



Escuela de Psicología.

Tesis para optar al Grado académico de Licenciado/a y Título Profesional de Psicólogo/a.

Uso de las Redes Sociales y Autoconcepto en Adolescentes

Profesor Guía: Juvenal Hernández Covarrubias.

Autoras: Javiera A. Machuca Droguett.

Carol N. Corvalan Celedón.

Pilar S. Moran Quintanilla.

Santiago de Chile, Agosto 2025.

Índice de Contenido

AGRADECIMIENTO.....	3
DEDICATORIA.....	4
RESUMEN.....	5
PALABRAS CLAVES.....	5
ABSTRACT.....	6
Capítulo 1. INTRODUCCIÓN.....	7
Capítulo 2: DELIMITACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
2.1 Justificación del Problema de Investigación.....	10
2.2 Formulación del problema.....	13
2.3 Objetivos.....	15
Capítulo 3: MARCO TEÓRICO.....	16
3.1 Antecedentes de la Investigación.....	16
3.2 Base teórica.....	24
Capítulo 4: MARCO METODOLÓGICO.....	28
4.1 Enfoque De La Investigación.....	28
4.2 Alcance Y Diseño De La Investigación.....	29
4.3 Definición De Variables.....	29
4.3.1 Definición Conceptual.....	29
4.3.2 Definición Operacional.....	30
4.4 Técnicas e instrumentos De Recolección de Datos.....	31
4.5 Población, Muestreo y Muestras.....	32
4.5.1 Caracterización de la población.....	32
4.5.2 Tipo y procedimiento de muestreo.....	32
4.5.3 Caracterización de la muestra.....	33
4.6 Procedimiento de la investigación.....	34
4.7 Plan de análisis/ Técnicas de análisis de datos.....	35
4.8 Aspectos éticos.....	36
4.9 Limitaciones del estudio.....	37
Capítulo 5: ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	38
5.1 Resultados del Cuestionario Socioemocional y Conductual en Adolescentes.....	39
5.2 Análisis de resultados.....	48
Capítulo 6: CONCLUSIONES.....	50
Capítulo 7: BIBLIOGRAFÍA.....	53

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia, amigos y docentes de la Universidad Miguel de Cervantes por su apoyo, amor y orientación durante toda mi formación académica.

A mis compañeras de investigación, cuya colaboración y apoyo fueron fundamentales para esta tesina.

Javiera Machuca Droguett.

Agradezco a la Universidad Miguel de Cervantes y, especialmente, al profesor guía Juvenal Hernández, por su orientación, paciencia y compromiso durante mi formación.

A mi familia, por su amor, comprensión y constante motivación, especialmente en los momentos más exigentes.

A mis amigas, amigos y a quienes aportaron a este logro, gracias por su aliento, apoyo y compañía en este camino.

Carol Corvalan Celedon.

Agradezco a Dios por darme la fe y la guía para alcanzar este sueño.

A mi familia, por enseñarme a ser perseverante y resiliente, y por ser siempre mi fuente de amor y motivación.

A la Universidad Miguel de Cervantes y a sus docentes, por facilitar una modalidad compatible con el trabajo y la familia, principalmente a nuestro profesor guía Juvenal Hernández Covarrubias, por su amor y paciencia para enseñarnos y alentarnos en nuestra tesis. A mis compañeras y compañeros por su apoyo y amistad durante estos años.

Pilar Morán Quintanilla.

DEDICATORIA

A mí familia por el gran apoyo que me han entregado durante estos años para mantener la perseverancia y la fuerza necesaria para enfrentar todos los desafíos que he ido superando a lo largo de esta carrera, así también a mis amigos por los consejos y motivación constante para no desistir, sin ellos este logro no habría sido posible.

Javiera Machuca Droguett.

Dedico esta tesina con profundo amor y gratitud a mi familia, quienes han sido mi pilar fundamental en cada etapa de este camino.

A mis padres, por su apoyo incondicional, por creer en mí incluso cuando yo dudaba.

A mis profesores y compañeros, por ser parte de este proceso de crecimiento académico y personal, y especialmente a mí misma, por no rendirme y continuar, incluso en los momentos más difíciles.

Carol Corvalan Celedon.

Dedico esta tesis a Dios, por ser mi guía y fortaleza en cada paso de mi vida.

A mis padres, por su amor incondicional y sacrificio, que me han enseñado a ser perseverante y resiliente.

A mis hijas, por ser mi fuente de inspiración, motivación, y ser el motivo por el que sigo adelante. A mi esposo, por su amor incondicional y apoyo constante, me ha dado la fuerza para seguir adelante.

Pilar Morán Quintanilla

RESUMEN

Las redes sociales se han consolidado como un espacio clave en la vida de los adolescentes, influyendo en aspectos fundamentales de su desarrollo personal y social. Este estudio examinó cómo el uso de plataformas como Instagram y TikTok impacta la percepción del autoconcepto en jóvenes de 12 a 18 años, analizando diferencias por género, edad y contexto sociocultural.

La investigación abordó cómo las redes sociales afectan el autoconcepto, considerando la frecuencia de uso, los algoritmos que refuerzan estándares idealizados y la influencia del entorno familiar y los pares. Se evidenció que estas plataformas fomentan la comparación social, impactan en el autoconcepto y contribuyen a problemas emocionales como ansiedad y depresión.

El análisis teórico destacó cómo las redes sociales intensifican las presiones hacia ideales de belleza y éxito, con impactos diferenciados entre mujeres y varones adolescentes, reforzados por algoritmos que promueven normas culturales dominantes.

A partir del estudio realizado con estudiantes de la escuela de invierno de villa el cobre, ubicada en la comuna de Renca, se analizaron variables como interacción digital y factores externos influyentes. Las conclusiones plantearon la alfabetización digital como una herramienta clave para mitigar los efectos adversos, fomentando un uso crítico y equilibrado de las redes sociales.

PALABRAS CLAVES

Redes sociales, autoconcepto, adolescentes, autoestima, alfabetización digital

ABSTRACT

Social networks have established themselves as a key space in the lives of adolescents, influencing fundamental aspects of their personal and social development. This study examined how the use of platforms such as Instagram and TikTok impacts the perception of self-concept in young people aged 12 to 18 years, analyzing differences by gender, age and sociocultural context.

The research addressed how social networks affect self-concept, considering the frequency of use, algorithms that reinforce idealized standards, and the influence of the family environment and peers. It was evidenced that these platforms encourage social comparison, impact self-concept, and contribute to emotional problems such as anxiety and depression.

The theoretical analysis highlighted how social networks intensify pressures towards ideals of beauty and success, with differentiated impacts between adolescent females and males, reinforced by algorithms that promote dominant cultural norms.

Based on the study conducted with students from the Villa El Cobre winter School, located in the municipality of Renca, variables such as digital interaction and external influencing factors were analyzed. The conclusions proposed digital literacy as a key tool to mitigate the adverse effects, encouraging a critical and balanced use of social networks.

KEYWORDS

Social networks, self-concept, adolescents, self-esteem, digital literacy.

Capítulo 1. INTRODUCCIÓN

En la última década, el uso de las redes sociales ha crecido de manera exponencial, transformando significativamente la forma en que las personas interactúan, se comunican y, sobre todo, se perciben a sí mismas. Este fenómeno ha tenido una repercusión especial en la adolescencia, una etapa crucial en el desarrollo humano caracterizada por la búsqueda de identidad y la construcción del autoconcepto. La adolescencia, como período de transición entre la infancia y la adultez, es un momento donde los jóvenes son más susceptibles a las influencias sociales y las comparaciones con los demás, procesos que, en el contexto de las redes sociales, pueden verse amplificados.

El autoconcepto es el conjunto de creencias, percepciones y actitudes que una persona tiene sobre sí misma. Este constructo es multidimensional y está influenciado por una variedad de factores, como la familia, los amigos, el entorno social, la cultura y los medios de comunicación. Durante la adolescencia, la construcción de esta identidad es particularmente vulnerable a los cambios rápidos tanto en el entorno físico como en el entorno social. En este sentido, las redes sociales se han convertido en una plataforma fundamental que no solo facilita la interacción entre adolescentes, sino que también influye de manera significativa en su forma de verse a sí mismos (Harter, 2021, pp. 1-46).

Por otra parte, Caro (2021) destaca que, en las interacciones tradicionales cara a cara, “la ‘mirada del otro’ es un factor que puede influir en la conducta y emociones de las personas”, pero en el ámbito de las redes sociales, “los adolescentes pueden evitar esa mirada física y construir identidades Múltiples desde el anonimato” (Caro, 2021, p. 151). Aunque esto proporciona una aparente sensación de libertad, también genera presión para mantener una

identidad digital "perfecta", lo que amplifica la desconexión con la identidad real y afecta el bienestar emocional y el autoconcepto.

Estudios más recientes han demostrado que el impacto de las redes sociales en el autoconcepto adolescente no es homogéneo, sino que varía según factores como género, edad y contexto socioeconómico. Fardouly et al. (2021) encontraron que “las adolescentes, en particular, son más propensas a experimentar una autoevaluación negativa debido a la exposición a comentarios sobre su apariencia” (Fardouly et al., 2021, p. 145).

Por otra parte, los adolescentes varones pueden verse afectados por la presión de cumplir con ideales de masculinidad, como un cuerpo musculoso y estilos de vida dominantes, lo que refleja cómo “la socialización de género y las expectativas culturales influyen en la manera en que los jóvenes internalizan el impacto de las redes sociales” (Fardouly et al., 2021, p. 147).

En la actualidad, se reconoce que las redes sociales tienen una influencia significativa en el autoconcepto de los adolescentes al proporcionar un espacio donde los ideales de éxito se amplifican y normalizan. Según Tiggemann y Slater (2023), “la exposición constante a contenido curado en plataformas como Instagram distorsiona las percepciones de los jóvenes sobre lo que constituye una vida ideal” (p. 457). Esto genera una presión continua para cumplir con estándares a menudo inalcanzables, fomentando una cultura de comparación que puede derivar en baja autoestima y problemas emocionales (Tiggemann & Slater, 2023, p. 459).

Se propone explorar a fondo la relación entre el uso de redes sociales y la formación del autoconcepto en los adolescentes, con énfasis en cómo las interacciones en estas plataformas contribuyen a la aparición de percepciones distorsionadas sobre el éxito y la identidad personal.

En este marco, se analizarán estrategias recientes, como la alfabetización digital, para mitigar los efectos negativos.

Cabe destacar que este estudio, en primera instancia, sería implementado en un establecimiento educacional específico; sin embargo, debido a ajustes metodológicos, no fue posible concretarlo. Por este motivo, la investigación se lleva a cabo en la Escuela de Invierno de la Junta de Vecinos “Villa El Cobre”, ubicada en la comuna de Renca, manteniéndose la misma población objetivo.

