

EFFECTOS DE LAS REDES SOCIALES EN
LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO SAN
JOSÉ DE CAJICÁ

Daniela Céspedes Santiago



COLEGIO
SAN JOSÉ

Monografía 2020 - 2021

**Efectos de Las Redes Sociales en los Adolescentes del Colegio San José de
Cajicá**

Daniela Céspedes Santiago

Colegio San José de Cajicá

Duodécimo

José David Amorocho Morales

15 de marzo de 2021

Agradecimientos

Quiero agradecer a Diana Murrillo, quien a lo largo de todo este tiempo ha dedicado tiempo, aprendizajes y fuerza por medio de apoyo, paciencia y amor durante todo este proceso. Para demostrar que con tiempo, dedicación e inspiración es posible llegar a cumplir todas las metas. A Jose David Amorocho, por ser el mejor asesor, estar dispuesto a escuchar y resolver cualquier duda en cualquier momento del día, por ser un apoyo incondicional y saber que decir en momento de crisis. A mis papás por darme fuerzas y motivación para nunca rendirme, para levantarme y seguir adelante, creciendo como persona y cumplir mis metas. Por último a todos mis amigos, por enseñarme día a día a superarme como persona, a buscar un crecimiento personal y enseñarme lo que es la verdadera amistad.

Muchas gracias por el apoyo y ser una motivación diaria para cumplir mis metas.

Resumen

En esta monografía se podrá encontrar una recopilación de algunos estudios ya realizados en cuanto a los efectos que tienen las redes sociales en los adolescentes en los cuales se especificará la definición, sus tipos, la finalidad y se describen algunos efectos de ellas. Luego se profundiza en la adolescencia, sus características, etapas, sus dificultades y necesidades. Se realizó una encuesta que evaluó el consumo y consecuencias de las redes sociales en jóvenes entre los 15 y los 18 años de edad. Los resultados de la encuesta proveen información sobre las habilidades sociales, el reconocimiento de ellos mismos, el rendimiento académico y el uso de las redes para identificar si está generando algún efecto positivo o negativo en ellos. Las redes sociales producen diferentes efectos en los adolescentes. Existe un peligro muy particular en generar una adicción y dependencia a ella, sin embargo, no se puede ignorar los beneficios que ha traído para la mejora de sus habilidades sociales y educativas sobre el desarrollo social de esta población.

Palabras clave: efecto de las redes sociales, adolescencia, habilidades, reconocimiento de sí mismo, dependencia.

Abstract

In this paper one can find a compilation of some studies carried out about the effects that social networks have on adolescents, definition, types, purpose, and a description of their effects. Then it delves into adolescence, its characteristics, stages, difficulties and needs. A survey was conducted to evaluate social networks use, and its consequences among young people between the ages of 15 and 18. The survey results provide information on social skills, self-recognition, academic performance and the use of networks in order to identify its positive or negative effects on juveniles. Social networks induce different effects on adolescents. There is a particular risk in generating an addiction and dependence on them, however, the benefits that social networks have brought to the improvement of adolescents' social and educational skills cannot be ignored.

Key words: Effects of social media, adolescents, abilities, self-recognition, dependence.

Tabla de contenido

Agradecimientos	2
Resumen	3
Abstract	4
Introducción	7
Justificación	8
1. Objetivos	10
1.1 Objetivo general	10
1.2 Objetivos específicos	9
2. Planteamiento del problema	11
2.1 Pregunta Problema	12
3. Marco Teórico	13
3.1 Antecedentes	13
3.2 Adolescencia	23
3.3 Redes sociales	28
Marco metodológico	32

4. Análisis de datos	33
5. Conclusiones:	47
6.1 Efectos positivos	48
6.2 Efectos negativos	48
6.3 Pautas para un buen uso de las redes sociales	49
7. Referencias:	49

Introducción

La investigación desarrollada aborda el tema del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes. Las redes sociales facilitan la forma de comunicación, interacción y la forma en la que se relaciona con las personas y se han vuelto importantes para tener información de manera más rápida a través de todo el mundo.

Las redes sociales se han vuelto comunes entre los adolescentes, esta investigación se planteó con el interés de indagar los efectos, ya sean positivos o negativos, del uso de dichas redes, de tal manera que se establezcan recomendaciones para un buen manejo de las mismas y así sacarle provecho a sus bondades y mitigar los problemas que puede generar.

Al ser un tema teórico-práctico la investigación se planteó metodológicamente en la dimensión de análisis de datos. De manera, que para la parte documental fue necesario abordar la definición de qué son las redes sociales y cómo a través del tiempo han evolucionado, sus historia, ventajas y desventajas. Por otra parte, se implementaron encuestas a adolescentes entre los 15 a 18 años que hagan usos de ellas para poder observar los resultados obtenidos y poder concluir si generan un impacto positivo o negativo en los adolescentes y proponer algunas pautas para su correcta utilización.

De acuerdo con lo anterior, la finalidad de la presente investigación consiste en analizar los efectos que las redes sociales generan ya sean positivos o negativos en los adolescentes entre los 15 a 18 años de la Comunidad del colegio San José.

Justificación

La presente investigación fue realizada con el objetivo de indagar e identificar los efectos positivos y negativos de las redes sociales en los adolescentes entre los 15 y 18 años del Colegio San Jose de Cajicá.

Gracias a toda la tecnología que tenemos hoy en día es posible enterarse de lo que sucede en el mundo en cuestión de minutos, el problema se origina cuando se hace un mal uso de todas las redes sociales, ya sea por una dependencia o porque simplemente no se sabe cual es el uso correcto que se le debe dar. Diferentes estudios ya realizados han demostrado que todo depende del uso que se le esté dando, de ahí salen los efectos ya sean positivos o negativos.

En 2018, el doctor Samuel Crespo Ramos, publicó la tesis doctoral “Adolescencia, violencia y redes sociales virtuales: un análisis psicosocial”. En el cual se abordó las variables psicosociales en los entornos individuales, social y escolar en adolescentes y como cada uno de estos aspectos están relacionados con cambios en los comportamientos en las redes sociales virtuales como el cyberbullying, violencia, rechazo y dependencia de ellas.

Otro estudio realizado por Martha Martinez Venegas y Elizabeth Sanchez Martinez, sobre la construcción de la identidad y uso de las redes sociales en adolescentes de 15 años. Dejan claro lo importante que es la construcción de la identidad de los adolescentes, que se ve claramente afectada por el contenido que ven o escuchan en redes.

Es importante recalcar que identificar los efectos de las redes sociales puede ayudar a la sociedad a construir medidas para evitar problemas como el cyberbullying, la dependencia, el rechazo, entre otros. Sin dejar de lado la importancia de un constante acompañamiento por

parte de las instituciones y padres de familia para generar un impacto positivo en los adolescentes.

Este estudio está dirigido a toda la comunidad del Colegio San José con el objetivo de mostrar los efectos específicos de los estudiantes del colegio y las posibles relaciones o no que puedan existir con estudios pasados. Todo esto para poder aclarar todos los mitos, creencias y opiniones que existen sobre las consecuencias que trae el uso de las redes sociales.

1. Objetivos

1.1 Objetivo general

Analizar los efectos de las redes sociales en los adolescentes entre los 15 a 18 años

1.2 Objetivos específicos:

- Identificar el tiempo que adolescentes entre los 15 a 18 años del Colegio San José invierten en redes sociales.
- Determinar los efectos positivos y negativos del uso de las redes sociales de los adolescentes y la correcta manera de su uso
- Proponer una serie de pautas sobre el uso de las redes sociales.

2. Planteamiento del problema

Para el ser humano la etapa de la adolescencia es considerada una de las etapas más difíciles, ya que durante esta las neuronas comienzan a desarrollarse en su mayor capacidad. Por ejemplo, se producen una serie de crisis emocionales y de conducta causada por los cambios de conexiones neuronales. Esto último genera los cambios de humor de una persona en esta etapa. Dichas conexiones vuelven al adolescente más temperamental e impulsivo. En la actualidad podemos ver que muchos adolescentes están más preocupados por ganar una partida de juego o quien tiene más likes en redes sociales.

Las redes sociales han generado un gran impacto en nuestra sociedad. Tiene muchos beneficios al igual que cosas negativas. Algunos de los beneficios serían una mayor facilidad en comunicación con personas lejanas, permite tener más seguridad en cualquier lugar, entre otros. Pero también tiene sus aspectos negativos, por ejemplo puede generar una adicción y problemas psicológicos en los adolescentes ya que por medio de las redes pueden ser víctimas del acoso y el cyberbullying, entre otros.

A través de los años la psicología ha querido solucionar diferentes situaciones que se generan gracias a los sentimientos y emociones de los adolescentes. Han realizado diferentes estudios para poder entender de qué manera los estímulos generados por las redes sociales, terminan en comportamientos de aislamiento de los familiares y amigos como mecanismos de protección y así lograr adaptarse a la presión que puedan generar estas redes sociales; de esta forma pueden “funcionar” adecuadamente de manera intermitente pero con generación de problemas de salud.

Teniendo en cuenta lo anterior, mi pregunta es: ¿Son los efectos de las redes sociales un beneficio o un problema en los adolescentes entre los 15 a 18 años en la comunidad del colegio San José?

2.1 Pregunta problema: ¿Cuáles son los efectos de las redes sociales en los adolescentes entre los 15-18 años del colegio San José?

3.Marco Teórico

A lo largo del marco teórico se busca conocer los conceptos básicos necesarios para tener una buena comprensión del tema a tratar durante la investigación.

Primero se hablará de estudios ya realizados que incluyen las variables del presente artículo. Posteriormente se definirán la adolescencia como estado del desarrollo, ya que es la población que más utiliza las redes sociales, por lo cual, son el centro de esta investigación. Además se abordarán los tipos de adolescencias que existen, sus categorías, las necesidades y las dificultades de esta etapa. Por último, se definirá el concepto de red social, las características, los tipos de redes sociales, las ventajas y desventajas y por último la finalidad de estas redes.

