elección.
6. Ser directos y flexibles antes, durante y después del proceso.

Proceso de toma de decisiones.

La necesidad de tomar decisiones rápidamente en un mundo cada vez más complejo y en continua transformación, puede llegar a ser muy desconcertante, por la imposibilidad de asimilar toda la información necesaria para adoptar la decisión más adecuada. Todo ello nos conduce a pensar que el tomar decisiones supone un proceso mental, que lleva en sí mismo los siguientes pasos:

1. Identificación del problema:	Tenemos que reconocer cuando estamos ante un problema para buscar alternativas al mismo. En este primer escalón tenemos que preguntarnos, ¿qué hay que decidir?
2. Análisis del problema:	En este paso habremos de determinar las causas del problema y sus consecuencias y recoger la máxima información posible sobre el mismo. En esta ocasión la cuestión a resolver es, ¿cuáles son las opciones posibles?
3. Evaluación o estudio de	Aquí nos tenemos que centrar en identificar las posibles soluciones al problema o tema, así como

opciones o alternativas:	o	sus posibles consecuencias. Nos debemos preguntar, ¿cuáles son las ventajas e inconvenientes de cada alternativa?
4. Selección de la mejor opción:		Una vez analizadas todas las opciones o alternativas posibles, debemos escoger la que nos parece más conveniente y adecuada. Observamos como aquí está implicada en sí misma una decisión, en esta ocasión nos preguntamos ¿cuál es la mejor opción?
5. Poner en práctica medidas tomadas:	en las	Una vez tomada la decisión debemos llevarla a la práctica y observar su evolución. Aquí reflexionamos sobre ¿es correcta la decisión?
6. Finalmente evaluamos el resultado:	el	En esta última fase tenemos que considerar si el problema se ha resuelto conforme a lo previsto, analizando los resultados para modificar o replantear el proceso en los aspectos necesarios para conseguir el objetivo pretendido. En esta fase nos preguntamos, ¿la decisión tomada produce los resultados deseados?

Lo importante, es adoptar un enfoque proactivo de toma de decisiones, es decir, debemos tomar nuestras decisiones, sin esperar a que los otros lo hagan por nosotros, o bien, a vernos forzados a hacerlo.

Fallas o errores que podemos tener a la hora de tomar decisiones.

Finalmente, una vez vistos los distintos pasos y elementos que tenemos que tener en cuenta en el proceso de toma de decisiones, relacionamos los posibles fallos o errores en los que podemos incurrir en la manera de tomar decisiones, entre los que destacamos:

- a)** No realizar un buen estudio de la situación. Falta de información. No se tienen datos.
- b)** Falta de decisión porque no se posee la información completa. Perfeccionismo y maximalismo.
- c)** Tratar de resolver los síntomas en vez de las causas. Favoreciendo la precipitación y superficialidad.
- d)** Demorar sucesivamente la decisión por temor a equivocarse.
- e)** Meticulosidad extrema que provoca el aplazamiento de la decisión.
- f)** Cambio constante de prioridades. Indefinición. Falta de objetivos.
- g)** Decisiones extremadamente rápidas, casi compulsivas, para acabar “cuanto antes” con el problema.
- h)** Considerar sólo la primera alternativa de que se dispone. Plantear los problemas sólo como sí o no.
- i)** Decidir entre las alternativas por “intuición” sin elaborar unos criterios. Intuición, sin más. Corazonadas. Impresiones.
- j)** Absoluto acomodamiento a los criterios tradicionales o convencionales para tomar decisiones.
- k)** Pretender resolver un excesivo número de problemas y tomar simultáneamente muchas decisiones.
- l)** Falta de anticipación de riesgos. Falta de previsión. Falta de imaginación.

Todo este proceso de Toma de Decisiones se debe asumir con Riesgo, porque toda decisión lo conlleva, y aunque haya sido planificada y planeada

cuidadosamente en todas sus alternativas, toda elección comporta en sí misma un riesgo. También con Renuncia, ya que en el mismo momento que optamos por una alternativa (decisión) estamos renunciando a posibles ventajas de otras opciones y finalmente con Responsabilidad, quien toma una decisión debe aceptar la responsabilidad de sus consecuencias. Si no compartimos la toma de decisiones, no es justo compartir la responsabilidad.