Capítulo 2: DELIMITACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Justificación del Problema de Investigación

La presente investigación se justifica debido a la creciente influencia que ejercen las redes sociales sobre el autoconcepto de los adolescentes, población particularmente vulnerable a los efectos del entorno digital. En este estudio se busca analizar el uso de las redes sociales en la construcción del autoconcepto de jóvenes de entre 12 y 18 años, estudiantes de la escuela de invierno perteneciente a la junta de vecinos “Villa El Cobre”, ubicada en la comuna de Renca. El período de investigación abarcó seis meses, desde marzo hasta agosto de 2025. La población seleccionada incorpora tanto usuarios activos de redes sociales como aquellos con exposición moderada o pasiva a estas plataformas, con especial énfasis en los sitios visuales más utilizados por este grupo etario, como Instagram y TikTok, los cuales presentan una fuerte influencia en la manera en que los adolescentes se perciben a sí mismos y construyen su identidad.

Esta investigación resulta pertinente, pues durante la adolescencia la conformación de la identidad personal es un proceso central que incide de manera directa en el autoconcepto, la autoestima, el bienestar emocional y el comportamiento social. Este proceso se ve intensamente moldeado por el entorno digital actual, donde plataformas como Instagram, TikTok y Facebook facilitan dinámicas de comparación social y validación externa. Como señala Harter (2021), “los adolescentes están constantemente redefiniendo su identidad en función de las respuestas que reciben de su entorno social” (p. 15), lo que demuestra la importancia de analizar cómo dichas plataformas contribuyen a los modos de autopercepción.

La literatura existente evidencia que los adolescentes suelen caer en ciclos de comparación social mientras buscan aprobación, midiendo su valor personal a través de indicadores como número de seguidores, comentarios o “me gusta”. Esta dinámica puede contribuir al deterioro de la autoestima y a la aparición de problemas emocionales como ansiedad o depresión. Según Fardouly et al. (2021), “las redes sociales intensifican la comparación social, lo que puede generar una percepción negativa de uno mismo” (p. 144). Asimismo, informes de UNICEF indican que el 54% de los adolescentes ha tenido experiencias negativas en Internet, mientras que el 35% ha sufrido violencia verbal u ofensiva, reflejando la necesidad de nuevas estrategias educativas y legislativas que permitan proteger a esta población en entornos digitales.

Un aspecto especialmente relevante de esta problemática es el papel que cumplen los algoritmos en la exposición a contenido que refuerza narrativas culturales dominantes y expectativas sociales específicas. Investigaciones señalan que la exposición constante a este contenido genera visiones distorsionadas del autoconcepto. Como afirman Tiggemann y Slater (2023), “el contenido algorítmico refuerza narrativas sociales perjudiciales para la percepción personal” (p. 458). Este fenómeno se complejiza aún más al considerar variables externas como la presión de pares o la influencia familiar, factores que pueden moderar o amplificar los efectos de las redes sociales sobre el autoconcepto. Según Harter (2021), “un entorno familiar que fomenta la comunicación abierta y el refuerzo positivo puede contrarrestar los efectos negativos de las redes sociales” (p. 32).

En el contexto latinoamericano, y particularmente en Chile, esta temática adquiere una relevancia adicional debido al alto consumo de redes sociales, las características socioculturales

predominantes y la fuerte presencia de discursos visuales que promueven estándares de éxito, belleza e identidad. Tales factores motivaron la ejecución de esta investigación en un espacio comunitario, donde se articula gran parte de la vida social de los jóvenes y de sus familias. En este sentido, la Junta de Vecinos “Villa El Cobre”—ubicada en la comuna de Renca—proporciona un escenario significativo para el desarrollo del estudio. Esta organización comunitaria fue constituida a mediados de los años 90, en respuesta a demandas barriales surgidas tras el retorno de la democracia en Chile, enfocándose en promover la participación ciudadana, mejorar la calidad de vida e impulsar el desarrollo social local.

Desde su creación, la junta ha impulsado diversas iniciativas comunitarias como talleres, proyectos urbanos y actividades recreativas. Actualmente desarrolla la “Escuela de Invierno”, dirigida a jóvenes de 12 a 18 años, para fortalecer aprendizajes, fomentar el apoyo mutuo y promover la solidaridad en su desarrollo integral. Asimismo, la investigación busca profundizar en las diferencias de impacto según género y edad. La literatura indica que las adolescentes mujeres suelen ser más vulnerables a los efectos negativos de la comparación social. Según Fardouly et al. (2021), estas internalizan de forma distinta las normas sociales, lo que influye en su autoconcepto. En respuesta, la alfabetización digital y la educación en redes sociales se presentan como estrategias clave para mitigar estos efectos (Caro, 2021). Además, organismos internacionales como UNICEF promueven iniciativas orientadas al bienestar psicológico de los adolescentes.

2.2 Formulación del problema

El problema central que se aborda en esta investigación es: ¿Cómo influyen las redes sociales en la formación del autoconcepto en adolescentes de 12 a 18 años, estudiantes de la escuela de invierno “villa el cobre”, ubicada en la comuna de Renca?, donde se desglosa en una Serie de preguntas específicas que guiarán el estudio:

1. ¿Qué relación existe entre la frecuencia de uso de redes sociales y la percepción del propio autoconcepto en adolescentes?
2. ¿De qué manera los algoritmos de redes sociales contribuyen a la exposición a contenidos que refuerzan ciertos ideales y expectativas sociales?
3. ¿Cómo varía la relación de las redes sociales en el autoconcepto según el género y la edad de los adolescentes?
4. ¿Qué papel juegan factores externos, como la influencia de pares y el entorno familiar, en la moderación del impacto de las redes sociales en el autoconcepto?
5. ¿Qué estrategias pueden ser efectivas para mitigar los efectos negativos de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes?

Esta investigación no solo busca identificar la magnitud y las características del impacto de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes, sino también proporcionar una base para desarrollar intervenciones y políticas que protejan a los jóvenes de los efectos nocivos de estas plataformas. Entender cómo las redes sociales influyen en el autoconcepto permite diseñar enfoques para fomentar un uso más crítico y saludable de estas herramientas digitales.

La exposición excesiva a redes sociales está vinculada a diversos problemas de salud mental, tales como depresión, baja autoestima, estrés, fatiga, ansiedad, trastornos del sueño y agotamiento emocional. "El uso excesivo de redes sociales está asociado a una mayor incidencia de ciberbullying, que puede llevar a comportamientos depresivos e incluso al suicidio en algunos adolescentes" (Lacunza, Rodríguez & Pérez, 2022, p. 214). De igual manera, "la baja autoestima es una consecuencia común entre adolescentes que presentan adicción a las redes sociales, afectando el autocpncepto, ya que suelen experimentar aislamiento y una menor interacción física" (Lacunza, Rodríguez & Pérez, 2022, p. 215). Además, la ansiedad es otro de los efectos psicológicos derivados del uso compulsivo de las redes. "Esta adicción puede causar una constante necesidad de estar conectado, lo que afecta la vida cotidiana de los adolescentes, que pierden la noción del tiempo y dejan de lado sus actividades diarias" (Amador, 2021, p. 34).

Finalmente, "los adolescentes, debido a su etapa de desarrollo y los constantes cambios psicológicos, físicos y sociales que atraviesan, son especialmente vulnerables a los efectos negativos de las redes sociales, lo cual representa un riesgo para su bienestar psicológico" (Rodado et al., 2021).

2.3 Objetivos

2.3.1 Objetivo General

Analizar cómo influye el uso de redes sociales en la formación del autoconcepto de adolescentes de 12 a 18 años de la Escuela de Invierno de la Junta de Vecinos “Villa el Cobre”, comuna de Renca, con el objetivo de reconocer los mecanismos asociados y las diferencias por género, a fin de contribuir al diseño de estrategias que mitiguen posibles efectos negativos en su desarrollo personal.

2.3.2 Objetivos Específicos

1. Identificar cómo la frecuencia y tipo de uso de redes sociales impacta en el autoconcepto de los adolescentes.
2. Analizar el rol de los algoritmos en la exposición a estándares de belleza idealizados y su efecto sobre el autoconcepto, diferenciando por género y edad.
3. Investigar cómo factores externos, como la influencia de pares y el entorno familiar, moderan el impacto de las redes sociales en el autoconcepto y proponer estrategias para fomentar un uso más saludable.

Capítulo 3: MARCO TEÓRICO

Las redes sociales nacen como una nueva revolución de comunicación y socialización, donde la interacción social de los seres humanos presenta cambios importantes en la forma de establecer contacto, crear relaciones de amistad, autovalidación y manejar procesos de aprendizaje. Este fenómeno implica la necesidad de analizar nuevos comportamientos sociales que emergen en este contexto.

Estas plataformas de interacción se utilizan como herramientas para responder a las demandas culturales contemporáneas entre las que cabe destacar: la exhibición de la intimidad, la producción de un espectáculo del yo, el consumo de la vida ajena, la mirada del otro, la búsqueda de aprobación, entre otras.

3.1 Antecedentes de la Investigación

3.1.1 La Adolescencia

La adolescencia es un periodo en que los jóvenes comienzan a buscar de forma consciente su propia identidad. El desarrollo adolescente es multifacético, lo que implica cambios tanto a nivel biológicos, cognitivos, afectivos, y sociales, donde participan factores tanto físicos como ambientales tales como familia, educación y el medio sociocultural. En esta etapa del desarrollo es potencialmente crítica ya que existen cambios físicos y psíquicos donde la influencia de su grupo y su capacidad de autonomía son elementales.

De acuerdo con la O.M.S., la adolescencia tiene una duración aproximada de diez años, los cuales se dividen en tres etapas, definidas de la siguiente manera:

- a) Adolescencia Temprana o Pre-Pubertad, 10-14 años.
- b) Adolescencia Media 14-17 años.
- c) Adolescencia Tardía, 17-20 años.

3.1.1.1 Características

Adolescencia temprana

El inicio de la adolescencia se hace evidente con el comienzo de la maduración sexual y con el aceleramiento del crecimiento en peso y talla, todo lo cual concluye en una verdadera metamorfosis corporal, debido a un cambio hormonal, que provoca cambios a nivel físico y en el desarrollo de la capacidad reproductiva.

Adolescencia media

Durante esta etapa, se hacen más evidentes las características sexuales secundarias y los cambios en el cuerpo se dirigen hacia la apariencia adulta. Esta mejora en la armonía del cuerpo ayuda a que la conducta sea más integrada, lo que a su vez reduce la inestabilidad emocional. En esta etapa se manifiesta la búsqueda intencionada de la propia identidad, de individualización y aislamiento del mundo externo.

El enfocarse en su mundo interior hace que el adolescente sea egocéntrico y subjetivo, lo cual es fundamental en esta etapa para construir su identidad. Esta necesidad de sentirse especial y distinto a los demás lleva a que se aleje de grupos grandes de amigos y busque, entre sus pares, amistades más cercanas con quienes pueda identificarse. Se puede afirmar que el cambio más

significativo durante la adolescencia media es el alejamiento emocional de la familia y la conexión más estrecha con los grupos de amigos. Este proceso implica una crisis tanto a nivel personal como familiar.