3.1 Antecedentes

- En 2018, el señor Samuel Crespo Ramos, publicó la tesis doctoral “Adolescencia, violencia y redes sociales virtuales: un análisis psicosocial”. Donde abordó las variables psicosociales en los entornos individuales, social y escolar en adolescentes que estaban relacionados con cambios en los comportamientos en las redes sociales virtuales como el cyberbullying, violencia, rechazo y dependencia de ellas. Como marco teórico, se habló de la adolescencia, sus etapas, cambios y sus procesos de socialización en los distintos ambientes (familiar, escolares y sociales).

Se realizó un análisis de recolección, teniendo en cuenta diferentes tipos sociométricos. Tras el profundo estudio, se identificaron las variables que interviene en todos los escenarios disfuncionales en las redes sociales como lo son la soledad, emociones, alexitimia, la implicación, percepción y ayuda del profesor desde el ámbito escolar, la autopercepción negativa o deseada por el grupo y la comunicación familiar ofensiva desde ese ámbito.

Por último encontraron hallazgos que se creen significativos para poder establecer posibles protocolos de detección temprana de los riesgos.

Como conclusiones del estudio, en cuanto a lo individual, se pudieron encontrar dependencias, por ejemplo el abuso de uso de estas redes, violencia y rechazo los cuales se pueden explicar en cierta medida, por las vulnerabilidades psicológicas del propio individuo. En cuanto el ámbito escolar, llegaron a la conclusión, que es fundamental para los adolescentes con disfunciones psicológicas, tener buenas amistades y tener un apoyo por parte los profesores a estos adolescentes, lo cual los ayuda a mantenerse alejados de estos problemas. Por el lado de lo familiar, se descubrió que el apoyo de la familia es vital para los adolescentes al momento de tener alguna situación difícil, por lo cual, los padres de familia deberían estar pendientes de los problemas que tengas sus hijos, de tal forma que pueda recibir un apoyo y ayuda que sea para su “beneficio”. Y por último el ámbito social, llegaron a al conclusión de que muchos de los adolescentes que sufren de estos problemas psicológicos son generando por una presión social, que se genera por qué algunos adolescentes creen que lo más importante es la imagen que se genera y es por eso que necesitan la ayuda para poder pasar de manera adecuada las circunstancias que tengan durante esta etapa de la vida. (Crespo Ramos , 2018)

- El doctor Elias Arab y la psicóloga Alejanda Diaz realizaron un estudio, que se tituló “ Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos” por cual se revisó el impacto tanto de elementos positivos como negativos de las

redes sociales en los adolescentes y la relación directa entre esto y el abuso de las nuevas tecnologías. Como objetivo, el quiso orientar y actualizar a profesionales de la salud sobre los aspectos positivos y/o negativos de las redes sociales en los adolescentes. Se establecieron vínculos entre su uso y las características psicológicas individuales, su desarrollo de personalidad y el control parental. Se detallan los aspectos positivos que las nuevas tecnologías ofrecen y los aspectos negativos asociados. Este artículo destaca la necesidad de entregar y estimular modelos de comunicación social real y una educación en el uso de las nuevas tecnologías.

Durante todo el estudio hace referencias a la identidad de los adolescentes como un aspecto esencial en el desarrollo de los adolescentes, su sentido de seguridad respecto a quienes son, lo que desean ser y su sentido de la intimidad.

Los medios digitales generan múltiples contextos para explorar y expresar los aspectos de identidad de cada adolescente. Cada individuo actúa en distintos espacios, como creando distintas identidades que van cambiando a rápida velocidad y esto puede generar experiencias interpersonales e interpersonales ya sea enriquecedoras o destructivas, depende el uso que se le esté dando.

Como conclusiones en el cual el uso y abuso de las redes sociales generan impactos tanto positivos como negativos en el desarrollo cognitivo, afectivo, social y de identidad en los adolescentes y jóvenes. Es necesario la supervisión constante de parte de un adulto que guíe, eduque, module y controle el acceso a todas las herramientas tecnológicas. De esta manera ellos pueden tener un mejor uso de ella y no tener ninguna consecuencia negativa con el uso de las redes sociales. (Arab, Y Diaz, 2015)

- Martha Martínez Venegas y Elizabeth Sánchez Martínez, realizaron un estudio sobre la construcción de la identidad y uso de las redes sociales en adolescentes de 15 años.

Martinez y Sanchez (2016) mencionan que “Durante la adolescencia está caracterizada por cambios y es considerada una de las etapas más importantes en el desarrollo del ser humano”(pg. 17).

En los últimos años se ha podido ver un incremento en el uso del internet y de las redes sociales. Gracias a ellas se ha cambiado la forma de comunicación y relación con el resto del mundo. Ya sea en las relaciones de amistad, familiares, amorosas, etc. Todo esto puede generar que los adolescentes se dejen influenciar por todo aquello que ven o escuchan en las redes sociales y puede llegar a causar problemas psicológicos como por ejemplo la depresión y la ansiedad.

Ya que han cambiando la formas de comunicación y de relacionarse con las personas, ha generado un contacto más directo, rápido y eficiente. No obstante, para Martinez y Sanchez (2016, citado en Echeburúa, 2010) “el uso y abuso del Internet están relacionados con diferentes variables psicosociales, como estar expuestos a factores estresantes, el apoyo familiar y social, así como una vulnerabilidad psicológica”. También menciona “la mayoría de las ocasiones sirve para relacionarse con otras personas sin la necesidad de ser auténticos, el anonimato es una de las cuestiones más atractivas para los usuarios.” Esto deja mucho que pensar. Muchas personas prefieren conocer a otros y hacerse pasar por alguien que no son con tal de caerle bien y poder generar una “amistad”.

En cuanto al método, 22 alumnos entre los 14 - 15 años, para poder realizar la evaluación de dos variables: el abuso de las redes sociales y como esto influye en la identidad del adolescente. Con un test de 36 ítems en formato dicotómico de verdadero y falso y en IADA (Inventario Autodescriptivo del Adolescente), un test que solo se responde con sí o no y permite evaluar cinco dimensiones de la vida del adolescente: Familiar, social, personal, salud y escolar. Está diseñado con dos objetivos. Uno es poder obtener una descripción de diversas dimensiones

del ambiente del participante y también evalúa la presencia de algunos indicadores de riesgo relacionadas a conductas problemáticas.

Después de toda la recolección y análisis de los datos llegaron a varias soluciones. Una de ellas fue: Taller acerca del autoconcepto y la autorregulación, enfocados en los temas de control de emociones, pensamientos y conductas. Actividades dentro del grupo escolar para el desarrollo de habilidades sociales. Programas para el cuidado de la salud integral.

Asesoramiento a padres de familia acerca de la promoción del autoconcepto de sus hijos, así como el establecimiento de límites para el uso de las redes sociales. Campaña de concientización acerca del abuso de las redes sociales y los efectos negativos que podrían llegar a tener, ect.

Como conclusiones, hablan del abuso del internet y sus consecuencias negativas en la construcción de la identidad en los adolescentes, como también son afectados por los entornos en los que se relacionan. Es importante fomentar la autorregulación, para la construcción de la identidad y un acompañamiento de los padres y maestros para un buen manejo de ellas.

- En el estudio que realizó Enrique Echeburúa logró comprobar que el uso de las nuevas tecnologías en los adolescentes cada vez es más común y que con ello se pueden generar diferentes adicciones. “De ese porcentaje, siete de cada 10 afirman acceder a la Red por un tiempo diario de, al menos, 1,5 horas, pero solo una minoría (en torno al 3% o al 6%) hace un uso abusivo de Internet.”(Echeburúa, 2012, pg. 437). Señalo algunos de los factores de riesgo como por ejemplo: no tener suficiente horas de sueño, dejar de lado otras actividades importantes, mentir sobre la cantidad de tiempo que duran usando las redes. Realizó varias pruebas para saber el tiempo que duraban en las redes sociales, aspectos personales y de la familia para poder llegar a diferentes conclusiones. Pudo llegar a diferentes conclusiones, como que un acompañamiento por parte de los padres y los profesores para poder apoyar a los padres

en lo que necesiten para que no generen problemas más adelante con sus decisión y la forma de enfrentar de manera correcta los problemas que puedan tener más adelante.

- El estudio titulado “*Posibles riesgos del uso de las redes sociales en los adolescentes*”, realizado por Nazaret Heredia y Erika García. El objetivo principal del estudio era conocer los posibles riesgos del uso de las redes sociales en los adolescentes, entre las edades de los 15 a los 18 años. Los resultados que más destacaron el todo el estudio señalan una correlación positiva entre el tiempo de uso y la dependencia de las redes sociales.

Para todo el estudio, la muestra estuvo compuesta por 182 estudiantes de educación secundaria obligatoria de distintos centros públicos. Para poder estar en el estudio debían cumplir con 3 condiciones: Ser estudiante de educación secundaria obligatoria, tener entre 15 y 18 años de edad y participar de manera voluntaria con previa autorización de padres, profesores y centro.

Se realizó un cuestionario del Centro Reina Sofía Sobre “Jóvenes en la red: un selfie”(Ballesteros y Megías 2015), el cual recogía diferente información sobre los datos demográficos de adolescnete, el tiempo empleado, la panorámica general y específico de los usos y también los posibles riesgos que entabla el uso de las redes sociales. Se utiliza la respuesta de escala Likert (“1” Con frecuencia, “2” A veces, “3” Rara vez, “4” Nunca o “o” No sabe o no quiere contestar). Aparte de ese cuestionario, decidieron preguntarle a cada participante cuál es el uso de las redes sociales, si cree que tiene dependencias o no a su uso y por último que preocupación tiene acerca de la dependencia de uso de las redes sociales.

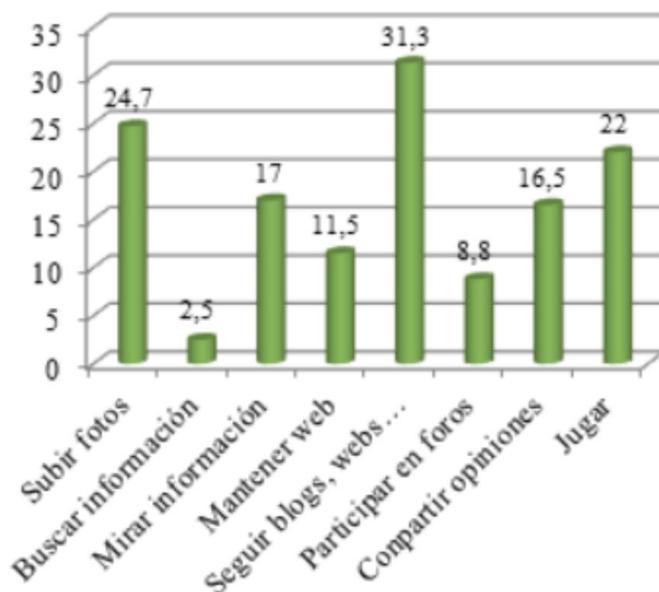


Figura 1.

