



El Colegio de Chihuahua

“La adicción a Internet y la autoestima en estudiantes universitarios del Instituto Tecnológico de Ciudad Juárez.”

Tesis presentada por

Rosa del Carmen Castañeda Monárrez

para cumplir con los requisitos parciales para obtener el grado de

MAESTRA EN INVESTIGACIÓN

Directora de Tesis

Mtra. Janeth Martínez Martínez

Comité de Tesis

Dra. María Eugenia Peña Reyes

Dr. Luis Ernesto Cervera

Ciudad Juárez, Chihuahua, septiembre, 2015.

DEDICATORIA

A mi padre que está en el cielo y me inspiró para que estudiara esta maestría.

AGRADECIMIENTOS

A los directivos de El Colegio de Chihuahua por permitirme terminar el reto de escribir la tesis y obtener el grado de Maestría. Muchas gracias por darme esta oportunidad.

Y a mi Directora de Tesis, la Maestra Janeth Martínez por asesorarme y guiarme para redactar bien este trabajo y lograr terminarlo. Muchas gracias.

RESUMEN

La presente investigación consistió en un estudio correlacional y descriptivo cuyo principal objetivo fue determinar si es posible o no reconocer una relación entre la adicción a internet y la autoestima de los alumnos que estudian en el Instituto Tecnológico de Cd. Juárez, se realizó a través de los inventarios de autoestima de Stanley Coopersmith y el de adicción a internet de Kimberly Young.

Participaron estudiantes de las doce diferentes carreras del Instituto dando un total de 384 alumnos. Para el análisis de los datos se utilizó el programa estadístico SPSS. A partir de los datos obtenidos, se determinó que no hay correlación entre las variables de autoestima y adicción a internet. Así como, nadie resultó adicto al internet y la mayoría tiene autoestima promedio y positiva.

Palabras clave: autoestima, adicción, internet, adicción a internet.

ABSTRACT

This research consisted of a correlational descriptive study whose main objective was to determine whether it is possible or not to recognize a relationship between internet addiction and self-esteem of students studying in the Juárez City Institute of Technology. It was carried out through inventories Stanley Coopersmith self-esteem and Kimberly Young internet addiction.

The research included students from twelve different undergraduate programs of the Institute for a total of 384 students. To analyze data SPSS statistical software was used. From the data obtained, it was determined that there is no correlation between the variables of self-esteem and internet addiction. Likewise, no one was addicted to internet and most have average positive self-esteem.

Keywords: self-esteem, addiction, internet, internet addiction.

TABLA DE CONTENIDO

	pág.
Introducción	1
Capítulo 1.- Planteamiento del problema	3
1.1.- Antecedentes	3
1.2.- Revisión de literatura	6
1.3.- Justificación	13
1.4.- Objetivos del estudio	16
1.5.- Preguntas de interés e hipótesis	17
Capítulo 2.- Marco Teórico	19
2.1.-Teorías de la autoestima	19
2.2.- Conceptualización de la autoestima	22
2.2.1.- Niveles de autoestima	26
2.3.- La adicción e internet	31
2.3.1.- Adicción	32
2.3.2.- Enfoques de la adicción	33
2.3.3.- Internet	35
Capítulo 3.- Metodología	42
3.1.- Metodología cuantitativa	42
3.1.1.- Diseño del estudio	42
3.1.2.- Población y muestra	43
3.2.- Instrumentos	47

3.3.- Procedimientos	49
3.4.- Validez y confiabilidad	52
Capítulo 4.- Análisis de resultados y discusión	57
4.1.- Resultados de autoestima	57
4.2.- Resultados de la adicción a internet	75
4.3.- Resultados de la correlación	101
4.4.- Discusión	102
4.5.- Conclusiones y recomendaciones	109
Referencias	112
Anexos	120
Anexo I.- Cuestionario de autoestima	120
Anexo II.- Cuestionario de adicción a internet	122