CONCLUSIONES

- La toma de decisiones es una actividad que realizamos cotidianamente, pero pocas veces somos tan conscientes de las estrategias que practicamos a la hora de saber decidir.

ÁREA A TRATAR	ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	TIEMPO
Toma de decisiones.	Saludo y bienvenida.	Crear una atmosfera agradable al interior del equipo	Se presentara el facilitador y dirá el tema que se desarrollara durante la jornada, y brindara unas indicaciones que se dé que se llevara a cabo una dinámica de presentación animación “la doble rueda” (ver anexo I)	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadoras. • adolescentes Recursos materiales. Grabadora. Música.	10 minutos
	Explicar que son las decisiones. Y la importancia que tiene el tomar las decisiones en nuestra vida.	Dar a conocer la importancia de la toma de decisiones.	Brindar un poco de teoría sobre la importancia y la necesidad de tomar decisiones en nuestro diario vivir, aplicando ejemplos contextualizados al país y al tema de investigación.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes. 	20 minutos.
	Dinámica: “la roca”	Analizar un proceso de toma de decisiones	(ver anexo II)	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes. 	15 minutos.

Explicar los pasos para una buena toma de decisiones.	Conocer el proceso adecuado de la toma de decisiones.	Exponer los 6 pasos para poder tomar buenas decisiones.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes Recursos materiales. <ul style="list-style-type: none"> • Carteles. 	20 minutos.
Conociendo algunos errores que se comenten en el proceso de toma de decisiones.	Mencionar los errores más frecuentes a la hora de tomar decisiones.	Brindar un poco de teoría sobre los errores más frecuentes a la hora de tomar decisiones en nuestro diario vivir, aplicando ejemplos contextualizados al país y al tema de investigación.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes Recursos materiales. <ul style="list-style-type: none"> • Carteles. 	20 minutos.
Espacio de preguntas y respuestas.	Que los adolescentes hagan los cuestionamientos que les han surgido sobre el tema.	Preguntar si a alguien le ha surgido alguna duda sobre el tema en cuestión, para posteriormente darle las respuestas pertinentes.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes 	15 minutos.
Despedida. Dinámica. "el regalo de la alegría."	Promover un clima de confianza personal, de valoración de las personas y de Estímulo positivo en el grupo. -Dar	(ver anexo III) Fortalecer lazos entre los adolescentes mientras se les da a la vez una breve introducción al siguiente tema "habilidades sociales."		

y recibir un «
feedback »
positivo en
ambiente grupal.
-Despedir de
forma agradable
al grupo.

LA DOBLE RUEDA

DEFINICION: Dinámica de animación.

OBJETIVOS: Animación.

PARTICIPANTES: Grupo, clase,... a partir de 11- 12 años.

MATERIALES: Un lugar amplio, número limitado de participantes, una radio potente o algún material que haga ruido.

CONSIGNAS DE PARTIDA: Se divide a los participantes en grupos iguales , (si un grupo puede ser de mujeres y otro de hombres, mejor). Se coloca a un grupo formando un círculo tomados de los brazos, mirando hacia adentro. Se les pide que cada miembro de la rueda exterior se coloque delante de una de la rueda interior, que será su pareja y que se fijen bien, en quién es pareja de cada uno.

DESARROLLO: Una vez identificadas las parejas, se les pide que se vuelvan de espaldas y queden nuevamente tomados de las manos unos y de los brazos otros. Se indica que se va a hacer sonar una música (o el ruido de algún instrumento) y que mientras suena deberán moverse los círculos hacia su izquierda (así cada rueda girará en sentido contrario a la otra), y que cuando pare la música (o el ruido) deberán buscar su pareja, tomarse de las manos y sentarse en el suelo; la última pareja en hacerlo, pierde y sale de la rueda. El coordinador puede interrumpir en cualquier momento.

Las parejas que salen van formando luego el jurado que determinará qué pareja pierde cada vez. al dinámica continúa sucesivamente hasta que quede una pareja solo al centro, que es la ganadora.

NOTAS: Se puede utilizar también como dinámica e presentación, añadiéndole los elementos de la presentación por pareja y subjetiva.