Posibles riesgos de las redes sociales en los adolescentes.(Heredia,N. Garcia, E. 2017)

Nota: En esta gráfica se puede observar la cantidad de personas y el diferente uso que le brindan a las redes sociales.

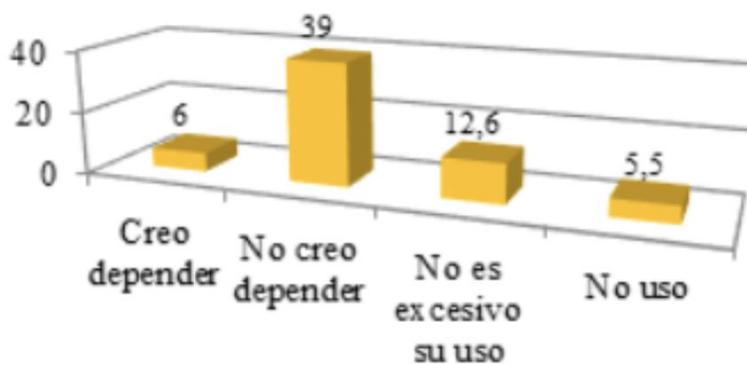
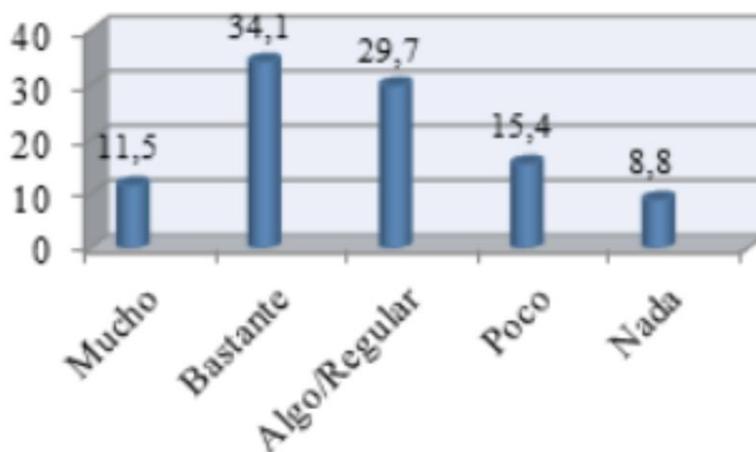


Figura 2.***Dependencia*** (Heredia,N. Garcia, E. 2017)

Nota: Se observa si creen tener alguna dependencia al uso de las redes sociales.

**Figura 3.*****Preocupación ante su dependencia.*** (Heredia,N. Garcia, E. 2017)

Nota: se puede observar que tan inquietos están al respecto de poder tener o no una dependencia.

Como conclusiones, llegaron a lo siguiente: La identidad digital se construye no sólo a partir de lo que somos, sino también lo que hacemos y cómo nos relacionamos. Los resultados mostraron una correlación positiva entre el tiempo de uso y la dependencia a las redes sociales, la muestra mostró una preocupación en torno a la dependencia. Otros resultados a lo que pudieron llegar fueron: El uso de las redes sociales puede ayudarles a fortalecer su identidad y carácter, pero hay que saber manejarlo para no abusar del uso y generar una dependencia. Es

necesario concientizar a los adolescentes en su debido uso y apoyar aquellos que tengan problemas con su uso.

- Otro estudio realizado por Patricia Alonso-Ruido, Yolanda Rodrigues-Castro, Maria Lameiras-Fernández y M^a Victoria Carrera- Fernández, analizaron el “Hábito de uso de las Redes Sociales de los y las adolescentes: análisis de género”(2015). El impacto que ha ido provocando la generalización de las Redes Sociales han generado grandes transformaciones en la forma de comunicación y socialización. El objetivo del estudio fue conocer los hábitos de uso en las redes sociales de los adolescentes en este caso peruanos analizando las diferencias de género.

La muestra estuvo conformada por 1.283 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria, de los cuales el 51.1% son mujeres y el 48.9% son hombres.

Para el desarrollo del estudio utilizaron un cuestionario creado “*ad-hoc*”, el cual contenía las siguientes preguntas: *1. Cuestiones sociodemográficas*: identifican curso, nacionalidad, edad, género. *2. Cuestiones sobre la tenencia y uso de las redes sociales*: hace referencia a la tendencia de perfiles en las redes sociales, el número de contactos en estas así como si es importante en número de contactos en las redes sociales, si suelen etiquetar 15 a sus contactos en las redes sociales, la privacidad de sus perfiles en las redes y si aceptan solicitudes de las amistades que reciben. Después se hacen preguntas sobre la percepción de peligro, por un lado preguntando si consideran que usar y tener las redes sociales puede ser peligroso, estas pregunta se respondía en una escala del 1 a 5, siendo 1 (nada peligroso) y el 5 (muy peligroso). Por otro lado y con la misma forma de respuesta de 1 a 5, debían responder si consideraban que sus amistades lo consideraban peligroso o no y por último se consultaba sobre si reciben supervisión de sus progenitores sobre su acceso y uso de las redes. *3. Formación sobre las redes*

sociales: se les preguntó si alguna vez habían recibido formación sobre el uso correcto de las redes sociales.

Entre los resultados más relevantes se destacó que las redes sociales son utilizadas tanto por los hombres como por las mujeres. La mayor parte de los encuestados prefieren tener perfiles en una o más redes sociales. Aparte, las mujeres tienen mayor conciencia sobre el peligro de las redes sociales, afirmando que su uso puede llegar a ser “peligroso” o “muy peligroso”. Afirman los resultados que el 91.4% de los hombres y el 86.2% de las mujeres no son supervisados sobre el acceso y el uso de las redes sociales. En cuanto a la formación sobre el uso correcto de las redes sociales el 33% de los hombres y el 23.4% de las mujeres afirman haber recibido formación sobre el uso correcto.

Como conclusión, llegaron a la concordancia de que es importante formar a los adolescentes sobre los posibles riesgos de su uso indebido, así mismo es importante tener una supervisión por parte de los adultos para que en caso de ser necesario ellos tengan un apoyo y sepan manejar la situación de la mejor manera posible.

- La doctora Ángela del Barrio Fernández e Isabel Ruiz Fernández, realizaron el estudio de “*Los adolescentes y el uso de las redes sociales*”. El trabajo presenta algunos resultados obtenidos en la investigación sobre los aspectos cruciales relativos a los adolescentes y las nuevas tecnologías. Estudiaron el tema de TIC y su influencia en la vida de los adolescentes.

El objetivo del estudio fue “Conocer algunas características relevantes de una muestra de adolescentes escolarizados en la Comunidad Autónoma de Cantabria en relación con el uso de Internet y las Redes Sociales.” (Barrios,Á, Ruiz I, pg.75,2014). La muestra estaba compuesta por 2371 alumnos, 1203 hombres y 1168 mujeres.

Después de toda la recolección de datos, se dieron cuenta que un total de 96% usaban la redes sociales para conectarse con amigos, el 15,10% para conocer gente nueva, el 14,50% para buscar relaciones románticas y el 5,70% para búsqueda de información.

Otro de los resultados que obtuvieron de la prueba estuvo dividido en cinco categorías: 1. Prácticamente solo utilizo internet para las redes sociales, con el 28,68%. 2. Más de la mitad de mi tiempo en internet lo dedico a la red social, con un 26,02%. 3. Dedico mi tiempo prácticamente el mismo tiempo a las redes sociales que a otro tipo de usos de internet, con un 15,39%. 4. menos de la mitad de mi tiempo en internet lo dedico a la red social, con un 12,36%. 5. La mayor parte del tiempo utilizo internet para otras cosas, con un 17,55%. Dando un total de 100,00%.

La siguiente parte hablaba de la difamación que generaba utilizando las redes sociales, los resultados dieron las siguientes conclusiones: 1. “Nunca” un 77,69%. 2. “Una vez en plan de broma” un 18,35%. 3. “Sí” un 3,96%. Todo esto da un total de 100,00%.

Por último, en el último análisis del estudio, decidieron análisis sobre “Recibe presión o es ridiculizado a través de las redes sociales. Se les dio tres opciones de respuesta, “Sí”, “No”, “A mi no pero si a” gente que conozco”, cada uno con un porcentaje de 7,93%, 69,89% y 22,18% para un total de 100,00%.

3.2 Adolescencia

La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y es antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza principalmente por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios. En esta fase de crecimiento y desarrollo

viene condicionada por diversos procesos biológicos. El comienzo de la pubertad marca el pasaje de la niñez a la adolescencia.

Los determinantes biológicos de la adolescencia son prácticamente universales; en cambio, la duración y las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo, entre unas culturas y otras, y dependiendo de los contextos socioeconómicos. Así, se han registrado durante el pasado siglo muchos cambios en relación con esta etapa vital, en particular el inicio más temprano de la pubertad, la postergación de la edad del matrimonio, la urbanización, la mundialización de la comunicación y la evolución de las actitudes y prácticas sexuales. (OMS, s.f, pg, 1).

La adolescencia es un periodo de preparación para la edad adulta. En esta etapa se producen varias experiencias de desarrollo. Más allá de la madurez física y sexual, esas experiencias incluyen la transición hacia la independencia social y económica, el desarrollo de la identidad, la adquisición de las aptitudes necesarias para lograr establecer relaciones de adulto y asumir funciones adultas y adquirir la capacidad de razonamiento abstracto.