ÍNDICE DE TABLAS

	pág.
Tabla 1. Resumen de indicadores	41
Tabla 2. Muestra de las carreras del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez	46
Tabla 3. Cuadros de instrumentos	49
Tabla 4. Niveles de confiabilidad	53
Tabla 5. Análisis factorial	54
Tabla 6. Análisis de fiabilidad	55
Tabla 7. Hablar en público	58
Tabla 8. Sentirse a disgusto en trabajo	58
Tabla 9. Se desaniman en lo que hacen	59
Tabla 10. Persona simpática	60
Tabla 11. Ser popular	60
Tabla 12. Aceptan mis ideas	61
Tabla 13. Los demás son mejor aceptados	61
Tabla 14. Enojarse en casa	62
Tabla 15. Sentimientos en cuenta	63
Tabla 16. Familia espera demasiado	63
Tabla 17. Irse de casa	64
Tabla 18. Mi familia me comprende	65
Tabla 19. La familia presiona	65
Tabla 20. Los problemas afectan	67

Tabla 21. Cambiar cosas	67
Tabla 22. Tomar decisión fácilmente	68
Tabla 23. Darse por vencido	68
Tabla 24. Trabajo en aceptarse	69
Tabla 25. Vida complicada	69
Tabla 26. Opinión propia	70
Tabla 27. Persona guapa	70
Tabla 28. Decir las cosas	71
Tabla 29. Les gusta ser otra persona	72
Tabla 30. Ser confiable	72
Tabla 31. Resultados de los niveles de autoestima	73
Tabla 32. Excitación de internet	76
Tabla 33. Nuevas relaciones	77
Tabla 34. Quejas del tiempo	78
Tabla 35. Tiempo conectado	79
Tabla 36. Defensivo a preguntas	80
Tabla 37. Bloqueo de pensamientos	81
Tabla 38. Vida sin internet	82
Tabla 39. Impaciencia ante interrupción	83
Tabla 40. Dormir poco por internet	84
Tabla 41. Preocupado por internet	85
Tabla 42. Disminuir tiempo conectado	86

Tabla 43. Mentir por el tiempo conectado	86
Tabla 44. Deprimido por no conectarse	87
Tabla 45. Sufren calificaciones	88
Tabla 46. Revisar correo electrónico	89
Tabla 47. Productividad laboral sufre	90
Tabla 48. Conectado de más	91
Tabla 49. Pensar en conectarte	92
Tabla 50. Unos minutos más	93
Tabla 51. Retrasar actividades por internet	94
Tabla 52. Quejas de personas cercanas	95
Tabla 53. Nivel de usuario de internet	96
Tabla 54. Años de nacimientos	99
Tabla 55. Sexo de los participantes	100
Tabla 56. Semestres de los estudiantes	101
Tabla 57. Correlación	102

ÍNDICE DE FIGURAS

	pág.
Figura 1. Resultados de autoestima por carreras primera parte	74
Figura 2. Resultados de autoestima por carreras segunda parte	75
Figura 3. Resultados de adicción a internet por carreras primera parte	97
Figura 4. Resultados de adicción a internet por carreras segunda parte	98

INTRODUCCIÓN

Con el uso de las tecnologías es más fácil tener acceso a internet, esto tiene como ventaja que se puede encontrar información del mundo y de cualquier tema más fácil y rápido, así como, usando dispositivos móviles se puede conectar una persona a internet en cualquier parte de la ciudad. También, un ciudadano puede entablar comunicación con amigos, colegas o familiares sin importar donde se encuentre. Igualmente, se puede trabajar vía electrónica en internet sin estar físicamente en el trabajo. Esto ha provocado que los estudiantes se distraigan en clase por estar navegando en internet y no pongan atención al maestro. Dada esta problemática ha surgido el interés de los docentes por saber si hay alumnos adictos a internet en la institución para tomar medidas sobre el uso de internet en clase y llevar a cabo un mejor proceso de enseñanza.

Pero además, se requiere saber si la autoestima que es la valoración de la persona sobre sí misma, está relacionada con el uso obsesivo del internet por parte de los alumnos, ya que la autoestima se ha convertido en objeto de estudio e investigación debido a su papel en la educación como parte de la formación integral de la población y en la instrumentación de principios pedagógicos como es el desarrollo de estrategias de aprendizaje. Una autoestima alta le ayuda al alumno a tener confianza y seguridad en sí mismo, lo cual también le facilita a realizar con éxito su trabajo y mejorar sus niveles de aprendizaje. Por lo tanto, la autoestima influye en la actitud y actividad de un estudiante.