LA ROCA

Esta dinámica nos presenta una posibilidad de análisis en un proceso de toma de decisiones. La roca se nos presenta como un conflicto que requiere soluciones creativas. Una vez más dejaremos claro que ante un conflicto lo primero que necesitamos es ser capaces de generar múltiples soluciones y nunca una sola respuesta.

Se lee el siguiente texto de un cuento de L. Tolstoy:

“En el centro de un bonito pueblo existía una enorme roca que nadie había sido capaz de destruir. Cierta día el alcalde decidió que ya era hora de deshacerse de la piedra. Varios ingenieros propusieron sus ideas. Alguien propuso construir un sistema especial de grúas que arrastraran la piedra, lo que costaría 50.000 euros. Otra persona propuso trocearla primero con explosiones controladas de baja potencia lo que reduciría el costo a 40.000 euros” Se les pide más ideas para evitar el problema de la roca.

Se abre un turno de debate en grupos pequeños tras una reflexión individual de unos pocos minutos. Se intentará alcanzar un consenso entre los grupos para poder decidir cuál es la mejor solución sobre lo que podemos hacer con la roca.

ANÁLISIS SUGERIDOS.

Con esta dinámica se suelen proponer soluciones diversas:

Las que tratan de mejorar la estética o utilidad de la roca: Decorarla, construir toboganes para los niños...

Las que tratan de destruir sólo la parte imprescindible de la roca: Construir un túnel por debajo

Las que tratan de implicar a la comunidad: Cada persona del pueblo debe ir con un martillo a romper un trozo de roca. (Con lo que el coste económico es prácticamente 0)

Las que intentan obtener beneficios de la roca que financien su ruptura: Vender trozos de roca como los del muro de Berlín.

La propuesta por Tolstoy: Cavar un hoyo, sacar la arena y enterrar la roca.

Nos damos cuenta de que han surgido ideas diversas y creativas que normalmente no son tenidas en cuenta.

Nos damos cuenta además de que hemos superado ciertos bloqueos: Por ejemplo normalmente quitar la roca suele llevarnos a pensar en llevarnos la roca no en enterrarla. También muchas personas se preguntan por la base del problema: qué es lo que molesta de la roca y se puede proponer alternativas que embellecían la roca o la reutilizaban.

A veces cuando un grupo llega a una solución que puede ser buena deja de buscar más soluciones aunque probablemente pudiera encontrar otra solución mejor si siguiera pensando.

Y repetimos: a un problema, siempre, múltiples soluciones.

FUENTE: Un taller sobre "Regulación de Conflictos" del Colectivo No-violencia y Educación.

EL REGALO DE LA ALEGRÍA.

Objetivos:

Promover un clima de confianza personal, de valoración de las personas y de estímulo positivo en el grupo. -Dar y recibir un « feedback » positivo en ambiente grupal.

-Despedir de forma agradable al grupo.

MATERIALES:

1. -Papel.
2. -Bolígrafo.

Procedimiento.

ANIMADOR.	DESARROLLO:
<ol style="list-style-type: none">1. Se forman equipos de 6 a 8 personas.2. El animador forma los subgrupos y reparte papel.3. Luego, hace una breve presentación: Muchas veces apreciamos más un regalo pequeño que uno grande. Otras muchas, estamos más preocupados por no ser capaces de realizar cosas grandes y dejamos de lado hacer cosas pequeñas aunque tendrían, quizás, un gran significado. En la experiencia que sigue vamos a poder hacer un pequeño regalo de alegría a cada miembro del grupo.4. El animador invita a los participante a que escriba cada uno un mensaje de ese tipo a cada compañero de su subgrupo, mensaje que tienda a despertar en cada persona sentimientos positivos respecto a si mismo5. El animador presenta sugerencias, procurando animar a todos a que envíen un mensaje a cada miembro de su subgrupo, incluso a aquellas personas por las que puedan no sentir gran Simpatía.6. Los participantes pueden, si quieren, firmar.7. Escritos los mensajes, se doblan y se reúnen en una caja, dejando los nombres a quienes se dirigen hacia fuera. Se da a cada uno sus mensajes.8. Cuando todos hayan leído sus mensajes, se tiene una puesta en común con las reacciones de todos	<ol style="list-style-type: none">1. Respecto al mensaje les dirán:2. Que sea muy concreto, por ejemplo: Me gusta como ríes cuando...; y no, por ejemplo, "Me gusta tu actitud", cosas que es demasiado general.3. Que el mensaje sea específico y bien ajustado a la persona que va, y que no sea válido para cualquiera.4. Que cada uno envíe mensaje a todos, aunque alguno no le conozca a fondo; en todo podrá encontrar algo positivo.5. Procura decir a cada uno algo que hayas observado en el grupo, sus mejores momentos, sus éxitos; y haz siempre la presentación de tu mensaje de un modo persona: « A mí me gusta en6. Ti...», « Yo veo que tu...».7. -Di al otro lo que tú encuentres en el que te hace ser más feliz.