En este contexto, se trata de una etapa en la que la rebeldía es común. Para el adolescente, rechazar de manera constante lo que dicen sus padres, así como los valores y metas que ellos proponen, y adoptar opiniones y comportamientos diferentes, es una manera de experimentar su independencia. Se espera que, en la etapa de la adolescencia temprana y media, se vaya integrando al sistema social y asumiendo a sí mismo como un miembro de un grupo social.

Adolescencia tardía

En esta etapa los múltiples cambios que ha sufrido el cuerpo del joven se armonizan y adquieren su forma madura. Este equilibrio en el cuerpo y en la forma de expresarse también se refleja en una conducta más armoniosa, una mayor estabilidad emocional y un mejor balance entre lo que se piensa y lo que se siente.

La adolescencia tardía es una fase de fortalecimiento, en donde se produciría la segunda individuación. El adolescente experimentará una formación del yo cualitativamente nueva, que es lo que se ha llamado identidad del yo.

El adolescente comienza a relacionarse más con otras personas, busca amigos que compartan sus intereses, se une a grupos y muestra interés por lo que sucede en la sociedad y la política. Es un periodo en el que el joven se prepara para los roles que tendrá en su vida de adulto.

3.1.1.2 Vulnerabilidad de los adolescentes

"Los adolescentes son un grupo etario particularmente vulnerable al uso de Internet y redes sociales debido a los cambios subjetivos que experimentan durante esta etapa del ciclo vital, donde la construcción de una identidad personal y socialmente validada es fundamental, para el desarrollo de su autoconcepto" (Moreira de Freitas, Taveira y Santos, 2021, p. 604).

Un estudio de Ballesteros Guerra y Picazo Sánchez (2018) revela que *"el 92% de los adolescentes tiene un perfil en redes sociales, donde narran sus historias y buscan validación a través de 'me gusta' y comentarios"*. Esto contribuye a la construcción de una identidad digital que refleja quiénes son o quiénes desearían ser, en un espacio donde los límites entre lo público y lo privado se vuelven difusos (Caro, 2021, p. 150).

Las redes sociales son más que un medio de interacción; constituyen una plataforma clave donde los adolescentes exploran y desarrollan su autoconcepto, es decir, la percepción que tienen de sí mismos en relación con el entorno. A través de estas plataformas, los jóvenes experimentan diferentes roles y ajustan su percepción personal para alinearla con cómo desean ser percibidos socialmente, enfrentando los desafíos de definir su identidad en un entorno digital. Este proceso se refuerza con reacciones, comentarios y validación social, lo que facilita la autoexploración, pero también expone a riesgos como la presión social y comparaciones negativas. Como señala Rodado et al. (2021), *"a través de las redes sociales, los adolescentes exploran diferentes roles, evaluándose visualmente para alinear su narrativa interna con lo que muestran al mundo"*.

En Chile, los riesgos asociados al uso de las redes sociales son evidentes. Según un estudio de Unicef (2021), el 34% de los niños entre 8 y 12 años y el 43% de los adolescentes entre 13 y 17 años han sido objeto de acoso en línea, lo que destaca la importancia de educar a los jóvenes en un uso crítico y consciente de estas herramientas.

3.1.2 Desarrollo de la Identidad

La noción de identidad se encuentra en un espacio intermedio entre las identificaciones individuales y grupales. Se basa en sentirse como una persona única y al mismo tiempo estar conectado con el contexto social, siendo reconocido por el sujeto como parte de algo más grande. La identidad se va construyendo a lo largo de etapas, integrando diferentes sentimientos y experiencias que van dejando su huella en la persona. Erikson menciona que este proceso implica la integración de un sentido de autodifusión temporal en una autodefinición y en un reconocimiento social renovado (Erikson, 1968, p. 22). Desde esta perspectiva, la identidad nunca es estática ni definitiva, ya que está constantemente evolucionando debido a la naturaleza cambiante del contexto en el que se forma y las crisis de identidad que los individuos enfrentan inevitablemente. *La formación de la identidad comienza donde termina la utilidad de la identificación. Surge del rechazo selectivo y de la asimilación mutua de las identificaciones infantiles y de su absorción en una nueva configuración que, a su vez, depende del proceso por el cual una sociedad (con frecuencia por medio de subsociedades) identifica al joven, reconociéndolo como alguien que tenía que convertirse en lo que es y a quien, por ser lo que es, lo reconoce. (Erikson, 1971 [1956]: 130).*

Coleman y Hendry (2003) resaltan que la pubertad puede tener un impacto significativo en la formación de la identidad. Destacan que desarrollar una identidad implica tener una sensación de existencia separada, una coherencia personal y un conocimiento sólido de cómo nos perciben los demás, aspectos que pueden ser afectados por los cambios físicos durante la pubertad, lo cual se convierte en un desafío para la adaptación de la mayoría de los jóvenes. Además de las experiencias y conflictos típicos de la adolescencia, hoy en día se agregan las interacciones en pantalla, tanto con personas conocidas como desconocidas. Estas interacciones virtuales, que suelen ser intensas y constantes, podrían mantener a los jóvenes en constante desequilibrio, llevando al individuo a buscar el significado en cada experiencia en línea.

3.1.2.1 Distinción entre autoconcepto y autoestima

El autoconcepto es la percepción que una persona tiene de sí misma, e incluye sus características, habilidades, valores y cómo se relaciona con su entorno, influenciado por las experiencias personales y el contexto social en el que se encuentra. El proceso se desarrolla mediante interacciones sociales y comparaciones, facilitando su evolución y el crecimiento psicológico y emocional del individuo (Pérez, 2022).

La autoestima es la valoración personal que cada individuo tiene de sí mismo, influida por creencias, emociones y experiencias previas. De acuerdo con Giraldo y Holguín (2017), se compone de un aspecto subjetivo “la percepción interna” y otro objetivo, relacionado con la valoración que proviene de los demás, lo que afecta la capacidad de enfrentar desafíos y adaptarse a los cambios.

3.1.3 Influencia del entorno y las redes sociales en los adolescentes

Las redes sociales son plataformas en línea que permiten a las personas conectarse, interactuar y comunicarse con otras personas a través de Internet, facilitan la creación de perfiles personales o empresariales, donde los usuarios pueden compartir información, fotos, videos, mensajes y otros tipos de contenido con su red de amigos, seguidores o contactos.

Según Gardner y Davis, los nativos digitales son personas que han crecido rodeadas de tecnología actual, tanto en hardware como en software, lo que implica haber nacido durante el auge tecnológico.

Sobre identidad digital, "En la era digital, la identidad se construye a través de lo que los individuos eligen compartir en línea, creando una 'identidad prefabricada' que refleja aspectos deseables de su persona, ajustados a las normas y expectativas sociales del entorno digital" (Gardner & Davis, 2020, p. 22).

Sobre intimidad en las relaciones digitales, "La intimidad se refiere a la capacidad de formar conexiones profundas, especialmente en relaciones cercanas como las de pareja, y cómo estos vínculos se gestionan y se mantienen a través de plataformas digitales" (Gardner & Davis, 2020, p. 22). Sobre creatividad en el uso de redes sociales por los jóvenes, "Los jóvenes utilizan las redes sociales como una herramienta para expandir sus conocimientos, enriquecer sus habilidades cognitivas y emocionales, y pensar de manera no convencional en la creación de contenido y la interacción con los demás" (Gardner & Davis, 2020, p. 22).

3.1.3.1 Influencia de las redes en el autoconcepto

Las redes sociales desempeñan un papel fundamental en la construcción de la identidad y el bienestar emocional de los adolescentes. Según Morán-Pallero y Felipe-Castaño (2021), *“las redes sociales permiten a los adolescentes experimentar con un autoconcepto diferente, que influye sobre sus afectos”* (p. 620). Su estudio encontró que aquellos adolescentes que presentan incongruencias entre su identidad en línea y fuera de línea reportan mayores niveles de bienestar emocional, lo que resalta el potencial de estas plataformas como espacios de exploración identitaria.

Por otra parte, el uso de redes sociales influye significativamente en la autoestima de los jóvenes. Gesto (2023) indica que *“la búsqueda de validación a través de likes y comentarios puede fomentar sentimientos de aceptación y pertenencia, aunque también incrementa riesgos como la dependencia emocional y la exposición a situaciones de cyberacoso”*. Esto subraya la necesidad de un manejo saludable de estas plataformas, ya que los adolescentes suelen depender de las interacciones digitales para reforzar su identidad social.

Finalmente, la conexión emocional con las redes y el deseo de popularidad pueden impulsar la creación de un "yo ideal" en las redes sociales, generando tensiones en la autoimagen de los adolescentes. Según Antón-Cuadrado y Levratto (2021), *“las redes sociales, además de ofrecer oportunidades para el desarrollo personal, imponen presiones relacionadas con ideales de belleza y comportamientos predefinidos”* (p. 18). Estas plataformas presentan tanto oportunidades como riesgos, lo que refuerza la importancia de promover un uso consciente y crítico en esta etapa clave del desarrollo.

3.2 Base teórica

3.2.1 Teorías psicológicas relevantes

- Teoría de la Comparación Social: Sostiene que las personas se evalúan a sí mismas mediante la comparación con los demás, especialmente cuando presentan dudas o inseguridad. Al observar las habilidades y opiniones de otros, buscan similitudes o diferencias que les permitan orientarse, disminuir la incertidumbre y mantener equilibrio personal. Este proceso favorece la evaluación del propio pensamiento y desempeño, fortaleciendo el autoconcepto y contribuyendo a mejorar el rendimiento (Festinger, 1954).
- Teoría del Aprendizaje Social: Propone que las personas aprenden observando a otros, incorporando no solo los estímulos externos, sino también procesos internos como pensamientos, emociones y creencias personales. Este tipo de aprendizaje implica reflexión, anticipación de consecuencias y autoevaluación, ya que el individuo analiza lo que observa y decide si lo imitará o no. Además, se ve influido por factores personales como la motivación, la atención, la memoria y la capacidad para reproducir las conductas observadas en figuras de su entorno, tales como padres, profesores, amigos o personajes mediáticos (Albert Bandura, 1986).
- Teoría de la Auto Discrepancia: Según la Teoría de la Auto discrepancia de Higgins, existen tres aspectos clave del yo: el "Yo real", el "Yo ideal" y el "Yo debería". El "Yo real" se refiere a cómo una persona se ve a sí misma actualmente, basándose en lo que ella y las personas cercanas piensan que tiene. Por otro lado, el "Yo ideal"

representa lo que una persona desea ser o lo que cree que otros desean que sea. Finalmente, el "Yo debería" se refiere a las características que se considera que debería tener, siguiendo las expectativas que otros imponen.