Muchos adolescentes se ven sometidos a presiones para hacer diferentes cosas, también experimentan diversos problemas de adaptación y de salud mental. Los patrones de conducta que se establecen durante este proceso, como el de consumo o no consumo de sustancias psicoactivas o la asunción de riesgos o de medidas de protección.

Los adolescentes dependen de su familia, su comunidad, su escuela, sus servicios de salud y su lugar de trabajo para adquirir toda una serie de competencias importantes que pueden ayudarles a hacer frente a las presiones que experimentan y hacer una transición satisfactoria de la infancia a la edad adulta. Todas las personas que influyen la vida del adolescente son responsables de promover el desarrollo y la adaptación de los adolescentes para intervenir de manera eficaz cuando surjan problemas.

3.2.1 Características:

Durante esta etapa es común que las actitudes de los adolescentes cambien y tengan diferentes reacciones hacia las cosas que les suceden. Muchas de las actitudes son generadas por la toma de decisiones. Es importante que en esta etapa creen una relación muy cercana con los padres para que al momento que ellos tengan alguna dificultad puedan acudir a ellos .

Algunas características de los adolescentes son:

- Mantienen una actitud distante y menos afectuosa hacia sus familias.
- Quieren cambiar las normas.
- Tienen una actitud negativa hacia algunas personas y muchas veces hacia sí mismos.
- Le interesan más sus relaciones con sus pares que las relaciones familiares.
- Toman sus propias decisiones siguiendo sus criterios.
- Les falta motivación, lo que suele verse reflejado en los resultados académicos.
- Viven sujetos a grandes cambios emocionales, que se suelen presentar de forma brusca.

3.2.2 Etapas:

Existen tres etapas de la adolescencia. La primera es la pre-adolescencia, esta es entre los 8 a los 11 años y consiste en la etapa en la que se produce la transición entre la infancia a la adolescencia. Existen cambios físicos que son notables, por ejemplo la forma rápida en la que empiezan a crecer y de manera desigual, lo cual hace que cueste un poco más coordinar los movimientos y aparece la sensación de torpeza al igual que aparecen algunas molestias en algunas articulaciones. En cuanto a los cambios psicológicos, se producen grandes progresos en la capacidad para pensar en términos abstractos. Esto sucede porque el adolescente es más capaz de reflexionar sobre situaciones hipotéticas, operaciones lógicas y matemáticas. Sin

embargo al dejar atrás esta etapa no se tiene un total dominio de estos hábitos. Del mismo modo, la tendencia que se busca es a encajar en los roles de géneros, para no salirse de los estereotipos relacionados con la apariencia y los comportamientos diferenciados del hombre y de la mujer.

La segunda etapa es la Adolescencia temprana. Esto ocurre entre los 11 y los 15 años. En ella se dan los principales cambios de tipo hormonal. En cambios físicos se producen los cambios en la voz, un mayor desarrollo de la musculatura y los órganos y empieza a manifestarse el acné por la cara. En cambios psicológicos, se completa la capacidad de pensar en términos abstractos, la habilidad de ocupar un papel importante tanto a la hora de relacionarse con los demás y de buscar referentes fuera de la familia, como a la hora de construir su propia autoestima y autoconcepto, se experimenta con diferentes elementos que pueden conformar la identidad, como la estética relacionada a tribus urbanas. Así mismo, tienen que valorar mucho la opinión de los demás, la imagen y la estética es un componente primordial de la propia identidad y bienestar. (OMS, s,f)

Y por último la adolescencia tardía. En esta tercera y última etapa ocurre entre los 15 y los 19 años. En cuanto a los cambios físicos, suelen mostrar más homogeneidad en sus características que las que se encuentran en la adolescencia temprana. Sin embargo, hay que tener en cuenta que el impacto psicológico de los constructivos sociales es totalmente real y por consiguiente, puede influir en el proceso de maduración, se acostumbra a alcanzar la altura máxima marcada por su propio crecimiento y la complexión del cuerpo para a ser totalmente adulta. En los cambios psicológicas, termina de desarrollarse la conciencia social, los planes a largo plazo pasan a ocupar un papel mucho más importante que antes, se abandona una parte del egocentrismo que definía la infancia y el resto de etapas de la adolescencia, lo que hace más

probable que los jóvenes se interesen por la política y los procesos sociales en general, ya que los objetivos pasan de estar relacionados con aquello que está más allá de sus círculos sociales.

3.2.3 Dificultades:

Durante todo este proceso, cada adolecente pasa por diferentes dificultades. Los problemas más frecuentes entre los adolescentes se relacionan con el crecimiento y el desarrollo, la parte académica, las enfermedades de la infancia que continúan en la adolescencia, los trastornos de salud mental y las consecuencias de las conductas de riesgo o ilegales.

La adaptación psicológica es la característica distintiva de esta etapa del desarrollo. Muchos de ellos luchan con problemas de identidad, autonomía, sexualidad y relaciones. Los trastornos psicosociales son más frecuentes durante la adolescencia. Muchos comportamientos no saludables comienzan durante esta etapa, como por ejemplo; trastornos alimentarios, mala dieta, obesidad, etc. Otra de las dificultades es el comportamiento violento que puede conducir a problemas graves de salud, enfermedades crónicas o morbilidades más tarde en la vida.

3.2.4 Necesidades:

Existen varias necesidades que los adolescentes necesitan para sentirse conformes con quienes son. La primera es tener un espacio para cada uno, es importante que aprendan a tener un criterio firme, poder tomar sus decisiones para aprender de ellos. La segunda es ser escuchados, es importante escucharlos para que se sientan con confianza para establecer diálogos sobre temas que les pueden preocupar o cosa que le pueden suceder. La tercera es mantener el contacto con la familia, aunque prefieran pasar más tiempo para estar con sus amigos, es necesario que mantengan una relación con la familia. Mantener una relación con la familia ayudará a que cuando esta etapa finalice aún exista ese apego a la familia y aun excitan

las relaciones cercanas. También necesitan amor y atención, ya que esto les ayudará a crear vínculos de confianza, sentirse en un lugar seguro y fortalecer sus carácter.

3.3 Redes sociales

Las redes sociales son una comunidad formada por diferentes usuarios y organizaciones que se relacionan entre sí en plataformas de internet. Cada red social tiene sus objetivos y usos particulares, además de que el contenido debe adaptarse a cada una de ellas. Existen gran cantidad de redes sociales que ponen en contacto a los usuarios a través del internet . En estas plataformas virtuales se permite el envío de mensajes, la comunicación en tiempo real y la difusión de contenido de distintas formas.

La aparición masiva de las redes sociales han puesto ciertas dificultades entre las sociedades industrializadas dado que al no estar reguladas de ninguna forma se pueden presentar la desinformación, la aparición de datos personales o para otras formas de intimidad que existen.

3.3.1 Características:

Se crean comunidades virtuales, estas crecen de forma rápida, con acceso a internet y con tiempo para invertir en ellas (tiempo de ocio, de trabajo y de socialización). Esto permite que las redes sociales tengan más usuarios, creando más comunidades virtuales categorizarlas dependiendo sus gustos y la información de su perfil.

La mayoría de las redes sociales manejan mucha información de los usuarios, como fotos, correos, números telefónicos, amigos, etc. Todo esto permite la construcción de perfiles.

Al tener muchos perfiles se crea una masividad, las principales redes sociales cuentan con millones de usuarios. Esto significa que las grandes redes sociales compiten en importancia con diferentes medios de comunicación.

Otra cosa que las redes sociales crean es la conectividad, ya que al tener más usuarios conectados puede haber más posibilidades de interactuar con personas que tengan los mismos gustos.

Cada usuario es libre de personalizar su cuenta. Esto consiste en la adaptación plena a los gustos y la personalidad del usuario, permitiéndole además una interacción directa con otros usuarios e incluso con las cuentas empresariales, a cargo de un administrador llamado “CM o Community Manager”. De este modo, la experiencia en redes es íntima y singular.

3.3.2 Tipos:

Según el contenido público pueden ser horizontales o verticales.

- Horizontales: Dirigido a todo público, sin un foco temático específico o una comunidad puntal.
- Verticales: Tiene un eje temático el cual se agrupa a la comunidad, en cierto grado es más especializado, por ejemplo: redes de video juegos, etc.

Según el objetivo principal de la relación: Pueden ser humanos, de contenidos o de interés.

- Humanas: Da lugar a las relaciones entre usuarios, según el perfil social, sus gustos y aficiones.
- De contenido: La interacción está centrada en la información compartida por los usuarios. Este tipo de redes pueden ser de intercambio de documentos, etc.

- De interés: Estas son las más novedosas, permiten poner en red objetos, lugares, marcas, etc.

Según la plataforma: Pueden ser metaversos o Web.

- Metaversos: Exigen al usuario una conexión particular de tipo cliente-servicio
- Web: Redes sociales basada en la estructura tradicional de internet.

Según Máxima (2019) algunas de las ventajas y desventajas de las redes sociales, son las siguientes:

3.3.3 Ventajas:

- Comunicación inmediata
- Oportunidades laborales
- Entretenimiento
- Denuncia social
- Compartir conocimientos
- Mejorar la visibilidad de la marca
- Difusión de contenidos de la empresa
- Medir las acciones de marketing

3.3.4 Desventajas:

- Estafas en redes sociales
- Configuración de privacidad
- Adicción a las redes sociales

- Sufrir de cyberbullying u otras formas de matoneo
- Sentir presión por hacer algo que atente contra sus vidas

3.3.5 Finalidad:

Con el gran número de redes sociales que existen hoy en día, existen también millones de usuarios para cada red. Hasta el momento las redes sociales tienen la finalidad de tener muchas personas con algún tipo de contacto (aunque no se conozcan). Pero no todas son iguales, esto quiere decir que no tiene la misma función de la misma finalidad. Depende de la temática que la red social quiera difundir, por ejemplo: una distribución de juguetes para animales, amantes del vino, promociones en viajes, opciones de trabajo, juegos o publicación de fotos, etc. En general, todas las ideas mencionadas tienen en común en mantener en contacto a diferentes personas, pero también existe una red que se encarga y su finalidad es todo lo contrario. Esta se denomina como “red social antisocial”. Esta red consiste en informar a los usuarios sobre la localización de personas que no quieren encontrar y de esta manera poderlos evitar.