Adecuado Uso de las Redes Sociales





INTRODUCCIÓN

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación, además de configurarse como herramientas de gran utilidad para el aprendizaje y el ocio de los menores, se han convertido en mecanismos sin los cuales cualquier adolescente o joven se sentiría fuera de onda, con sus posibilidades de relación con los demás muy limitadas. Hoy en día, si no están en las redes sociales, no cuentan, sencillamente, no existen. Su vida claramente ha adquirido una dimensión más, la virtual, al alcance de un simple clic.

La identidad de los adolescentes no puede entenderse sin sus amigos, y sin ellos, tampoco es fácil comprender los usos que hacen de los medios y las tecnologías. Los adolescentes de hoy aun rodeados de pantallas valoran a los amigos tanto como los de ayer. Solo que Internet generó nuevas maneras de relacionarse, nuevas formas de sociabilidad. Cuando un adolescente construye su blog o su perfil en una red social, suele pensar que sólo lo ven sus amigos, o quienes están interesados en lo que dice. No piensan que cualquiera que navegue en la Red, conocido o no, puede ver lo que escribió. Los chicos no creen en los riesgos de Internet porque se sienten “autoinmunes” o porque piensan solo en sus amigos.

Sin duda, la infiltración de este nuevo tipo de relación aporta muchas ventajas y posibilidades a nuestros jóvenes pero abre también caminos un tanto inciertos, que pueden conducir a situaciones difícilmente controlables. Ahora, cualquier cosa que se haga en la red es pública y la posibilidad que tiene de extenderse es casi ilimitada, como ilimitada es la red de contactos que cada adolescente puede tener en su ordenador. Por eso, y porque no todo es inofensivo y acechan también muchos riesgos, es necesario que ellos sepan claramente qué es lo que pueden y lo que no pueden hacer; que conozcan cuáles de sus comportamientos cotidianos son inadecuados, incluso ilegales, y cuáles son las consecuencias de los mismos.



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ▣ Informar a los adolescentes, padres y madres de familia la importancia de utilizar adecuadamente las redes sociales

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ▣ Identificar las ventajas y desventajas que tienen las redes sociales para los adolescentes.
- ▣ Brindar estrategias que ayuden a los adolescentes para que identificar los peligros cibernéticos
- ▣ Enseñar a los adolescentes como utilizar medidas de seguridad y privacidad en las redes sociales.



ADECUADO USO DE LAS REDES SOCIALES

EL SITIO PERSONAL EN LA RED SOCIAL

Las redes sociales permiten que los usuarios armen en ella su propia página Web (home page). En esta página, las personas pueden contar quiénes son, hablar de sus gustos e incluir la información que quieran compartir con su lista de amigos. Entre otros datos suelen figurar su nombre, email, la fecha de nacimiento, género, ciudad, y sus gustos: películas, libros, deportes. El sitio puede incluir además fotos, textos, juegos, links, comentarios, vídeo clips y música.

VENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES PARA LOS JÓVENES

La información es una de las armas más poderosas para protegerse de los aspectos negativos en internet. Por ejemplo, existen distintos tipos de indicadores que pueden ayudar a decidir si un sitio es digno de confianza y que lo presentan como una página web de alta credibilidad.

La comprensión de que no todo lo que se encuentra en línea es real o bueno, los mecanismos que ayuden a ser críticos al recibir el impacto de la publicidad en redes sociales, y el desarrollo de la autoconfianza y autoestima para no caer en trucos de terceros, son bases robustas para no correr riesgos innecesarios al navegar por la web.