- Teoría del Procesamiento de la Información: La Teoría del Procesamiento de la Información (TPI) concibe la mente humana como un sistema computacional que codifica, almacena y recupera información. Esta perspectiva ha sido fundamental para entender cómo pensamos, aprendemos y resolvemos problemas. La TPI se ha aplicado a diversos campos, desde la psicología cognitiva hasta la inteligencia artificial.
- Teoría de la Autoafirmación: La Teoría de la Autoafirmación propone que las personas tienen una fuerte necesidad de mantener una imagen positiva de sí mismas. Cuando esta imagen se ve amenazada, las personas buscan reafirmar otros aspectos de su identidad para proteger su autoestima. Esta teoría ha sido útil para entender cómo respondemos a situaciones estresantes y cómo podemos fomentar la resiliencia.
- Modelo de la Vulnerabilidad – Estrés: El Modelo sugiere que la aparición de un trastorno psicológico depende de una interacción entre factores de vulnerabilidad (predisposición genética, experiencias traumáticas) y factores estresantes (eventos de vida difíciles). Este modelo ha sido ampliamente utilizado para entender los trastornos de ansiedad y depresión.

3.2.2 Impacto de las redes sociales sobre autoconcepto en los adolescentes

- Adicciones a las redes sociales y sus causas: El uso excesivo de redes sociales puede deberse a diversos factores. Según Alarcón y Salas (2022), “la adicción puede originarse por el trabajo, los estudios, las amistades y la búsqueda constante de información” (p. 45). Salazar et al. (2021) señalan que *“el desarrollo de internet ha transformado la vida cotidiana, facilitando el acceso a plataformas digitales que fomentan la dependencia”* (p. 89). Además, Cervantes y Chaparro (2021) destacan que *“los adolescentes provenientes de entornos familiares disfuncionales, donde hay poca armonía y afecto, son más propensos a esta adicción”* (p. 112). Jasso et al. (2017) refuerzan esta idea, afirmando que *“la fácil accesibilidad a dispositivos móviles e internet ha incrementado el riesgo de adicción en los jóvenes”* (p. 67).
- Consecuencias psicológicas del uso excesivo de las redes sociales: El uso excesivo de redes sociales puede provocar serios problemas psicológicos. Según Lacunza et al. (2019), *“la depresión puede estar vinculada al ciberbullying, ya que las víctimas suelen desarrollar conductas depresivas e incluso ideas suicidas”* (p. 140). Klimenko et al. (2021) afirman que *“la baja autoestima está relacionada con el aislamiento y la falta de interacciones físicas en estudiantes adictos a las redes”* (p. 88). En esta línea, Moreira de Freitas et al. (2021) señalan que *“el ciberbullying también afecta a aquellos con baja autoestima, fomentando actitudes hostiles y un deterioro emocional”* (p. 75). Amador (2021) añade que *“la ansiedad en los estudiantes se dispara debido a la necesidad constante de estar conectados, lo que interfiere en*

sus actividades diarias” (p. 98). Finalmente, Rodado et al. (2021) subrayan que “los estudiantes, en una etapa de cambios psicológicos y sociales, son especialmente vulnerables al impacto negativo de las agresiones en línea” (p. 47).

- Consecuencias que presentan los jóvenes con adicción a las redes sociales: Los jóvenes adictos a las redes sociales enfrentan problemas en diferentes aspectos de su vida. Chalco et al. (2016) afirman que *“la falta de autocontrol lleva a estos jóvenes a priorizar gratificaciones inmediatas, descuidando su salud y su higiene personal”* (p. 23). Mendoza (2018) observa que *“los estudiantes adictos tienen un rendimiento académico inferior debido a la falta de concentración”* (p. 56). Ochoa y Barragán (2022) aseguran que *“cada vez más estudiantes optan por hacer amigos en redes sociales, reflejando un cambio en las dinámicas sociales”* (p. 34). Además, Yepes y Rojas (2022) advierten sobre los riesgos asociados, señalando que *“comportamientos como el FOMO, el Phubbing y la adicción a la pornografía son cada vez más frecuentes en estos casos”* .

Capítulo 4: MARCO METODOLÓGICO

4.1 Enfoque De La Investigación

El enfoque de esta investigación es mixto, ya que combina técnicas cuantitativas y cualitativas para obtener una comprensión más profunda de las relaciones y efectos entre el uso de redes sociales y el autoconcepto en adolescentes. El componente cuantitativo se enfoca en identificar y medir las variables relacionadas con la frecuencia y tipo de uso de redes sociales, así como su impacto en el autoconcepto de los adolescentes. Se utilizarán cuestionarios estructurados y escalas de medición para obtener datos estadísticos que permitan analizar correlaciones entre el uso de redes sociales y el autoconcepto, considerando variables como el género, la edad y otros factores contextuales.

Por otro lado, el componente cualitativo se centrará en explorar de manera más profunda las percepciones y experiencias de los adolescentes respecto al uso de redes sociales y cómo estos influyen su identidad y autoconcepto. A través de entrevistas semi-estructuradas o grupos focales, se buscará comprender los significados subjetivos y personales que los adolescentes asignan a su interacción con las redes sociales. Este enfoque cualitativo complementará el análisis cuantitativo, proporcionando contexto y profundidad a los resultados numéricos.

El diseño de la investigación es descriptivo-correlacional, ya que no solo se pretende describir las características del uso de las redes sociales, sino también explorar las posibles correlaciones entre las variables mencionadas, apoyándose en teorías psicológicas como la teoría de la comparación social (Festinger, 1954) y el aprendizaje social (Bandura, 1977).

4.2 Alcance Y Diseño De La Investigación

El alcance de esta investigación es **exploratorio y descriptivo**, ya que se centra en estudiar cómo el uso de redes sociales afecta el autoconcepto de los adolescentes, específicamente en un contexto escolar determinado (escuela de invierno “villa el cobre, comuna de Renca), sin manipular las variables. El **diseño transversal** se empleará para recoger datos en un solo momento, lo que permitirá observar la relación entre las variables sin intervención directa en los participantes. La investigación tiene un enfoque **no experimental**, ya que no se realizarán experimentos controlados, sino que se recopilarán datos a través de encuestas y cuestionarios para obtener información de los adolescentes sobre su uso de redes sociales y la percepción de su autoconcepto.

4.3 Definición De Variables

4.3.1 Definición Conceptual

Redes sociales: Plataformas digitales que permiten la interacción entre usuarios, facilitando la creación y el intercambio de contenido (fotos, videos, mensajes) entre personas, ya sea de manera pública o privada. Ejemplos incluyen Facebook, Instagram, TikTok y Twitter (Gardner & Davis, 2020).

Autoconcepto: Es la percepción que un individuo tiene de sí mismo, que se forma a través de experiencias sociales, autorreflexión y la interacción con el entorno. En esta investigación, el autoconcepto se refiere a cómo los adolescentes se ven a sí mismos en relación con las expectativas sociales y la imagen de ellos que muestran en las redes sociales (Pérez, 2022).

Autoestima: Es la valoración afectiva de una persona que tiene de sí misma, influenciada por sus creencias, experiencias pasadas y las opiniones de los demás. La autoestima se desarrolla y modifica a lo largo del tiempo, siendo particularmente susceptible en la adolescencia debido a la búsqueda de identidad (Giraldo & Holguín, 2017).

4.3.2 Definición Operacional

Redes sociales: Se mide en términos de la frecuencia de uso (número de horas diarias o semanales) y el tipo de interacción (observación pasiva, publicación de contenido, interacción con amigos o desconocidos). Se utilizó un cuestionario con preguntas de escala Likert sobre el uso de plataformas sociales .

Autoconcepto: El autoconcepto se evaluó mediante el Self-Description Questionnaire II (SDQ-II), un instrumento de autoevaluación compuesto por ítems tipo Likert, en el cual los adolescentes indican su grado de acuerdo con diversas afirmaciones relacionadas con distintas dimensiones del autoconcepto, tales como la identidad social, la imagen corporal y la percepción de aceptación o rechazo en el entorno escolar y social. El SDQ-II utiliza una escala tipo Likert de seis puntos, donde 1 corresponde a “totalmente falso” y 6 a “totalmente verdadero”, siendo 1 el puntaje mínimo y 6 el máximo por ítem. Los puntajes de cada dimensión se obtienen a partir de la suma de los ítems correspondientes, donde valores más altos indican una percepción más positiva del autoconcepto, mientras que valores más bajos reflejan mayores dificultades en esta área.

Autoestima: Se refiere al nivel de autovaloración que una persona presenta, evaluado mediante instrumentos estandarizados.

4.4 Técnicas e instrumentos De Recolección de Datos

Para la investigación propuesta sobre la influencia del uso de redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes, se recomienda utilizar una combinación de técnicas cuantitativas y cualitativas. A continuación, se detalla el instrumento utilizado, junto con su validez y confiabilidad:

Encuestas/cuestionarios

Se aplicarán encuestas estructuradas que incluyan preguntas cerradas y escalas Likert, las cuales permitirán medir tanto la frecuencia de uso de redes sociales como el impacto de este uso en el autoconcepto de los adolescentes. Para la medición del autoconcepto, se utilizará el Self-Description Questionnaire II (SDQ-II), desarrollado por Herbert W. Marsh (1990) y posteriormente estandarizado en diversas poblaciones. El SDQ-II ha demostrado validez de constructo y concurrente en diversas poblaciones adolescentes, mientras que su confiabilidad ha sido probada mediante el alpha de Cronbach, obteniendo coeficientes superiores a 0.80, lo que garantiza una alta consistencia interna (Marsh, 1990).

Entrevistas semiestructuradas

Además de las encuestas, se realizó una entrevista semiestructurada con una muestra de adolescentes. Este enfoque cualitativo permitirá profundizar en las percepciones sobre el uso de redes sociales y su influencia en el autoconcepto. La entrevista semiestructurada permite profundizar en los datos al facilitar la exploración de las experiencias y percepciones de los participantes (Cohen & Crabtree, 2006), mientras que la confiabilidad se fortalece mediante la triangulación de los resultados de las entrevistas y las encuestas.

4.5 Población, Muestreo y Muestras.

4.5.1 Caracterización de la población

La población objetivo de este estudio está compuesta por 25 adolescentes de entre 12 y 18 años, de ambos géneros, que asisten a la escuela de invierno Villa el Cobre, comuna de Renca. Este grupo es representativo de adolescentes de clase media y media-baja, caracterizados por una alta presencia en redes sociales, lo que ofrece una oportunidad para estudiar su influencia en el autoconcepto.

4.5.2 Tipo y procedimiento de muestreo

El muestreo será probabilístico estratificado. Se segmenta a los adolescentes por grupos de edad (12-14 años, 15-16 años, 17-18 años) y género (masculino, femenino) para asegurar que se recogen diferentes perspectivas en función de estos factores demográficos. Se eligió aleatoriamente un número proporcional de estudiantes de cada estrato para obtener una muestra representativa de la población en la escuela de invierno. Este tipo de muestreo es adecuado para garantizar que se consideren las diferencias de género y edad en los resultados de la investigación, lo que es fundamental dado que la influencia de las redes sociales en el autoconcepto puede variar dependiendo de estos factores (Marsh, 1992; Gesto, 2023).