4.Marco metodológico

El tipo de investigación usada en esta monografía empírica utilizó un diseño deductivo, ya que a partir de resultados generales se llevó a cabo las conclusiones particulares. Se basó en la recolección de datos, observación y análisis. Gracias a la recolección de los datos y su posterior análisis fue posible determinar los efectos ya sean positivos o negativos de las redes sociales en los adolescentes entre los 15 a 18 años en el colegio San José.

La metodología que se usó es de tipo bibliográfico y de campo. Ya que se usaron diversos estudios e investigación ya hechas. Con el fin de tener más claro lo que se quiere investigar y la forma correcta de abordar las preguntas. Por otra parte, se utilizó la investigación de campo y análisis estadístico con el fin de llegar a conclusiones más concretas y que tengan bases. Se realizaron encuestas a todos los estudiantes del Colegio San José entre los 15 a 18 años, para poder tener unos datos más claros sobre el tiempo que usan las redes, cuál red social es la que más usan, a que le dan su usa, si tiene o creen tener alguna dependencia a las redes sociales y por último si les preocupa crear o tener una dependencia. Algunas de las preguntas fueron manejadas con un parámetro, de 1 a 5, siendo 1 con menor importancia y 5 con mayor importancia, otra fue la selección múltiple para saber que redes usaban y por último pregunta abierta para poder identificar el tiempo que duran en la redes sociales y el uso que le dan. La población elegida fueron estudiantes del colegio san jose de cajicá entre la edad de 15 a 18 años que hagan uso de las redes sociales.

5. Análisis de datos

Los datos obtenidos para esta investigación fueron recopilados por medio de una encuesta de 21 preguntas cerradas, realizadas a 45 personas de los cursos 9 a 12. Las respuestas fueron analizadas desde cuatro contextos: 1. Preguntas sobre su opinión. 2. Estado emocional. 3. Dispositivos básicos de aprendizaje y 4. Habilidades sociales.

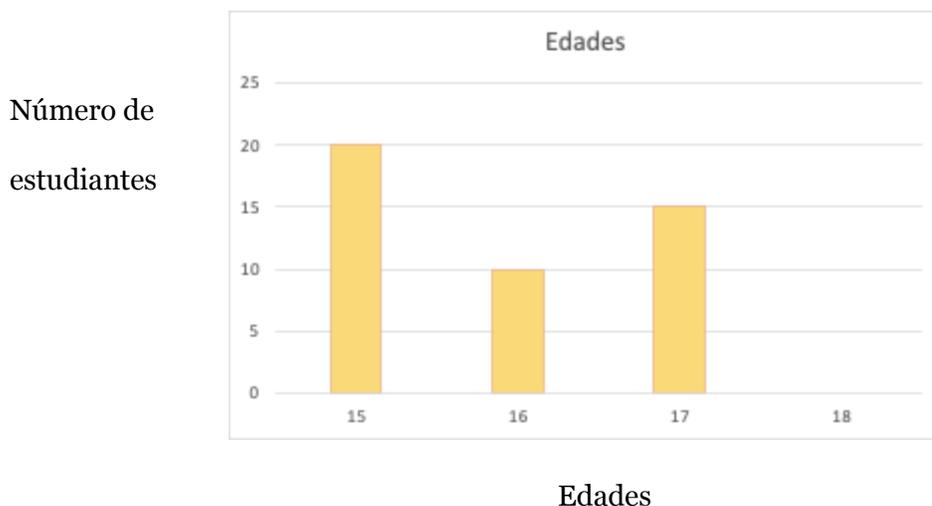


Figura 1

Rango de edad de los estudiantes de bachillerato del Colegio San José

La Figura 1 permite identificar la población de estudio. Se puede observar que entre el rango de edad, los adolescentes que utilizan más las redes sociales son los estudiantes que tienen 15 años. Esto puede ser debido a que al ser algo que muchos de ellos nunca han usado se vuelve tendencia usarlo todo el tiempo, descubrir sus usos y aprender para qué sirven.

Cuál de estas redes sociales usas más?

45 respuestas

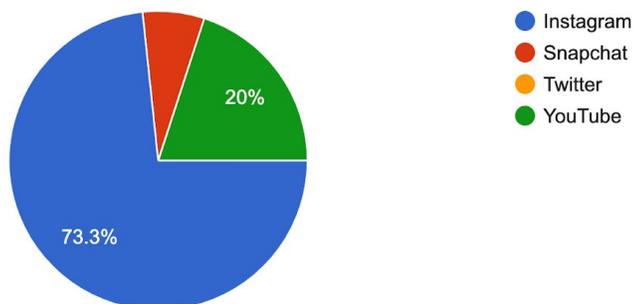
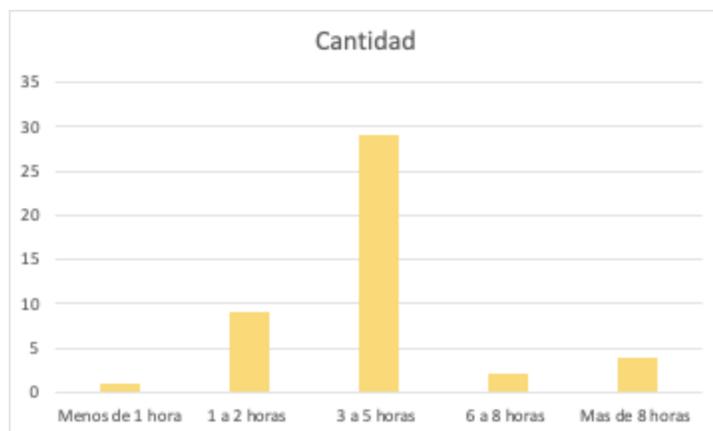


Figura 2

Cantidad de horas en redes sociales

Al observar la figura 2, se puede identificar que el 73.3% de la población identifica que su red social más usada es Instagram. El 20% de los estudiantes prefieren Youtube. El 6.7% de los encuestados prefieren usar Snapchat y 0% de los encuestados utilizan Twitter. Todos estos datos dan una vista clara que el 100% de los encuestados prefieren un contenido visual, con pocas palabras y que todo sea por medio de imágenes o videos.



Número
de
estudiantes

Figura 3

Horas que usan las redes sociales

En esta figura se puede observar el uso que le dan los estudiantes del Colegio San José. Se puede ver que en la primera columna solo una persona utiliza las redes sociales menos de 1 hora. 9 de los estudiantes encuestados utilizan las redes sociales entre 1 a 2 horas diarias. 29 de los estudiantes encuestados están en las redes sociales durante 3 a 5 horas diarias. 2 de los estudiantes encuestados las usan 6 a 8 horas y 4 personas más de 8 horas diarias. Aquellas personas que usan las redes sociales durante más de 8 horas pueden ser un signo de alarma, ya

que pueden estar dependiendo de ellas y estar haciendo un mal uso de ellas. Todo esto puede generar consecuencias como primero el depender de ellas, también dejarse influenciar por el contenido de ellas, dejar de lado otras actividades e incluso generar un mal rendimiento en el colegio. Esto no quiere decir que en todos los casos suceda esto pero si puede haber un mayor impacto por ese lado.

En los siguientes análisis la escala de evaluación fue de 1 a 5, siendo 1 totalmente de acuerdo, 2 de acuerdo, 3 ni en desacuerdo ni en desacuerdo, 4 en desacuerdo y 5 totalmente en desacuerdo.

Es muy frecuente el cyberbullying
45 respuestas

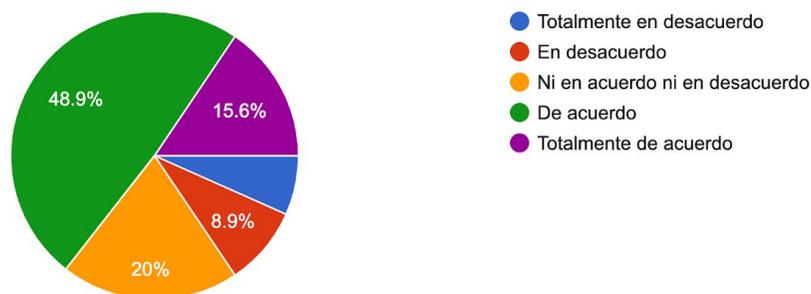


Figura 4

Es frecuente el cyberbullying

Para el 48.9% de los encuestados están de acuerdo con que el cyberbullying es algo que sí pasa e incluso aquí pueden pasar varias cosas, ya sea que el encuestado lo haya sufrido o que

conozcan a alguien que haya sufrido de esto y que esta situación es algo que se genera frecuentemente. El 20% no están ni en desacuerdo ni en acuerdo puede que hayan sido testigos de ellos pero que no sea algo común o que incluso solamente hayan escuchado de alguna situación . El 15.6% de los encuestados están totalmente de acuerdo y estas personas son las que pudieron estar afectados directamente, saber que es un problema que enfrentamos como sociedad son conscientes de ello y entienden las consecuencias que trae . El 8.9% en desacuerdo y el 6.7% totalmente en desacuerdo en estos dos últimos casos, el porcentaje demuestran que en realidad son muy pocos los estudiantes que creen que cyberbullying no es frecuente. Esto por que puede que no conozcan ningún caso ni nada por el estilo de alguna persona que tuvo que pasar por esta situación o lo otro es que no sea consciente de que es lo que está pasando.

Consideras que la información brindada en las redes sociales es falsa?

45 respuestas

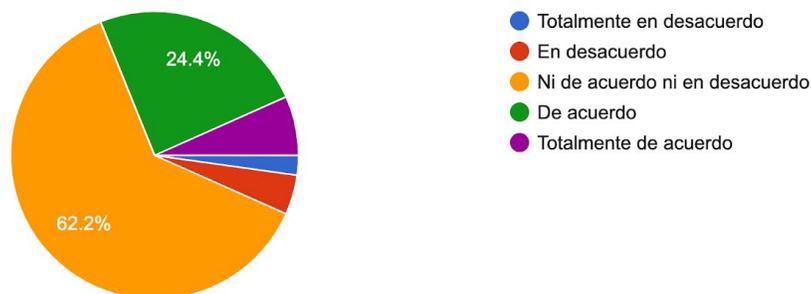


Figura 5

Información falsa en redes sociales

El 62.2% de los encuestados no están de acuerdo ni en desacuerdo con que la información que las redes sociales presentan sea falsa o no. El 24.4% de los encuestados están de acuerdo con que la información es falsa, en estos casos muchas veces no es sencillo identificar cuando la información es totalmente verdadera, todo esto porque muchas veces no es fácil decencia cuando la información es verdadera o no. Una de las formas en las que se puede saber si una página o perfil en redes sociales está dando información verdadera es primero que sea una cuenta certificada por la red social que se esté usando y la segunda asegurándose de que es una cuenta reconocida. El 6.7% de los encuestados están totalmente de acuerdo. 4.4% de los encuestados están en desacuerdo y el 2.2% de los encuestados está totalmente en desacuerdo.