Así, el propósito del estudio es determinar si es posible o no reconocer una relación entre la adicción a internet y la autoestima de los alumnos que estudian en el Instituto Tecnológico de Cd. Juárez, se realizó a través de los inventarios de autoestima de Stanley Coopersmith y el inventario de adicción a internet de Kimberly Young por ser los principales exponentes de estos temas.

En el presente informe se reporta la investigación llevada a cabo y está estructurada en cuatro capítulos: en el primer capítulo se explica el problema, se describen los antecedentes, se realiza la revisión de literatura, se plantea la interrogante, se enuncian los objetivos y se justifica la relevancia del estudio. En el segundo capítulo se describen las teorías que sustentan la investigación y se definen los términos principales de la investigación. Luego, en el tercer capítulo se muestran los procedimientos metodológicos utilizados en el trabajo, el cual es un estudio descriptivo y correlacional. Por último, en el cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos, su respectivo análisis, la discusión de los hallazgos, conclusiones y recomendaciones que salieron del estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En este primer capítulo se hablará sobre los antecedentes de la adicción a internet y la autoestima, se describirá la revisión de literatura realizada, la justificación, objetivos del estudio, preguntas de interés e hipótesis.

1.1.- Antecedentes

La adicción a internet es una “dependencia psicológica” (Navarro & Rueda, 2007:691) que se da por el aumento de tiempo en línea de las acciones que se hacen en el internet, haciendo que la persona sienta disgusto cuando no se encuentra en línea. A esto debe agregársele que dependiendo de la autoestima la persona adicta al internet tendrá diferentes sensaciones al estar conectada, así algunas veces se sentirá feliz o infeliz, valorando su actividad de manera “positiva o negativa” (Brinkmann, Segure & Solar, 1989:64). Lo que podría dar como consecuencia jóvenes estudiantes conflictivos o con bajo rendimiento escolar.

Creo que al detectar si se tienen o no alumnos con adicción a internet se puede saber si hay que realizar cambios en la dinámica del aula. Sobre lo que pasa en México Rocha en su investigación sobre el chat reporta que “...el 65% de las personas que circulan en internet en México son jóvenes de 18 a 34 años” (Rocha, 2004:124), precisamente esta es la edad que corresponde al nivel de estudios superiores, ya que el

requisito para ingresar a una escuela de nivel licenciatura es haber acreditado el nivel preparatoria o equivalente. En los estudios de Miranda se demuestra que la baja autoestima es causa de adicciones y se menciona que la autoestima baja es de alguien sin creatividad, que no es un triunfador, y que la autoestima alta se relaciona con "...una productividad referida al rendimiento académico, creatividad o liderazgo" (Miranda, 2005:862), entonces se puede conocer si hay o no alumnos sobresalientes en el salón de clases dependiendo de la autoestima.

Considero que habrá docentes en las instituciones educativas cuya preferencia para trabajar en la clase es con buenos alumnos con los cuales no se batalle tanto para que aprendan, en este sentido Moreira propone que la autoestima está relacionada con sentimientos y comportamientos como "...rebeldía, agresividad, inseguridad, apatía hacia la escuela, ausencia de valores, deserción escolar, bajo rendimiento escolar y trastornos en el aprendizaje" (Oliva, León & Rivera, 2007:360) entre otros. Identificar los anteriores síntomas permite a los educandos concientizarse del problema, lo que los llevaría a convertirse en individuos más sanos y con mejor rendimiento escolar y evitaría que padecieran problemas relacionados con uso excesivo del internet. Uno de estos problemas puede ser la "...cibercrisis la cual presenta movimientos como el de mecanografiar sin estar delante de la computadora" (Castellana, Sánchez, Garner & Beranuy, 2007:197).

Para no tener problemas tan agudos como la cibercrisis en los alumnos, es importante realizar una investigación donde se detecte la valoración de la autoestima de

cada estudiante para tener un panorama de los posibles comportamientos adictivos dependiendo del resultado de la autoestima.