4.5.3 Caracterización de la muestra

Para conformar la muestra, se seleccionó una cantidad necesaria mediante un muestreo estratificado con los siguientes criterios de inclusión: (a) tener entre 12 y 18 años, (b) ser estudiante de escuela de invierno villa el cobre, comuna de Renca, y (c) usar activamente redes sociales. Se buscó una proporción equitativa de género para capturar diferencias relevantes. La muestra incluyó adolescentes de diferentes edades, abarcando los tres rangos de edad (temprana, media y tardía).

Rangos etarios de adolescencia	Género		Nivel Académico	Total Estudiantes
	Femenino	Masculino		
Temprana (12 a 14 años)	5	4	7° básico a 1° medio	9
Media (15 a 16 años)	5	3	1° medio a 2° medio	8
Tardía (17 y 18 años)	5	3	3° medio a 4° medio	8
Totales	15	10		25

Características de la muestra.

- Tamaño total: 25 estudiantes.
- Femenino: 15
- Masculino: 10
- Rango etario: 12 a 18 años.
- Media de edad: Aproximadamente 15,7 años. [Adolescencia Media.]

4.6 Procedimiento de la investigación

Para el desarrollo de esta investigación se estableció un proceso metodológico que permitió abordar de manera adecuada los objetivos planteados. En primera instancia, se definió la población objetivo, correspondiente a adolescentes de entre 12 y 18 años pertenecientes a la Escuela de Invierno de la Junta de Vecinos “Villa El Cobre”, comuna de Renca. Asimismo, se seleccionaron las técnicas de recolección de datos, combinando métodos cuantitativos y cualitativos acordes con la naturaleza del estudio. Posteriormente, se gestionó la autorización institucional y se proporcionó información detallada a padres, tutores y participantes acerca de los propósitos del estudio, procedimientos y posibles riesgos. Para garantizar la participación voluntaria, se obtuvo el consentimiento informado de los padres o tutores y el asentimiento de los adolescentes.

El muestreo fue de tipo probabilístico, estratificado por edad y género, obteniéndose una muestra total de 25 estudiantes seleccionados aleatoriamente. Para la recolección de datos se aplicó el **Self-Description Questionnaire II (SDQ-II)**, instrumento destinado a evaluar el autoconcepto en adolescentes, el cual fue administrado bajo la supervisión del equipo investigador y en condiciones adecuadas para resguardar la confidencialidad de los participantes.

Luego, se realizaron entrevistas semiestructuradas a un subgrupo de participantes para profundizar en sus percepciones sobre el uso de redes sociales y su influencia en el autoconcepto, las cuales se efectuaron en espacios privados con la autorización correspondiente.

Finalmente, los datos cuantitativos fueron organizados y tabulados, mientras que la información cualitativa fue transcrita y sometida a un proceso inicial de codificación, con el fin de preparar el material para su posterior análisis. Estas acciones permitirán contar con los insumos necesarios para identificar, en una etapa posterior, patrones y temas relevantes relacionados con las experiencias de los adolescentes frente al uso de redes sociales y su autoconcepto.

4.7 Plan de análisis/ Técnicas de análisis de datos

Para abordar los objetivos planteados en la investigación, se utilizaron diversas técnicas de análisis de datos que permitieron evaluar el impacto del uso de las redes sociales sobre el autoconcepto en adolescentes. El análisis se realizó en dos fases principales, empleando técnicas cuantitativas y cualitativas.

Análisis cuantitativo

Se emplearon entrevistas y encuestas semi-estructuradas para recolectar datos sobre la frecuencia y el tipo de uso de redes sociales, así como sobre las percepciones de los adolescentes sobre su autoconcepto. Las respuestas se analizaron utilizando herramientas estadísticas descriptivas y de correlación, como la regresión lineal y el análisis de varianza (ANOVA), para determinar las relaciones entre el uso de las redes sociales y las variables psicológicas de los adolescentes. Este enfoque permitió evaluar patrones de comportamiento, variaciones por género, edad, y las diferencias en el impacto del uso de las redes sociales en función de estos factores.

Análisis cualitativo

El análisis se realizó a partir de la administración del cuestionario SDQ-II, aplicado a los adolescentes participantes del estudio. A partir de los resultados obtenidos, se indagó en las percepciones de los adolescentes respecto a su identidad digital y la influencia de las redes sociales en su autoconcepto. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis interpretativo de las respuestas con el objetivo de identificar temas y patrones recurrentes, poniendo énfasis en la forma en que los adolescentes construyen y validan su identidad en redes sociales, así como en los efectos emocionales asociados a esta dinámica.

Esto se complementó con técnicas de codificación abierta para facilitar la identificación de tendencias, preocupaciones y reflexiones más personales, particularmente sobre el impacto de las redes sociales en su desarrollo emocional y social.

4.8 Aspectos éticos

El diseño de la investigación tuvo en cuenta los principios éticos fundamentales para la investigación en psicología y sociología, con especial énfasis en el bienestar y la seguridad de los participantes:

Todos los participantes, adolescentes de 12 a 18 años, serán informados sobre los objetivos y procedimientos de la investigación, los riesgos potenciales, y el uso de sus datos. Se les pidió a ellos y a sus padres o tutores legales que proporcionen su consentimiento informado por escrito antes de participar en el estudio. La identidad de los participantes es estrictamente confidencial. Los datos recolectados fueron codificados y almacenados de manera segura, de modo que no se

pueda identificar los nombres de los alumnos en los resultados. Solo el equipo de investigación tendrá acceso a la información personal.

La investigación no expondrá a los participantes a situaciones que puedan generar malestar psicológico. En caso de que alguno de los adolescentes exprese incomodidad o sufrimiento emocional durante las entrevistas o encuestas, se les proporcionará apoyo o, si es necesario, orientación profesional.

4.9 Limitaciones del estudio

Al realizar un estudio sobre el impacto de las redes sociales en el autoconcepto de los adolescentes, existen algunas limitaciones que deben ser consideradas:

El estudio se centró en adolescentes de la escuela de invierno “villa el cobre” comuna de Renca, lo que limita la capacidad de generalizar los resultados a otros grupos de adolescentes en diferentes contextos socioculturales. Los resultados podrían ser específicos a las características particulares de esta población.

Las encuestas y entrevistas se basaron en autoinformes, lo que pudo generar sesgos de respuesta, como la deseabilidad social o una limitada conciencia de los adolescentes sobre el impacto de las redes sociales en su autoconcepto, afectando la precisión de los resultados.

El entorno de las redes sociales es muy dinámico, con nuevas plataformas y cambios en los algoritmos y tendencias que pueden influir en los comportamientos de los adolescentes. Esto puede hacer que los resultados del estudio no sean completamente representativos de futuros contextos tecnológicos.

Capítulo 5: ANÁLISIS DE RESULTADOS

El trabajo aborda un tema relevante y actual que analiza cómo las redes sociales influyen en el autoconcepto de los adolescentes. El estudio cuenta con un enfoque sólido que aporta significativamente a la comprensión de este fenómeno. La importancia del tema radica en que las redes sociales son hoy un factor clave en la construcción de identidad durante la adolescencia, lo que hace necesario estudiar su impacto en el desarrollo personal y emocional de los jóvenes.

El marco teórico está fundamentado, ya que explica mecanismos como la comparación social, la validación externa y la creación del "yo ideal", los cuales ayudan a entender cómo estas plataformas afectan al autoconcepto. El enfoque metodológico mixto es adecuado, ya que permite analizar datos cuantitativos y obtener perspectivas subjetivas. Además, la segmentación por género y edad enriquecerá el análisis de las experiencias adolescentes.

Entre las principales limitaciones destacan el uso de **autoinformes**, es decir, instrumentos como encuestas y entrevistas donde los propios adolescentes describen sus experiencias, lo que puede generar sesgos. Además, la **muestra acotada** limita la posibilidad de generalizar los resultados. El estudio subraya la necesidad de fomentar la alfabetización digital para promover un uso más consciente de las redes, lo que puede ayudar a reducir riesgos como la ansiedad o la baja autoestima en el autoconcepto. Pese a estas limitaciones, la investigación ofrece una visión profunda sobre los efectos de las redes sociales, considerando factores como género, edad y contexto, útil para la teoría y para intervenciones educativas y sociales.

5.1.- Resultados del Cuestionario Socioemocional y Conductual en Adolescentes.

El cuestionario SDQ-II (Self-Description Questionnaire II), desarrollado por Herbert W. Marsh (1990), tuvo como propósito explorar el autoconcepto en adolescentes. Este instrumento evalúa cómo los jóvenes se perciben a sí mismos en distintas áreas de su vida, considerando aspectos sociales, emocionales, académicos y físicos. Las respuestas se organizaron en tres niveles: “Absolutamente cierto”, “Un tanto cierto” y “No es cierto”.

Categorías evaluadas.

El cuestionario abarca las siguientes dimensiones, agrupadas en categorías para el análisis:

A. Comportamiento Prosocial (p. ej., empatía, compartir, ayudar, tratar bien a otros).

B. Problemas de Conducta (p. ej., rabietas, mentir, robar, pelear).

C. Problemas Emocionales (p. ej., miedos, tristeza, preocupaciones, somatización).

D. Déficit de Atención / Hiperactividad (TDAH) (p. ej., inquietud, distracción, movimiento constante).

E. Habilidades sociales e integración (amistades, aceptación por pares, obediencia, relación con adultos).

Resultados por categoría.

A. Comportamiento Prosocial

- Más del 80% de los estudiantes respondieron "Absolutamente cierto" o "Un tanto cierto" cuando se les preguntó si ayudan a otros o si piensan antes de actuar.
- El 100% indicó que tienen al menos un buen amigo/a.

- Alto nivel de empatía: mayoría se preocupa por los sentimientos y necesidades de otros.
- Estos resultados corresponden a la Escala Prosocial, cuyos ítems se encuentran detallados en el Anexo 2.

B. Problemas de Conducta

- Rabietas, peleas o mal genio: aproximadamente el 30% presentó alguna frecuencia de estas conductas (“Un tanto cierto” o “Absolutamente cierto”).
- Mentiras o engaños: un 24% reconoció esta conducta.
- Robo: solo el 8% indicó “Un tanto cierto” o más.
- Se observa que estos comportamientos no son predominantes en la muestra, pues fueron reportados por menos del 50 % de los participantes.

C. Problemas Emocionales

- Preocupaciones e inquietud: más del 60% indicó estar “Un tanto” o “Absolutamente” preocupados frecuentemente.
- Tristeza/desánimo: presente en un 40%.
- Somatización (dolores de cabeza, estómago, náuseas): se da en un 32%.
- Miedos frecuentes: reportados por un 28%.

D. TDAH – Inquietud / Distracción

- Inquietud o hiperactividad: 88% presenta en algún grado (“Un tanto” o “Absolutamente”).
- Se mueve constantemente: más del 75% reporta esta conducta.
- Fácil distracción: cerca del 60% refiere dificultades de concentración.

E. Habilidades Sociales

- Obediencia a adultos: 76% se consideran obedientes.
- Aceptación por pares: el 84% afirma caer bien a otros niños/as.
- Relación preferente con adultos: menos del 20%, lo que indica buena integración con pares.