Desde que comenzó el aislamiento social, ¿crees que usas más las redes sociales?

45 respuestas

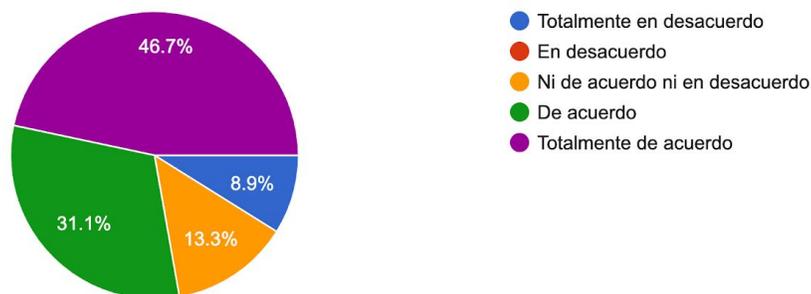


Figura 6

Aislamiento social y uso de las redes sociales

El 46.7% de las personas, según la Figura 6, están totalmente de acuerdo con que desde que inició el aislamiento social han usado más las redes sociales. El 31.1% de las personas están de acuerdo con que durante el tiempo de aislamiento han usado más las redes sociales. Si estos dos porcentajes se suman, nos da más del 70%, el estar en casa tanto tiempo ha generado un incremento bastante alto en el uso de las redes. En muchos de los casos son usadas cuando no saben que más hacer y se vuelve algo monótono, algo cotidiano, algo que no pueden evitar hacer. Necesitas estar conectado con el mundo, saber que está pasando con sus relaciones fuera de su casa. Hoy en día todo esto de las redes sociales son las que nos informan de todas las cosas que están pasando en el mundo, también es una forma de demostrar que estamos ahí, conectados enterándose de lo que está pasando cada minuto. El 13.3% de las personas no están ni en desacuerdo y en acuerdo y el 8.9% de las personas están totalmente en desacuerdo.

Mi autoestima es baja?

45 respuestas

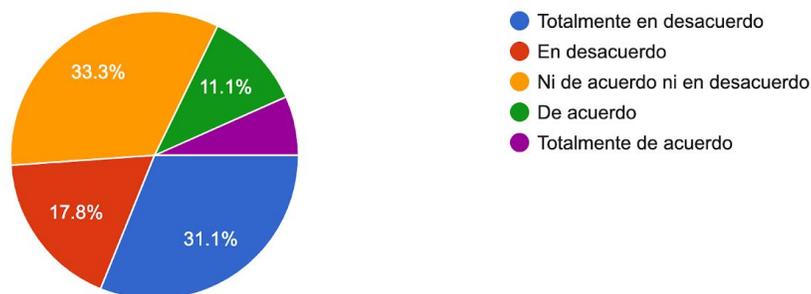


Figura 7

Autoestima baja

El 33.3% de las personas no están de acuerdo ni en desacuerdo con que tengan el autoestima bajo, esto muchas veces es pensado así por que no somos conscientes de lo que sentimos y permitimos que sean los demás lo que decidan la forma en la que nos vemos, nos vestimos y hasta muchas veces de cómo nos sentimos. El 31.1% de las personas están totalmente en desacuerdo, esto demuestra que un porcentaje de los encuestados son conscientes de su autoestima. El 17.7% están en desacuerdo. Los últimos dos porcentajes equivalen a casi el 50%, lo que quiere decir que gran parte de los encuestados se consideran con un autoestima alto. El 11.1% de las personas están de acuerdo y el 6.7% de las personas están totalmente de acuerdo, este porcentaje es muy bajo a comparación de los otros, sin embargo, es importante hacerles un seguimiento a estos estudiantes para poder hacer un acompañamiento. Todo esto es un autoreporte de lo que ven que pasa en si mismos.

Me siento impopular?
45 respuestas

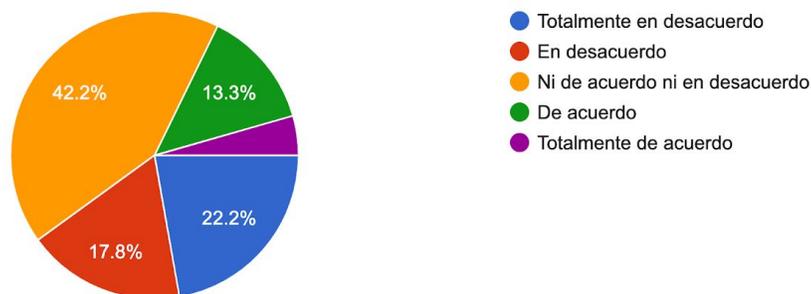


Figura 8

Impopularidad

El 42.2% de las personas no están de acuerdo ni en desacuerdo, frente a esto se puede generar una imparcialidad. El 22.2% de las personas están totalmente en desacuerdo. El 17.8% de las personas están en desacuerdo. El 13.3% están de acuerdo y el 4.4% de las personas están totalmente de acuerdo, esto es un 17,7% del total, lo cual demuestra que es una minoría. Si asociamos todo esto con las redes sociales, este pequeño porcentaje son los que más se enfocan en lo que dicen de ellos o el impacto que genera la sociedad en ellos.

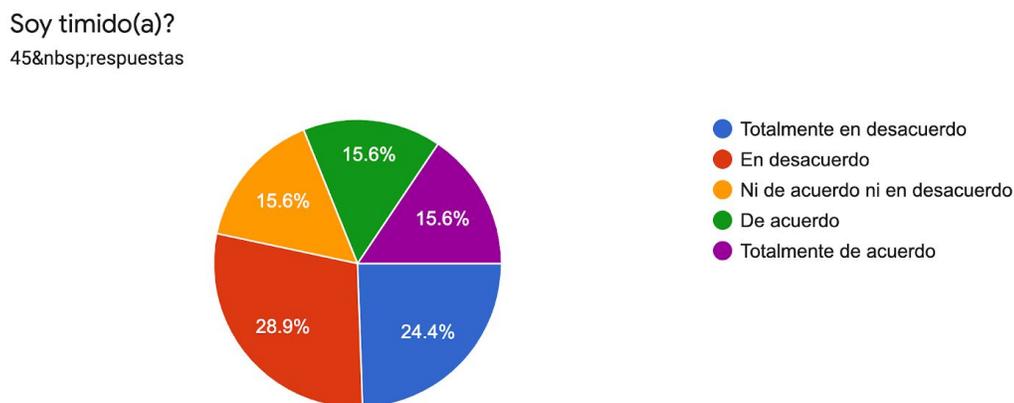


Figura 9

Timidez

El 53.3% están en desacuerdo con la afirmación de ser tímidos, demostrando con esto una confianza en sí mismos. 31.2% afirman ser tímidos, lo que demuestra todo lo contrario al porcentaje anterior. Demuestra una falta de confianza en sí mismos. Por último 15.6%, no están ni en desacuerdo ni en acuerdo, lo que significa una imparcialidad frente al tema.

Me siento nervioso(a)?

45 respuestas

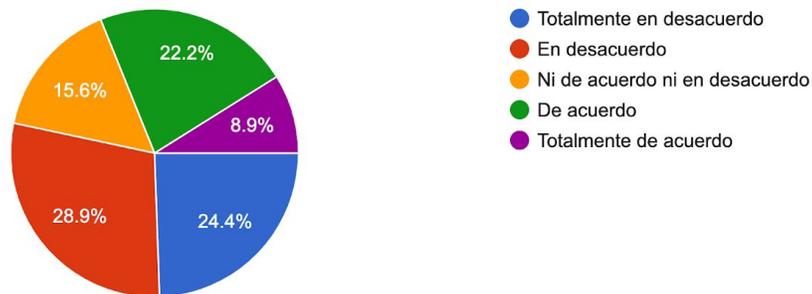


Figura 10

Nerviosismo

53.3% de los encuestados, están en desacuerdo con la afirmación. Igual que en la gráfica anterior, muestran confianza en sí mismos. 31.1% están de acuerdo con la afirmación y el porcentaje faltante dejan claro otra vez la imparcialidad frente al tema.

Desconfío de los demás

45 respuestas

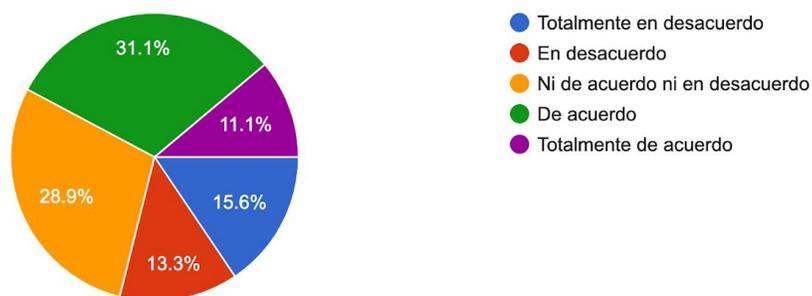


Figura 11

Desconfianza

El 28.9% no son conscientes o simplemente no les afecta poder tener la confianza en los demás. Una gran parte de los encuestados afirman tener una desconfianza con otros, esto puede llevar a que no cuenten las cosas que les sucede. El problema se origina cuando tiene alguna dificultad y no saben la manera correcta de enfrentarla, esto puede traer consecuencias negativas, como no tiene la confianza en los demás terminan generando mayores inconvenientes a futuro. Por último, el 28.9% están en total desacuerdo. Demostrando tener confianza en los demás.