Las redes sociales tienen varias ventajas:

 Ayudan a generar un circuito de comunicación mayor entre varias jóvenes.

 Los jóvenes se pueden organizar con mayor fluidez y prestarse ayuda en línea.

 Los jóvenes que ocupan las redes sociales también intercambian más información y están mejor informados.

 Muchos chicos pueden vencer su timidez y establecer lazos de amistad a través de las redes sociales.

DESVENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES PARA LOS JÓVENES

Las redes sociales son un fenómeno que cada vez gana más adeptos, sobre todo en la gente más joven y en los adolescentes. Desgraciadamente no todo es belleza y también hay que estar al tanto de los peligros de las redes sociales y cómo evitarlos.

Algunas desventajas:

 El joven cuando está frente a una computadora no comparte su vida en un entorno social directamente con sus pares.

 La comunicación virtual puede despertar en algunos jóvenes comportamientos erráticos.

 Es fácil que alguien pueda convertirse en víctima de ciberacoso, sexting, cyberbullying y de suplantación de identidad.

 Las redes sociales son también víctimas de los virus y el software malicioso.

¿CÓMO DARTE CUENTA SI ALGUIEN TE ACOSA EN LAS REDES SOCIALES?

Cuando usas alguna red social, sueles chatear y conectarte con tu familia, amigos y compañeros de trabajo. A veces, una persona que no conoces aparece en tu lista de contactos. Si esta persona intenta contactarse contigo en varias oportunidades y te envía mensajes extraños, es posible que seas una víctima del acoso vía Facebook. Los acosadores de las redes sociales van desde simples molestos a potenciales peligrosos. Aquellos que te acosan violan tu privacidad y arruinan tu experiencia en las redes sociales. Los acosadores de cibernéticos suelen ser identificables fácilmente debido a su comportamiento extraño.

ESTRATEGIAS PARA QUE IDENTIFIQUEN A UN ACOSADOR CIBERNÉTICO.

1. Revisa los comentarios que recibes en tu página. Si tienes muchos mensajes de la misma persona, esa persona puede estar acosándote. Esto es especialmente cierto si los comentarios parecen raros o impertinentes.
2. Presta atención a quien te contacta a través del chat de las redes sociales. Un stalker puede intentar contactarse contigo en repetidas oportunidades, aún cuando dejes de responderle. Si le preguntas a la persona de dónde te conoce, y responde que te ha conocido en algún lugar pero no es específico sobre los detalles, probablemente sea un acosador.
3. Revisa tu lista de amigos. Las personas que aparecen arriba de todo son las que más miran tu perfil y hablan contigo. Si ves algún nombre que no te resulte familiar, es posible que esa persona te esté acosando.
4. Mira tus notificaciones. Las notificaciones te alertan cuando alguien quiere jugar a un juego o interactuar contigo. Pueden aparecer en tu perfil ó en tu celular. Si recibes notificaciones frecuentes de la misma persona desconocida, esa persona puede ser un acosador.

5. Determina si habías bloqueado al potencial acosador antes. Si en otro momento ya te había molestado y la habías bloqueado, la persona pudo haberse registrado nuevamente con una nueva cuenta con un nombre distinto para poder contactarte. Lee atentamente los mensajes de la persona y compáralos con los mensajes que recibías de la persona que habías bloqueado para ver si corresponden a la misma persona.

ACOSADORES ESPECÍFICOS, creemos importante describir a grandes rasgos el proceso que suelen llevar a cabo, y que dividimos en cuatro fases:

Fase de enganche

Hará poco a poco preguntas con el objetivo de conocer la edad y localización. Después intentará determinar sus gustos e inquietudes, con el objeto de adaptarse a ellos y compartir los mismos gustos. El objetivo es identificar y después generar identificación. Ganar confianza. Seguramente no presionará con preguntas que puedan asustar o despertar la alerta del menor, sino que irá poco a poco, facilitando también él mismo información (falsa, por supuesto).