La muestra presenta un perfil mayormente adaptativo, con altos niveles de conducta prosocial, buenas relaciones de amistad e integración entre pares. Las conductas problemáticas no son predominantes, ya que menos de la mitad reporta dificultades como rabietas, mentiras o robo. Sin embargo, se observan desafíos en el ámbito emocional, especialmente preocupación frecuente, así como presencia de inquietud e inatención en una proporción importante de estudiantes. En conjunto, se evidencian fortalezas sociales y un autoconcepto mayoritariamente positivo, junto con necesidades de apoyo en la gestión emocional y en aspectos vinculados a la concentración e inquietud.

Análisis por género de los resultados anteriores (resumen cualitativo).

Femenino: Presentan mayores niveles de expresión emocional, ayuda a otros y empatía. También se detecta mayor tendencia a expresar preocupaciones y síntomas somáticos.

Masculino: Mayor presencia de inquietud e impulsividad, con menor manifestación de preocupaciones. Algunos presentan indicadores conductuales como rabietas o peleas, pero no en niveles críticos.

Tabla comparativa (Puntuaciones del Test SDQ II)

Rango etario	síntomas emocionales	problemas conductuales	hiperactividad	problemas con compañeros
12-14	32	18	42	21
15-16	19	14	27	17
17-18	37	22	48	30

Tabla 1: Tabla Comparativa en base a las puntuaciones del Test SDQ

Observaciones:

Al analizar las puntuaciones del test SDQ II (Cuestionario que mide el autoconcepto en adolescentes), se puede observar y comparar cómo se reflejan diferentes escalas de síntomas emocionales y de comportamiento a lo largo de las edades 12-14, 15-16 y 17-18 años.

1. Escala de Síntomas Emocionales

Como se observa en la escala de síntomas emocionales, los adolescentes de entre 15 y 16 años presentan una media menor de síntomas emocionales en comparación con los otros grupos etarios. Este resultado podría indicar una fase de mayor adaptación emocional durante esta etapa del desarrollo, posiblemente asociada a procesos de maduración biológica y emocional más asentados. En contraste, los grupos de 12 a 14 años y de 17 a 18 años presentan mayores niveles de síntomas emocionales, lo que sugiere que las transiciones propias del inicio de la adolescencia y del acercamiento a la adultez implican retos emocionales más significativos. Estas etapas suelen estar marcadas por cambios biológicos, psicológicos y sociales que pueden incrementar la vulnerabilidad emocional, además de influir factores individuales que modulan la experiencia emocional de cada adolescente.

2. Escala de Problemas Conductuales

En la escala de problemas conductuales se observa un aumento significativo en el grupo de adolescentes de 17 a 18 años. Esta escala evalúa conductas disruptivas, dificultades en el control de impulsos y conflictos con normas y figuras de autoridad. El incremento en este grupo etario podría asociarse a mayores exigencias y presiones propias de la transición hacia la adultez, lo que puede manifestarse en dificultades en la regulación del comportamiento.

3. Escala de Hiperactividad, búsqueda de identidad hormonal.

La puntuación es alta en el grupo de 12-14 años, baja en el grupo de 15-16 años, y sube nuevamente en el grupo de 17-18 años. Esto podría indicar que los adolescentes más jóvenes están enérgicos y activos, pero que esta energía puede ser reprimida o gestionada mejor a los 15-16 años. Sin embargo, la hiperactividad puede surgir en adolescentes medios y tardíos, asociada a presiones académicas o sociales.

4. Escala de Problemas con Compañeros

Los problemas con compañeros parecen ser más pronunciados en el grupo de 17-18 años. Esto podría estar relacionado con la dinámica social propia de la adolescencia tardía y la salida de esta etapa, en la cual se fortalece la búsqueda de individualidad y autonomía. En este proceso, las relaciones tienden a volverse más complejas, tanto en el plano amistoso como en la formación de vínculos de pareja, lo que puede favorecer la aparición de competencia, tensiones o conflictos interpersonales. Para una mejor visualización de los resultados se presentará el siguiente gráfico de barras:

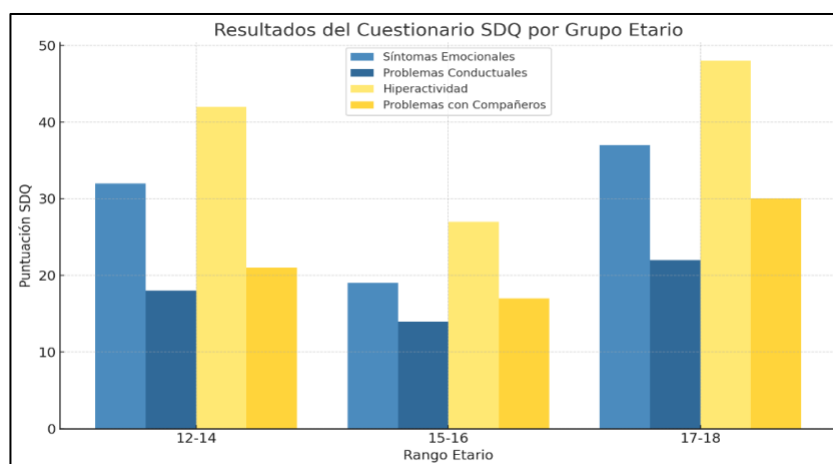


Gráfico 1: Resultados del Cuestionario SDQ por Grupo Etario

El gráfico de barras agrupadas presenta los resultados del Cuestionario SDQ II en cuatro dimensiones clave del desarrollo socioemocional: síntomas emocionales, problemas conductuales, hiperactividad y problemas entre compañeros, comparando los puntajes según tres rangos etarios: 12-14 años, 15-16 años y 17-18 años.

Análisis del gráfico:

1. Grupo 12-14 años:

- Alta hiperactividad (42 puntos), lo que refleja niveles elevados de inquietud, ansiedad y distracción típicos de la adolescencia temprana.
- También muestran una carga considerable de síntomas emocionales (32 puntos), posiblemente vinculados a los cambios propios del inicio de esta etapa.
- Los problemas conductuales con compañeros están presentes, pero en menor proporción, manteniéndose dentro del grupo.

2. Grupo 15-16 años:

- Este grupo presenta los valores más bajos en todas las dimensiones, especialmente en síntomas emocionales y conducta.
- Esto sugiere una etapa de mayor equilibrio emocional, el apoyo de los padres tanto en lo emocional y en la estructura de el hogar son fundamentales para los adolescentes, establecer horarios regulares para las comidas, tareas y actividades. También ofrecer refuerzos positivos.
- La autoregulación es clave enseñar a un adolescente reconocer y manejar sus emociones, establecer rutina y límites claros y , fomentar la autorreflexión pueden ayudar mucho a una buena calidad de vida y al desarrollo personal. También pueden ayudar a un adolescente en sus relaciones interpersonales y así tener mayor adaptación al entorno social.
- La hiperactividad también disminuye notablemente, lo que puede indicar una mejora en la autorregulación y/o el apoyo de los padres en la estabilidad biológica desde lo hormonal. Es importante un estilo de vida saludable que incluye dieta equilibrada, rica en minerales y vitaminas, ejercicio físico regular, sueño adecuado de (7-9horas por noche). Y técnicas de relajación (meditación, yoga) todo esto puede ayudar a los síntomas.

3. Grupo 17-18 años:

- Sobresale con los puntajes más altos en síntomas emocionales (37), hiperactividad (48) y problemas con compañeros (30).

- Este aumento podría explicarse por el estrés académico, decisiones vocacionales o conflictos identitarios característicos del cierre de la adolescencia.
- También aumentan los problemas conductuales en comparación con los otros grupos, según la Escala de Problemas Conductuales (Anexo 2). Estas conductas, como rabietas o peleas (30%), mentiras (24%) y robo (8%), se presentan, pero no son predominantes, al ser reportadas por menos de la mitad de los participantes.

Comparación General

1. Síntomas Emocionales y Problemas Conductuales: Al observar las puntuaciones el grupo de 15-16 años está en una fase de menor expresión del malestar emocional, aunque representa una fase media de la adolescencia. La baja en problemas conductuales en esa etapa sugiere que pueden estar encontrando formas más efectivas de manejar sus emociones, comportamientos e identidad.

2. Hiperactividad: Este comportamiento parece ser cíclico: alta en 12-14 años, baja en 15-16 años y alta en 17-18 años. Esto podría indicar que los adolescentes navegan por el contexto social y académico en evolución y que su energía se incrementa cuando enfrentan más desafíos.

3. Interacciones Sociales: Los resultados sugieren que a medida que los jóvenes avanzan hacia la adultez, enfrentan un incremento de problemas con sus compañeros en busca de su identidad y la compleja relación interpersonal del desarrollo del proceso del ciclo vital.

Conclusión del análisis de resultados del Test SDQ II

Las puntuaciones obtenidas a través del SDQ II reflejan que los adolescentes no atraviesan su desarrollo de manera homogénea, sino que cada grupo etario presenta particularidades que merecen atención diferenciada. Si bien los jóvenes de 15 a 16 años muestran una mayor capacidad para manejar sus emociones y conductas problemáticas, esto no significa que estén exentos de dificultades, sino que podrían encontrarse en una etapa de mayor estabilidad emocional o con mejores estrategias de afrontamiento y manejo individual. En contraste, los grupos de 12 a 14 años y de 17 a 18 años evidencian mayores niveles de síntomas emocionales, hiperactividad y dificultades en la interacción social, lo cual puede estar relacionado con transiciones importantes en su desarrollo: el ingreso a la adolescencia en el primer grupo y la cercanía a la vida adulta en el segundo grupo la estabilidad hormonal.

Estos hallazgos evidencian que no es adecuado aplicar estrategias generales para promover el bienestar socioemocional en adolescentes. En su lugar, se recomienda implementar intervenciones específicas, ajustadas a las necesidades identificadas en cada grupo etario. Asimismo, resulta fundamental fortalecer los espacios de contención emocional en los ámbitos escolar y familiar, fomentando el desarrollo de habilidades socioemocionales, la regulación del estrés y el sentido de pertenencia. Adoptar una perspectiva preventiva y formativa, en lugar de reactiva, permitirá brindar apoyo oportuno a quienes presentan señales tempranas de malestar o desregulación emocional.

5.2 Análisis de resultados.

Todos los adolescentes que participaron en el estudio de investigación sus padres o tutores otorgaron consentimiento informado tras ser informados sobre los objetivos, procedimientos, riesgos y uso de datos del estudio. La identidad de los participantes se mantiene confidencial y la información recolectada fue codificada y almacenada de forma segura, con acceso exclusivo del equipo de investigación.

Las redes sociales tienen un papel importante en cómo se ven a sí mismos los adolescentes de 12 a 18 años en la Escuela de Invierno "Villa El Cobre" en Renca. Para explorar este tema, se realizó dos cuestionarios de forma online, aplicado a través del formulario académico Google Forms. Para conocer el autoconcepto de los adolescentes se aplicó el cuestionario SDQ. Y otro cuestionario se utilizó para conocer percepciones sobre el uso de redes sociales y su influencia en el autoconcepto. Y algunas reuniones se llevaron a cabo mediante la plataforma Google Meet.