Me siento criticado(a) por otros?

45 respuestas

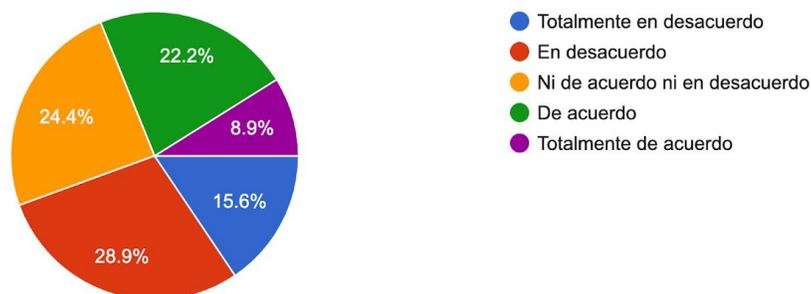


Figura 12

Criticado

Esta gráfica genera muchas conclusiones del por qué los adolescentes hacen lo que hacen frente a las redes sociales. 44.5% no se sienten criticados por el contenido ya sea que suban o que miren en redes sociales. Por esta razón se observa las cosas que suben a redes. Muchas veces esas publicaciones pueden generar una controversia, pero les es indiferente lo que comentan de

ellos. Una vez más se observa una confianza plena en ellos mismos. 24.4% no les afecta si son o no criticados por los demás y el 30.1% afirman sentirse criticados por los demás, otra vez se puede ver la inseguridad y desconfianza que se tiene cada persona.

Tengo dificultades de aprendizaje
45 respuestas

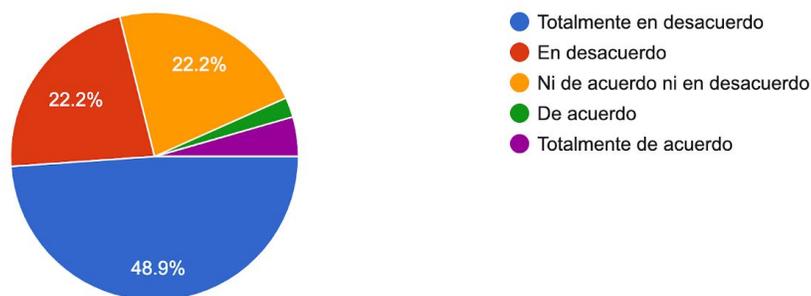


Figura 13

Dificultad de aprendizaje

Más del 70% de los encuestados son conscientes de no tener dificultades de aprendizaje. Si se compara esto con los resultados académicos de varios de ellos, se puede afirmar que sus hábitos de estudio si son adecuados, pero si se observan los resultados académicos de otros, si se puede observar que puede no tengan dificultades para aprender, más sin embargo sus hábitos no son los adecuados. El 22.2% vuelven a quedar como imparciales. Solamente el 6,7% del total afirman tener dificultades de aprendizaje, si se compara los resultados académicos con esto, se puede evidenciar que tiene hábitos de estudio completamente erróneos, lo que dificulta el aprendizaje que quieran adquirir.

Tengo malos hábitos de estudio?

45 respuestas

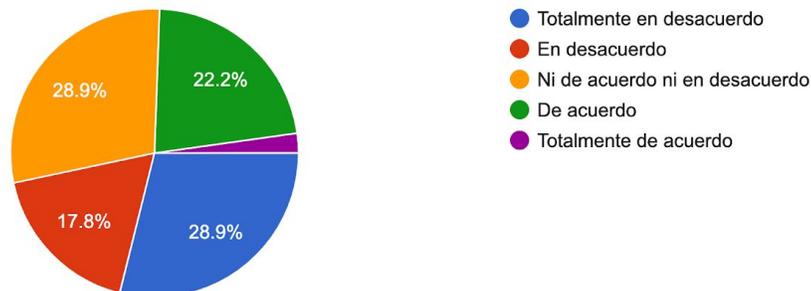


Figura 14

Malos hábitos de estudio

El 28.9% de las personas encuestadas están ni de acuerdo ni en desacuerdo. Lo que muestra una imparcialidad. El 24,4% de los encuestados afirman tener malos hábitos de estudio, esto trae consecuencias en su rendimiento académico y esto es porque no saben la mejor manera de distribuir el tiempo o la mejor manera de aprender algo. 46.7% afirman tener buenos hábitos de estudio, en este caso se podría volver a hacer una comparación entre el rendimiento académico y sus hábitos de estudio para revisar que sí sean hábitos que les ayuden a mejorar en su aprendizaje.

Me distraigo con facilidad?

45 respuestas

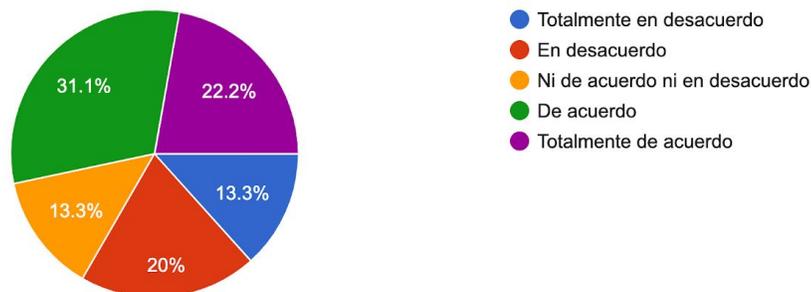


Figura 15

Distraerse con facilidad

Más del 50% de los encuestados afirman distraerse con facilidad. Con todo el tema de la globalización, es importante enterarse de todo lo que pasa en cuestión de segundos lo que genera una importancia muy grande a las notificación que lleguen al celular para poderse enterar de lo que pasa alrededor del mundo en cuestión de minutos. El 33.3% afirman no tener la facilidad para distraerse, lo que puede decir que tienen buenos hábitos de estudio y con ello mejores resultados académicos. El porcentaje restante se mantiene imparcial.

Me alejo de la gente?

45 respuestas

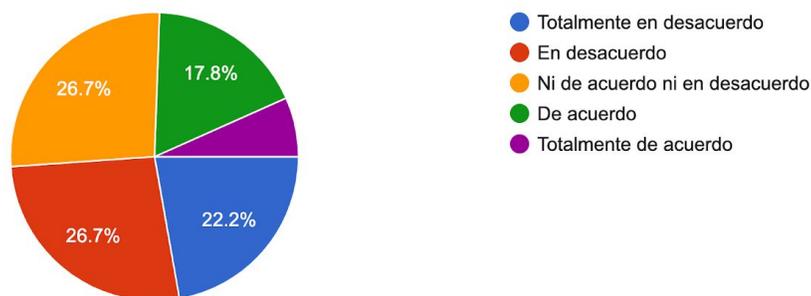


Figura 16

Alejamiento

Casi el 50% de los encuestados afirman no alejarse de la gente. Esto fomenta sus habilidades sociales al tener que relacionarse con otras personas y crear vínculos de amistad. Los cuales en esas edades los ayuda a crecer y a formar su carácter. El 26.7% vuelven a ser

imparciales y el porcentaje restante están de acuerdo con que si se alejan lo que afecta su desarrollo de las habilidades sociales.

Me siento abandonado(a) por mis amigos?
45 respuestas

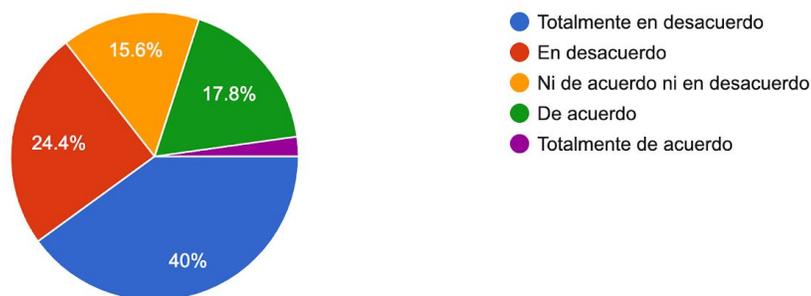


Figura 17

Abandonado

El 64.4% del total están de acuerdo con que no se sienten abandonados por sus amigos. En esta etapa de desarrollo es muy importante crear lazos de amistades de los cuales se sientan seguros de ellos, sepan que tienen el apoyo de sus amigos y que frente a cualquier situación pueden acudir a ellos. 37.8% coinciden en que si se sienten abandonados por sus amigos, todo esto puede mostrar una relación directa en la gráfica anterior de alejarse de sus amigos y la desconfianza en los demás y en sí mismos. Por último el 15.6% del total consideran imparcial este tema.

Se me dificulta hacer amigos?

45 respuestas

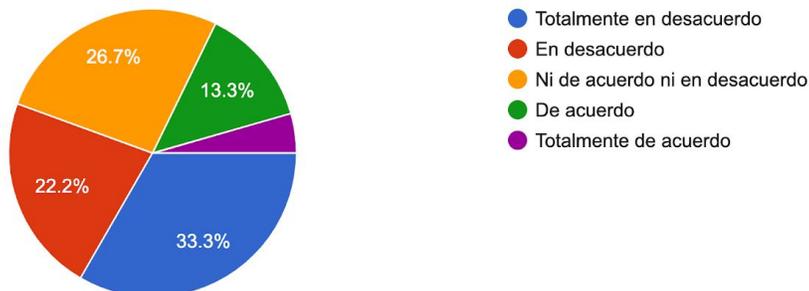


Figura 18

Dificultades para hacer amigos

55.5% de los estudiantes del Colegio San José coinciden en que no tienen dificultades para hacer amigos. Sus habilidades sociales deben ser lo suficientemente fuertes para poder crear vínculos con otras personas y poder relacionarse con ellos. 26.7% son imparciales frente a esta pregunta. Y el 17.8% de los encuestados consideran que se les dificulta hacer amigos. Muestra que sus habilidades sociales necesitan ser fortalecidos para poder crear vínculos de relaciones con los demás.

No me llevo bien con otras personas?