Fase de fidelización

Al llegar a esta fase este individuo ya se ha mostrado como alguien amable y con quien se puede charlar, con algunos gustos (los más importantes) similares al interlocutor, con algún año más, accesible e interesante... Ya se ha descrito físicamente, etc. Su objetivo ahora es fidelizar y asegurarse de que querremos seguir hablando con él. Para ello establecerá conversaciones sobre temas de interés y de ocio: deportes, música, videojuegos... Después intentará obtener información sobre la situación familiar: cómo es el núcleo familiar, si los padres están separados o divorciados, que tal son las relaciones con los miembros de la familia... El objetivo es convertirse en nuestro “confidente”.

Fase de seducción

A partir de este momento intentará utilizar toda información que ha conseguido y toda la confianza que ha establecido para intentar seducir. Manipulará y

condicionará hasta donde pueda. Intentará entonces llevar la iniciativa en el terreno personal, aparecerá el sexo en las conversaciones y también el tema de las fotos o la WebCam. Es posible que envíe fotografías de otros menores para hacerse pasar por uno de ellos. Pedirá entonces que nosotros hagamos lo mismo. Intentará conquistar, halagar y generar un sentimiento de deuda. Que llegemos a sentirnos mal si no le hacemos el suficiente caso.

Fase de acoso

Llegados a este punto ya tiene una idea muy aproximada de lo que puede obtener. Tiene mucha información, conoce los gustos e inquietudes, conoce la situación familiar, tiene fotos, etc. El objetivo es ya culminar el proceso con el establecimiento de una relación sexual, aunque en un principio pueda ser sólo virtual. En esta fase seguramente se quitará la “máscara” y se mostrará cómo es. Chantajeará, amenazará y manipulará nuestros conceptos.

Utilizará frases del tipo:

“Tu eres muy inteligente. Sé que a ti no podría engañarte porque te darías cuenta...”

“Nunca haré nada que tú no quieras hacer...”

“Lo dejaremos cuando tu digas”

“Tú decides hasta donde podemos llegar...”

Otros mensajes o frases van dirigidos a justificar la situación desde un punto de vista social:

“Muchas personas de tu edad lo hacen pero no lo dicen por miedo a sus padres...”

“En otras culturas las relaciones entre menores y niños son algo normal...”

“En otras épocas, como en la Grecia Clásica, estas relaciones eran normales...”

Los pedófilos pueden mostrarse casi como “videntes”:

“... durante mucho tiempo la homosexualidad ha estado prohibida, pero hoy a todo el mundo le parece normal... con lo nuestro (la pedofilia) sucederá lo mismo... sólo es cuestión de tiempo”.

RECOMENDACIONES PARA DISMINUIR LOS RIESGOS EN LAS REDES SOCIALES

- **Consejo 1.** Rechaza los mensajes de tipo sexual o pornográfico. Exige respeto.
- **Consejo 2.** No publiques fotos tuyas o de tus amigos/as en sitios públicos.
- **Consejo 3.** Utiliza perfiles privados en las redes sociales.
- **Consejo 4.** Cuando subas una foto en tu red social asegúrate de que no tiene un componente sexual.
- **Consejo 5.** No aceptes en tu red a personas que no hayas visto físicamente.
- **Consejo 6.** Respeta tus propios derechos y los de tus amigos/as: protege tus datos y tu imagen.
- **Consejo 7.** Mantén tu equipo seguro: evita el software malintencionado.
- **Consejo 8.** Utiliza contraseñas realmente privadas y complejas.
- **Consejo 9.** Si se ha producido una situación de acoso guarda todas las pruebas que puedas.
- **Consejo 10.** Si se ha producido una situación de acoso NO cedas ante el chantaje.