Durante las entrevistas, preguntas sobre redes sociales, emociones, tipo de consumo y tiempo de conexión, se observó lo siguiente: Los adolescentes utilizan principalmente la plataforma de **Instagram** y **TikTok**, siendo **Instagram la más popular donde el 76 %** de los adolescentes utilizan más Instagram. En general, pasan más de 4 horas al día en redes sociales los adolescentes, lo que indica un alto nivel de involucramiento. Su actividad incluye ver videos, fotos e historias de influenciadores, mostrando un deseo de conectarse y buscar aprobación visual. Algunos publican contenido con frecuencia, mientras que otros comparten poco, posiblemente para protegerse de la presión social.

Las emociones de los adolescentes tras usar redes sociales varían: algunos se sienten motivados, otros experimentan ansiedad y algunos se mantienen neutrales. La mayoría reconoce que las redes sociales afectan cómo se ven a sí mismos, evidenciando que estas plataformas impactan su **autoconcepto**.

Al realizar la investigación se evidenció que el autoconcepto en la adolescencia es dinámico y cambiante, con momentos de mayor estabilidad 15-16 años y otros de mayor vulnerabilidad 12 - 14 y 17 -18 años . Las variaciones en síntomas emocionales , conductuales hiperactividad y relaciones con pares reflejan los procesos de construcción , ajuste y redefinición del autoconcepto propios del desarrollo del adolescente.

Capítulo 6: CONCLUSIONES

Conclusiones generales.

La mayoría de los adolescentes de esta muestra manifiestan un desarrollo adecuado de competencias prosociales y una integración social satisfactoria. No obstante, se observan señales relevantes de hiperactividad y distracción, lo que podría estar asociado a dificultades atencionales o de autorregulación.

Es común que estos adolescentes se comparen con otros. Al observar vidas que parecen "perfectas", algunos se sienten inseguros, lo cual puede afectar su autoestima. Además, muchos han sentido ansiedad o tristeza a causa de sus interacciones en redes sociales, subrayando el impacto emocional que tienen.

Las redes sociales tienden a afectar principalmente sus relaciones personales y su autoconcepto este resultado es según el cuestionario realizado que es el test SDQ II. Esto sugiere que los adolescentes utilizan estas plataformas para explorar y entender quiénes son en un contexto social más amplio.

Los resultados indican que es frecuente la comparación social entre los adolescentes, especialmente a través de redes sociales, lo que se asocia a sentimientos de inseguridad y afectaciones en la autoestima. Esta relación se ve reflejada en los puntajes elevados en el área de síntomas emocionales, particularmente en los grupos etarios de 12 a 14 años y de 17 a 18 años, etapas caracterizadas por importantes transiciones evolutivas.

Principalmente, se observa en los adolescentes que las redes sociales influyen en el autoconcepto y en las relaciones interpersonales de los adolescentes, funcionando como un espacio de exploración identitaria. Esta influencia se vincula con los resultados del SDQ II en las dimensiones emocionales y sociales, lo que permite comprender el impacto emocional que estas plataformas tienen en su bienestar psicológico.

En relación con el bienestar emocional, una parte significativa de los adolescentes manifestó la intención de reducir el tiempo dedicado a las redes sociales o de modificar el tipo de contenido consumido, lo que evidencia conciencia respecto a sus efectos negativos. En los casos donde se combinan puntajes elevados en más de un área problemática, se sugiere la necesidad de un seguimiento individualizado.

Reflexiones Finales

Los adolescentes reconocen que los contenidos que observan en redes sociales no siempre reflejan la realidad, lo cual influye en la forma en que construyen su autopercepción. Este reconocimiento resulta fundamental para el desarrollo de una identidad más integrada y realista, especialmente en contextos donde la validación social adquiere un rol central.

En conclusión, los resultados del test SDQ II permiten afirmar que las redes sociales influyen de manera significativa en la formación del autoconcepto, la autoestima y las relaciones interpersonales de los adolescentes del establecimiento “Villa El Cobre”. No obstante, también se evidencia una disposición hacia un uso más consciente y saludable de estas plataformas.

Recomendaciones

Se recomienda implementar programas de fortalecimiento de habilidades socioemocionales, focalizados especialmente en los grupos etarios que presentan mayores puntajes en síntomas emocionales e hiperactividad (12–14 años y 17–18 años). Estas intervenciones pueden incluir talleres de regulación emocional, manejo del estrés, resolución de conflictos y fortalecimiento de la autoestima.

Asimismo, se sugiere promover el uso consciente de redes sociales mediante instancias psicoeducativas que aborden el impacto del contenido digital en el autoconcepto y la comparación social. Resulta especialmente relevante trabajar con adolescentes de 17 a 18 años, quienes presentan mayores dificultades en la interacción con pares y conflictos identitarios propios del cierre de la adolescencia.

Finalmente, se recomienda fortalecer los espacios de contención emocional en el ámbito escolar y familiar, priorizando una mirada preventiva y diferenciada según las necesidades observadas en cada rango etario.

Capítulo 7: BIBLIOGRAFÍA

- Alarcón, J., & Salas, P. (2022). *Adicciones digitales: Un análisis actual*. Ediciones Prisma.
- Amador, J. (2021). Estrategias para el fomento de la alfabetización digital en adolescentes. *Revista de Educación Digital*, 29(2), 33-49.
- Amador, T. (2021). Ansiedad y adicción a redes sociales en estudiantes. *Revista de Educación Superior*, 15(1), 90-100.
- Anderson, J. R. (2007). *Cognitive psychology and its implications*. Worth Publishers.
- Antón-Cuadrado, R., & Levratto, V. (2021). *La construcción de las identidades virtuales en las redes sociales: un estudio cuantitativo en Argentina y España*. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 13(36), 23–32. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/investigacion/article/view/14251/214421445735>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Bandura, A. (1986). *Bases sociales del pensamiento y la acción: Una teoría cognitivo-social*. Prentice Hall.
- Cantor-Silva, M. I., Pérez-Suarez, E., & Carrillo-Sierra, S. M. (2018). Redes sociales e identidad social. *Aibi Revista de Investigación Administración E Ingeniería*, 6(1), 70-77. <https://doi.org/10.15649/2346030x.477>
- Caro, C. (2021). Digital communication and identity construction in adolescence: The role of social media. *Journal of Adolescence*, 90, 149-159. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.04.002>

- Castaño, J. A., & González, M. (2011). *Investigación de mercados: Métodos y aplicaciones*.
- Cervantes, A., & Chaparro, S. (2021). Familias disfuncionales y adicciones digitales en adolescentes. *Revista de Psicología y Sociedad*, 19(2), 110-120.
- Challco, R., Martínez, C., & Vargas, E. (2016). Conductas negativas asociadas al uso excesivo de redes sociales. *Psicología en el Siglo XXI*, 5(4), 20-30.
- Cohen, D. J., & Crabtree, B. F. (2006). "Qualitative Research Guidelines Project." *Princeton University*.
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *El Yo y la Identidad*. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/413408163/Coleman-y-Hendry-2003-El-yo-y-la-identidad>
- de Salud, S. (s/f). ¿Qué es la adolescencia? gob.mx. Recuperado el 25 de noviembre de 2024, de <https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-adolescencia>
- Del Castillo Rodríguez, J. A. G., García-Castillo, F., Dias, P. C. A., & Del Castillo-López, Á. G. (2021). La teoría de la comparación social como promotora de las conductas de salud: Una aproximación teórica. *African Journal of Rhetoric*, 21(2), 149-163. <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i2.697>
- ERIKSON, Erik, *Identidad, juventud y crisis*, Buenos Aires, Editorial Paidós, 1971 [1956]
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2021). Social comparisons on social media: The impact of Instagram on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 38, 144-151. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.09.001>
- Festinger, L. (1954). Una teoría de los procesos de comparación social. *Relaciones Humanas*, 7(2), 117-140.

Gardner, H., & Davis, K. (2020). *The App Generation: How Today's Youth Navigate Identity, Intimacy, and Imagination in a Digital World*. Yale University Press.

Gesto, P. (2023). "El impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes." *Revista de Psicología Social y del Adolescente*.

Generator, M. (2023, enero 10). *O RISCO DO USO EXCESSIVO DAS REDES SOCIAIS POR ESTUDANTES LATINO-AMERICANOS*. SciELO Preprints. (Yepes y Rojas, 2022).
[file:///Users/cesarcastillo/Downloads/EL+RIESGO+DEL+USO+EXCESIVO+DE+LA+S+REDES+SOCIALES+EN+LOS+ESTUDIANTES+DE+LATINOAM%C3%89RICA%20\(1\).pdf](file:///Users/cesarcastillo/Downloads/EL+RIESGO+DEL+USO+EXCESIVO+DE+LA+S+REDES+SOCIALES+EN+LOS+ESTUDIANTES+DE+LATINOAM%C3%89RICA%20(1).pdf)

Harter, S. (2015). *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. Guilford Press.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.

Higgins, E. T. (1987). Auto-discrepancia: Una teoría que relaciona el yo y el afecto. *Revisión Psicológica*, 94(3), 319-340.

Jasso, C., Méndez, F., & López, E. (2017). Uso inadecuado de dispositivos móviles y su relación con adicciones en jóvenes. *Estudios sobre Juventud*, 10(1), 60-75.

Klimenko, S., & Torres, E. (2021). Efectos de las redes sociales en el desarrollo psicológico de los adolescentes. *Psicología Contemporánea*, 57(1), 45-57.

Lacunza, A. B., Rodríguez, M. A., & Pérez, G. E. (2022). Impacto de las redes sociales en la autoestima y bienestar emocional de adolescentes. *Revista de Psicología Clínica*, 38(3), 213-220. <https://doi.org/10.5334/rpc.366>

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Estrés, evaluación y afrontamiento*. Springer.
- Marsh, H. W. (1990). "Self Description Questionnaire II." *Australian Council for Educational Research*.
- Mendoza, H. (2018). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico. *Educación y Psicología*, 14(3), 50-60.
- Moreira de Freitas, R. J., Oliveira, T. N. C., Melo, J. A. L. de, Silva, J. do V. e., Melo, K. C. de O. e. M., & Fernandes, S. F. F. (2021). Percepções dos adolescentes sobre o uso das redes sociais e sua influência na saúde mental. *Enfermería global*, 20(4), 324–364.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.462631>
- Morán-Pallero, N., & Felipe-Castaño, E. (2021). *El autoconcepto en las redes sociales y su relación con los afectos en adolescentes*. *Psicología Conductual / Behavioral Psychology*, 29(3), 611–625.
<https://article.imrpess.com/journal/BP/29/3/https://doi.org/10.51668/bp.8321306n/pdf/26b103c595ab136fc53486279c15a1a0.pdf>
- Papalíe Diane,. *Psicología Del Desarrollo*. Editorial Mc Graw Hill México 1,995 pág.35
- Rodado, A., Pérez, R., & Gómez, M. (2021). *Los adolescentes y las redes sociales: Impacto en el bienestar psicológico y emocional*. Editorial Académica.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press.
- Salazar, M., Gómez, R., & Torres, L. (2021). El impacto de internet en la adicción a redes sociales. *Psicología Contemporánea*, 15(3), 85-95.