45 respuestas

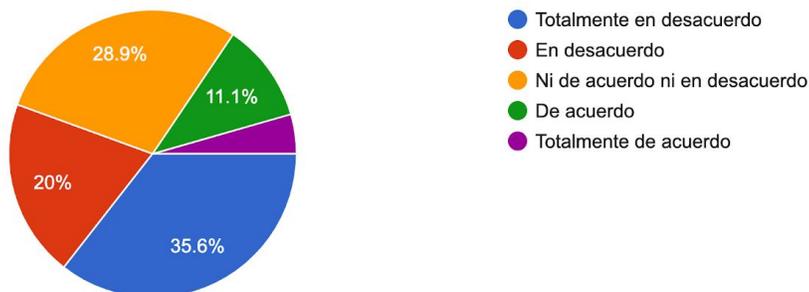


Figura 19

Relación con los demás

Durante esta etapa, las relaciones que se crean son muy importantes para el desarrollo de la personalidad de la persona, sentirse aceptado por los demás es importante para sentirse más seguro de sí mismos. Tener buenas relaciones con las personas fomenta su crecimiento personal y sus habilidades sociales. 55.6% consideran que tiene una buena relación con las demás personas. Una vez más las habilidades sociales son puestas a prueba para garantizar una correcta relación con los demás. Casi el 30% afirman ser imparciales frente a llevarse bien o no con los demás. Por último el porcentaje restante son cocientes de no tener una buena relación con otras personas. En estos casos es importante reforzar las habilidades sociales para mejorar en sus relaciones interpersonales.

6. Conclusiones

Toda la información recopilada anteriormente nos da una vista general del uso que los estudiantes entre los 15-18 años del colegio San Jose le dan a las redes sociales y con toda la información de los estudios ya realizados y todos los resultados se pudieron llegar a las siguientes conclusiones:

Para empezar, al 100% de los encuestados, prefieren un contenido con poco texto, que se basen más en imágenes, colores o cosas gráficas sin necesidad de leer. En promedio se usa aproximadamente entre 3 a 5 horas diarias en las redes sociales. Son conscientes de que el cyberbullying es un problema que hoy en día sigue sucediendo, sin embargo, un porcentaje muy alto de los encuestados no son conscientes si la información que brindan las redes sociales sea verdadera o no.

Con la coyuntura del COVID-19, casi el 50% de los encuestados consideran que el uso de las redes incrementó de manera notoria. Esto puede ser algo beneficioso ya que ayudó a muchos a mejorar sus habilidades sociales al momento de relacionarse con otras personas cuando otras formas de interacción eran inviables por cuestiones de bioseguridad.

Sin embargo, se pudo también observar que muchos de ellos no saben darle un correcto uso a ellas y en este lugar es donde se genera una dependencia a ellas.

Desde la figura 7 hasta la figura 12, todos los porcentajes son muy variados. Estas preguntas estaban enfocadas en lo que cada uno de los encuestados creen de cada uno. Todos los resultados demuestran que en realidad no se enfocan en el saber que sienten ni todo lo que el contenido que ven en redes les genera inconscientemente, sino que muchas veces están pensando más en el que dirán o lo que pensarán si se hace algo o lo otro.

Desde la figura 13 hasta la figura 15, se buscaba identificar las habilidades escolares de cada encuestado. Si consideran que tiene malos hábitos de estudio y facilidad para distraerse. Se puede ver que la mayoría de los estudiantes consideran no tener dificultades de aprendizaje, sin embargo algunos tienden a distraerse con facilidad y otros consideran no tener buenos hábitos de estudio.

Las últimas cuatro figuras, se relacionaba con las habilidades sociales que cada uno tenga y se pudo identificar que la mayoría de los encuestados tiene las habilidades sociales necesarias para poder hacer un buen uso de ellas y no depender de ellas.

6.1 Efectos positivos

Como efectos positivos se pueden identificar los siguientes aspectos:

- Fácil acceso a información de todo el mundo
- Es una forma de mejorar las habilidades sociales al tener que hacer uso de ella para comunicarse.
- Ayuda a generar independencia para saber manejar el contenido que se encuentra en las redes.
- Hace conscientes a los usuarios de la realidad de muchas personas
- Generar un impacto para ayudar al resto cuando tengan problemas. Se podría hacer una referencia a algún tipo de cadena de solidaridad.

6.2 Efectos negativos

Como efectos negativos:

- Se puede generar dependencia de ellas

- Un mal uso puede traer consecuencias negativas, por ejemplo dependencia, problemas en su autoestima, falta de confianza en sí mismos y en la gente, cyberbullying, etc.
- Generar una pérdida de las habilidades sociales. Ya que se centran solo en el como se verá esto sí es publicado, que diran de mi, etc.
- Mal rendimiento académico, por no dar prioridad a las cosas esenciales
- Promover actos de violencia directa o indirecta o cyberbullying.

Con todo este estudio se pueden extraer las consecuencias positivas y negativas. Todo esto se hace para que los estudiantes del Colegio puedan ser conscientes de que un uso adecuado de las redes sociales puede ser muy beneficioso para ellos, pero todo en exceso es malo y puede llegar a ser peligroso su uso inadecuado.

6.3 Pautas para un buen uso de las redes sociales.

- Informarse acerca del tipo de red social que se está utilizando.
- No proporcionar datos personales que no sean necesarios. Como por ejemplo ubicación, dirección, etc.
- Aceptar solicitudes de personas que sean conocidas.
- Leer los términos y condiciones que proporcionen la aplicación que se esté usando.
- No publicar fotos privadas.
- Revisar el tiempo en el cual se ha estado usando la red social. Para lo cual se podría hacer un sencillo cálculo como el siguiente: si la recomendación de sueño para un adolescentes son 8 horas al día y a las actividades escolares se dedica aproximadamente 10 horas entre clases de colegio, tareas y los desplazamientos entre lugares ya se tienen 18 horas del día ocupados. Ahora quedan 6 horas para

realizar otras actividades extracurriculares. Basado en la recopilación de datos de estas 6 horas, entre 3 y 5 horas están siendo utilizadas para redes sociales, lo cual deja poco tiempo para otras actividades. Podría ser recomendable no dedicar más del 50% del tiempo disponible en redes sociales.

- Acudir a ayuda de mayores en caso de presentar alguna situación que no sepa cómo manejar.
- Denunciar las irregularidades que se presenten.

Basado en el trabajo y la investigación realizada y en los datos obtenidos en el Colegio San José, se puede ver que las redes sociales pueden cumplir convertirse en algo positivo ya que permiten crear relaciones, conocer del mundo, resolver problemas que suceden en el entorno y en mejor desarrollo de las habilidades sociales. Por otro lado, se pueden observar consecuencias negativas de su uso, como la dependencia, falta de confianza en sí mismos o cyberbullying. Es importante sacar provecho a las consecuencias positivas y ser consciente de las consecuencias negativas para evitar que esto suceda.

7. Referencias:

Arriagada, J.,(2015). *IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN LA ADOLESCENCIA: ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS*. 1st ed. [ebook] S Jaime Arriagada. Revista Española de Drogodependencia.
https://www.aesed.com/upload/files/vol-37/n-4/v37n4_5.pdf> [Accessed 12 September 2020].

Alonso, P., Rodriguez, Y., M. L., y Carrera, M. (2015). Hábitos de uso en las Redes Sociales de los y las adolescentes: Análisis de género.
file:///Users/danielacespedes/Downloads/Habitos_de_uso_en_las_Red_Sociales_de_los_y_las_.pdf

Andalucía, J. D. (Ed.). (s.f). Guía de formación TIC para padres y madres de adolescentes. Guía de Formación TIC para Padre y Madres de Adolescentes.
<https://www.andaluciaesdigital.es/educarparaproteger/adolescentes/>

Crespo Ramos , S. (2018). *Adolescencia, violencia y redes sociales virtuales: un análisis psicosocial*. Biblioteca Crai Universidad Pablo de
[file:///Users/danielacespedes/Downloads/crespo-ramos-tesis-17-18%20\(1\).pdf](file:///Users/danielacespedes/Downloads/crespo-ramos-tesis-17-18%20(1).pdf)

Echeburúa, E. (2012). *Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes*. Comunicaciones Breves.
https://www.aesed.com/upload/files/vol-37/n-4/v37n4_5.pdf

García, M. (2014). *Finalidad de las redes sociales*. Universidad de Salamanca.
<https://diarium.usal.es/martagd21/2014/03/21/finalidad-de-las-redes-sociales/#:~:text=Existen%20un%20gran%20n%C3%BAmero%20de,%C3%A1nimos%2C%20compartir%20fotos%2C%20etc.>

Heredia, N., & García, E. (2017). *Posibles riesgos del uso de las redes sociales en adolescentes*. Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación. <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.13.2120/pdf>

Levy, S. (2019). *Introducción a los problemas en los adolescentes*. Introducción a Los Problemas En Los Adolescentes. [:https://www.msmanuals.com/es/professional/pediatr%C3%ADa/los-problemas-en-la-adolescencia/introducci%C3%B3n-a-los-problemas-en-los-adolescentes#:~:text=Los%20problemas%20m%C3%A1s%20frecuentes%20entre,que%20incluyen%20lesiones%2C%20consecuencias%20legales%2C](https://www.msmanuals.com/es/professional/pediatr%C3%ADa/los-problemas-en-la-adolescencia/introducci%C3%B3n-a-los-problemas-en-los-adolescentes#:~:text=Los%20problemas%20m%C3%A1s%20frecuentes%20entre,que%20incluyen%20lesiones%2C%20consecuencias%20legales%2C)

Martínez, M. y Sánchez, E. (2016). Construcción de la identidad y uso de redes sociales en adolescentes de 15 años. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 17-23. <file:///Users/Sofi/Downloads/23-Texto%20del%20art%C3%ADculo-190-3-10-20171025.pdf>

Máxima, J. (2019). *10 características de las redes sociales*. Características. <https://www.caracteristicas.co/redes-sociales/>

OMS (s.f) *Desarrollo en la adolescencia*. Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Torres, A. (s.f). *Las 3 etapas de la adolescencia*. Psicología y mente <https://psicologiymente.com/desarrollo/etapas-adolescencia>



COLEGIO
SAN JOSÉ

MONOGRAFÍA 2020 - 2021

www.sanjose.edu.co

Calle 8 Sur # 16c - 35, sector El Bebedero, Cajicá