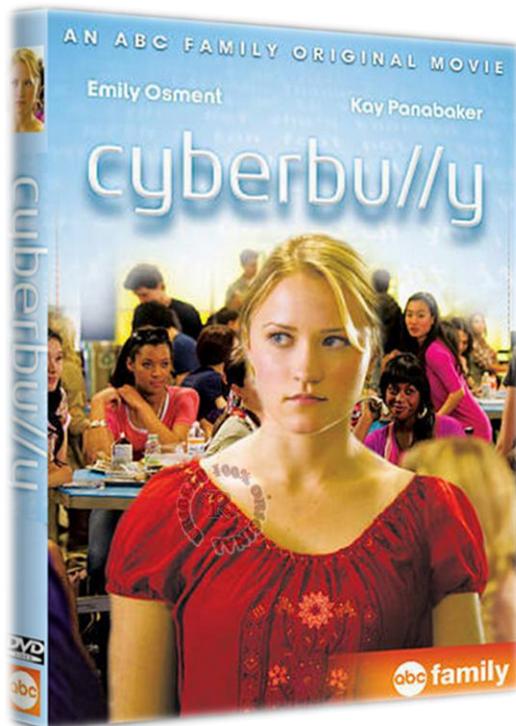


CONCLUSIONES

- ▣ Las redes sociales han alcanzado grandes dimensiones como medio de comunicación en los jóvenes así como medio de entretenimiento y su uso cada día es más frecuente por tal motivo hemos ser conscientes de que así como nos ofrece múltiples beneficios también tiene sus desventajas por lo cual debemos tener mucho cuidado con lo que escribimos o publicamos pues ahora sabemos que no solo la gente que conocemos puede ver esa información sino que también es posible que esa información se comparta con personas que no conocemos.
- ▣ El acoso por Internet tiene lugar cuando una persona, de forma intencionada y repetida, ejerce su presión sobre otra con ayuda de medios electrónicos y de forma maliciosa, con comportamientos agresivos, tales como molestar, humillar, difamar, amenazar, los medios a través de los cuales se producen el ciberacoso son muy diversos, si bien incorporan los dispositivos tecnológicos de mayor uso por parte de adolescentes y jóvenes en la actualidad: mensajería instantánea, perfiles de redes sociales o foros, teléfonos móviles (sms, envío de fotografías o vídeos), juegos online a través de videoconsola o en Internet, páginas personales, etc.

ÁREA A TRATAR	ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS	TIEMPO
Adecuado Uso de las Redes Sociales	Saludo y bienvenida. CINE FORUM. CYBERBUYILLG	Concientizar a padres, madres de familia e hijos/as sobre los peligros de las redes sociales	Se iniciará la última jornada de capacitación con la proyección de la película “Cyberbuyillg”. (ver anexo 1). Posteriormente las facilitadoras pedirán la participación de algunos padres y adolescentes para obtener algunas impresiones de lo percibido en la película.	Recursos Humanos: Facilitadoras. Adolescentes Madres ó padres de familia Recursos materiales. Cañon Laptop Parlantes	1 hora 30 minutos
	Explicación Teórica	Dar a conocer la importancia del adecuado uso de las redes sociales.	Brindar un poco de teoría sobre la importancia del adecuado uso de las redes sociales en nuestro diario vivir, aplicando ejemplo y al tema de investigación.	Recursos Humanos: <ul style="list-style-type: none"> • Facilitadora • Adolescentes. 	30 minutos.

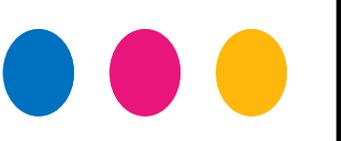
ANEXO I



Cyberbully (estilizado como cyberbu//y) es una película para TV estrenada el 17 de julio de 2011 en ABC Family. ABC Family trabajó con Seventeen Magazine para hacer el film, y crear un proyecto llamado "Delete Digital Drama". La película cuenta la historia de una adolescente que sufre de cyber acoso. La película fue filmada en Montreal.

SINOPSIS

La película sigue a Taylor Hillridge, una adolescente que cae víctima del acoso cibernético, y el costo casi la toma a ella y a su familia. Taylor es una hermosa estudiante de escuela secundaria de 17 años pero un poco torpe y dolorosamente consciente de eso. Cuando su mamá le da una computadora para su cumpleaños, Taylor está muy entusiasmada por la posibilidad de libertad e independencia de estar en línea, sin que su madre esté siempre vigilándola. Sin embargo, Taylor pronto se convierte en una víctima de la traición y el acoso cibernético durante su visita a un sitio web social, y con miedo de enfrentarse a sus pares en la escuela, incluyendo a su mejor amiga, es empujada a un punto de quiebre. La madre de Taylor, Kris, se preocupa por el incidente, y se enfrenta al sistema escolar y a la legislación del Estado para que ayuden a prevenir a otros, de pasar por la misma dura experiencia que su hija.



ANEXO N° 7
CARTAS FIRMADAS POR
LOS JUECES APROBANDO
LOS INSTRUMENTOS