Formato SDQ-II

Escala de Síntomas Emocionales

Genero	Edad	Se queja con	Tiene muchas preocupaciones	Se siente a menudo triste	Es nervioso/a o deprimido/a	Tiene muchos miedos, se asusta fácilmente.
M	15	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	17	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	17	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	16	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	17	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	18	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
M	17	No es cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	17	No es cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	16	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	18	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	17	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.
F	15	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	14	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	No es cierto.
F	14	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	15	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	15	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	14	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	13	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	14	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.
F	12	No es cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	12	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
M	15	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.
M	13	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	13	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	15	No es cierto.	Un tanto cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.

Escala de Hiperactividad

Genero	Edad	Es inquieto/a	Está continuo	Se distrae co	Piensa las cosas antes de h	Termina lo que empieza, tiene buena concentración.
M	15	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	17	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	17	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	16	No es cierto.	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	17	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	18	Un tanto cierto	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	17	Un tanto cierto	No es cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.
F	17	Un tanto cierto	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	16	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	18	Un tanto cierto	No es cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	17	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente	No es cierto.	Absolutamente cierto.
F	15	Un tanto cierto	No es cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	14	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.
F	14	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	15	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	Un tanto cierto.	Absolutamente cierto.
F	15	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.
M	14	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	13	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	14	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto.	No es cierto.
F	12	No es cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
M	12	No es cierto.	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.	No es cierto.
M	15	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
M	13	Un tanto cierto	No es cierto.	Absolutamente	Absolutamente cierto.	Absolutamente cierto.
F	13	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	15	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.

Problemas con Compañeros

Genero	Edad	Es más bien	Tiene por lo r	Por lo genera	Se lleva mejor con adultos q	Los otros niños se meten con él/ella o se burlan de él/ella.
M	15	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto	No es cierto.
M	17	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto.
F	17	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto.	No es cierto.
F	16	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
M	17	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente	No es cierto	No es cierto.
F	18	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
M	17	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	No es cierto.
F	17	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
M	16	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	18	No es cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	17	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	Un tanto cierto.
F	15	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	No es cierto.
M	14	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto	Un tanto cierto.
F	14	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto	No es cierto.
F	15	Un tanto cierto	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	15	No es cierto.	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	No es cierto.
M	14	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto	Un tanto cierto.
F	13	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto	Un tanto cierto.
F	14	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.
F	12	No es cierto.	Absolutamente	Absolutamente	No es cierto	Un tanto cierto.
M	12	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto	No es cierto.
M	15	No es cierto.	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	No es cierto.
M	13	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto	No es cierto.
F	13	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto	No es cierto.
F	15	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.	No es cierto.

Escala de Problemas Conductuales

Genero	Edad	Frecuentemente	Por lo general	Pelea con frecuencia	A menudo	Roba cosas en casa, en la escuela o en otros sitios.
M	15	No es cierto.	no es cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	17	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	17	Absolutamente	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	16	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	17	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.
F	18	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	17	Absolutamente	Absolutamente	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.
F	17	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	16	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.
F	18	Absolutamente	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	17	Un tanto cierto	Absolutamente	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.
F	15	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	14	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.
F	14	No es cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.
F	15	No es cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	15	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	14	No es cierto.	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	13	Un tanto cierto	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	14	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	12	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	12	Un tanto cierto	Absolutamente	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
M	15	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto	No es cierto.
M	13	Un tanto cierto	Un tanto cierto	No es cierto.	No es cierto.	No es cierto.
F	13	No es cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.	Absolutamente	No es cierto.
F	15	no es cierto	Absolutamente	no es cierto.	no es cierto	no es cierto.

Escala Prosocial

Genero	Edad	Tiene en cuenta	Comparte frecuentemente	Ofrece ayuda cuando se la necesita	Trata bien a los demás	A menudo se ofrece para ayudar (a padres, maestros, otros niños).
M	15	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto.
M	17	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	17	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.
F	16	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto	Absolutamente cierto.
M	17	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	18	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Absolutamente	Absolutamente cierto.
M	17	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Absolutamente	Absolutamente cierto.
F	17	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.
M	16	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	18	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.
F	17	Absolutamente	No es cierto.	Absolutamente cierto	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	15	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
M	14	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto.
F	14	Absolutamente	Un tanto cierto	Absolutamente cierto	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	15	Absolutamente	No es cierto.	Absolutamente cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.
F	15	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.
M	14	Absolutamente	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	13	Un tanto cierto	Un tanto cierto	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	14	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	Un tanto cierto.
F	12	Un tanto cierto	Absolutamente	Un tanto cierto.	Un tanto cierto	Un tanto cierto.
M	12	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	No es cierto.
M	15	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Absolutamente	Un tanto cierto.
M	13	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	No es cierto.
F	13	Absolutamente	Absolutamente	Un tanto cierto.	Absolutamente	No es cierto.
F	15	Absolutamente	Absolutamente	Absolutamente cierto	Absolutamente	Absolutamente cierto.

ANEXO 3

Transcripción de entrevista

Genero	Edad	¿Qué redes sociales utilizas con más frecuencia?	¿Cuánto tiempo pasas en redes sociales cada día?	¿Qué tipo de contenido consumes en redes sociales?	¿Con qué frecuencia consumes contenido en las redes sociales?	¿Cómo te sientes generalmente después de usar las redes sociales?	¿Crees que las redes sociales influyen en cómo te ves a ti mismo?	¿Con qué frecuencia comparas tu vida en las redes sociales con otros?	¿Cómo te sientes cuando ves publicaciones de amigos o influencers que parecen tener una vida perfecta?	¿Has experimentado alguna vez ansiedad o tristeza debido a interacciones en redes sociales?	¿Qué aspectos de tu vida crees que se ven más afectados por las redes sociales?	¿Qué cambios te gustaría hacer en el uso de redes sociales para mejorar tu bienestar emocional?	¿Hay algo más que te gustaría compartir sobre tu experiencia con las redes sociales y tu autoconcepto?
M	5	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Videos	Rara vez	Normal	Si	Nunca	Indiferente	Si	Estado de ánimo	ninguno	Me he dado cuenta de que comparto constantemente acerca de mi autoestima
M	17	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Frecuentemente	Motivado	No	A veces	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguno	Me gustaría ver más atención en las publicaciones, no solo lo prefiero.
F	17	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Nunca	Normal	Si	Frecuentemente	Inspirado	No	Relaciones Personales	deficiencia de horas	Las redes sociales pueden distorsionar nuestra percepción de la realidad.
F	18	Instagram, Tik Tok	3-4 horas	Fotos, Videos	Frecuentemente	Normal	Si	Siempre	Inseguro	Si	Autoestima	ninguno	En muchas ocasiones, siento que mi vida depende de mí "me gusta"...
M	17	Instagram, Tik Tok	3-4 horas	Fotos, Videos	Rara vez	Motivado	No	Siempre	Indiferente	No	Relaciones Personales	ver otro tipo de contenido	Aprendí que tengo el poder de seguir cuentas que me hacen sentir bien conmigo mismo.
F	18	Instagram	Más de 4 horas	Reels	Rara vez	Motivado	No	Frecuentemente	Inspirado	No	Relaciones Personales	Eschar la cantidad de horas que le dedico.	Que las redes sociales influyen en como nos vemos.
M	17	Tik Tok	1-2 horas	Videos	Nunca	Normal	No	A veces	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguno	ninguna
F	17	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Fotos, Videos	Rara vez	Normal	Si	A veces	Indiferente	Si	Autoestima	Usar cantidad de horas	Las redes son un reflejo de lo que queremos mostrar, no de lo que somos realmente.
M	18	Tik Tok	Más de 4 horas	Fotos, Videos	Rara vez	Normal	Si	A veces	Indiferente	Si	Relaciones Personales	ninguno	Me gustaría que las redes sociales fueran más positivas, superen a las negativas, pero en algunos momentos me sacan.
F	18	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Frecuentemente	Motivado	No	Nunca	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguno	ninguna
F	17	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Videos	Rara vez	Motivado	Si	A veces	Indiferente	Si	Relaciones Personales	podría controlar las horas de uso	nada
F	18	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Rara vez	Motivado	Si	A veces	Indiferente	No	Relaciones Personales	me es indiferente	nada que decir
M	14	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Fotos, Videos	Rara vez	Normal	Si	Nunca	Indiferente	Si	Estado de ánimo	ninguno	Las redes sociales han limitado la conexión, pero también la desconexión emocional.
F	14	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Videos	Rara vez	Motivado	Si	Frecuentemente	Indiferente	No	Estado de ánimo	ninguno	Que si somos inseguros las redes nos pueden afectar de forma negativa.
F	15	Instagram	Más de 4 horas	Infuencers, Reels	Frecuentemente	Normal	Si	A veces	Inseguro	Si	Estado de ánimo	ninguno	Que si somos inseguros las redes nos pueden afectar de forma negativa.
F	16	Instagram	Más de 4 horas	Infuencers	Rara vez	Motivado	Si	A veces	Indiferente	No	Relaciones Personales	Usar las horas que estoy activa	Que si somos inseguros las redes nos pueden afectar de forma negativa.
M	14	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Reels, Videos	Nunca	Normal	No	Nunca	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguna	nada que decir
F	13	Instagram, Tik Tok	3-4 horas	Reels, Videos	Frecuentemente	Normal	Si	Nunca	Indiferente	Si	Autoestima	interactuar más con mis compañeros en clases	ninguna
F	14	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Reels, Videos	Nunca	Normal	No	Nunca	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguna	Que si somos inseguros las redes nos pueden afectar de forma negativa.
F	12	Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Rara vez	Normal	Si	Nunca	Indiferente	Si	Autoestima	no sé	No
M	12	Tik Tok	Más de 4 horas	Videos	Rara vez	Normal	Si	Nunca	Indiferente	Si	Autoestima	Usar las horas de conexión	Las redes en línea pueden afectar en mi seguridad.
M	16	Instagram, Tik Tok	Más de 4 horas	Infuencers	Nunca	Motivado	No	Nunca	Inspirado	No	Relaciones Personales	no sé	ninguna
M	13	Tik Tok	3-4 horas	Videos	Rara vez	Normal	Si	Nunca	Indiferente	No	Relaciones Personales	ninguna	no siento esas ganas de estar todo el día conectado a las redes sociales
F	15	Tik Tok	1-2 horas	Infuencers	Rara vez	Motivado	Si	A veces	Inspirado	No	Autoestima	ninguno	me motivó a que creciera mi visión a futuro.

Tabla 2: Resultados de la Encuesta realizada