Esta investigación surge a raíz de que en el departamento de Sistemas y Computación del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez se ha observado que en las clases que son en las salas con computadoras los estudiantes se distraen y no ponen atención o interés al maestro por estar en internet. Entonces los profesores se preocupan de que los alumnos que no les prestan atención en su clase, sea el motivo porque puedan tener adicción al internet y eso les pueda causar problemas en su clase con el joven.

Con el resultado de esta investigación se sabrá si hay o no adictos al internet entendiendo que la palabra adicción significa entregado o devoto a algo, y que cualquier conducta normal placentera sería susceptible de convertirse en un "...comportamiento adictivo donde sus componentes fundamentales son la falta de control y dependencia". (Quiceno, 2007:137) También, se conocerá la autoestima de cada participante de la investigación, y la relación entre la autoestima y la adicción a internet, si es que la hay.

En esta sección de los antecedentes se mencionó a grandes rasgos lo que es la adicción a internet, la autoestima, como surge esta investigación y qué se conocerá de ésta.

1.2.- Revisión de literatura

Para conocer más sobre lo escrito en relación a los temas principales de este estudio se realizó una búsqueda de artículos científicos que hablaran sobre cualquiera de los temas (autoestima, adicción e internet). Estas investigaciones están descritas a continuación en orden cronológico¹:

Primero, se tiene que Brinkmann (1989) en su artículo de psicología “Adaptación, estandarización y elaboración de normas para el inventario de autoestima de Coopersmith” hace un análisis sobre este inventario donde se refiere a las percepciones del sujeto en cuatro áreas a estudiar que son escuela, parejas, padres y sí mismo.

Luego, sigue Young (1996) con el artículo “Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder” del área de psicología donde compara actitudes de personas dependientes y no dependientes de internet. También, Young (1999) realizó la investigación “Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment” donde explica los síntomas del adicto a internet, las consecuencias negativas y da estrategias para el tratamiento de la adicción. Además, Young y Pistner(2000) en el estudio de psicología “Cyber-disorders: The mental health concern for the new millennium” discuten sobre los subtipos de adicción a internet, como por ejemplo, la adicción a las cyber-relaciones.

Por otra parte, en una revista de historia, en el artículo “La autoestima en el repitiente” Rojas(2001) habla sobre cómo afecta la autoestima en los adolescentes y la

¹ Las búsquedas se hicieron en la base de datos Redalyc.

educación. Por ejemplo, dice que un joven con autoestima positiva tiene mayor posibilidad de tener éxito en su vida educativa, social y personal. En este mismo año Llinares(2001) en el estudio “La autoestima y las prioridades personales de valor. Un análisis de sus interrelaciones en la adolescencia” dice en qué consiste cada uno de los tipos de autoconceptos. Luego, Gómez (2001) publicó en la revista Salud Mental un artículo titulado “Consideraciones psicobiológicas sobre las adicciones alimentarias” en el que explica lo que son las adicciones sociales, donde incluye la adicción a internet.

Después, De Gracia y Vigo(2002) en su artículo “Problemas conductuales relacionados con el uso de internet: un estudio exploratorio” mencionan consecuencias del uso de internet y sus síntomas, como por ejemplo, que una persona reduzca el tiempo dedicado al estudio. Esto puede afectar a un estudiante cuando cursa una carrera de licenciatura, por eso, en psicología, González(2003) explica cómo influye la autoestima durante el transcurso de los estudios superiores, en su investigación titulada “Autoestima en jóvenes universitarios”. También en psicología, Canto(2004) en su investigación “Depresión, autoestima y ansiedad en la tercera edad: un estudio comparativo” dice que en la autoestima se describen tres componentes que se relacionan entre sí y si uno de ellos se deteriora afecta a los otros. Además, usa el inventario de autoestima de Coopersmith.

Sin embargo, Acosta(2004) en “La autoestima en la educación” explica las causas y efectos de la autoestima en los alumnos y cómo aumentarla. Muy recomendable para que los docentes la lean y así ayudar a los estudiantes, esto se complementa con Tesouro(2004) y su investigación “Evolución y utilización de internet en la educación”

en donde menciona los aspectos que motivan a usar internet en la educación. Así como, Rocha (2004) en su estudio social “El lenguaje de los jóvenes en el chat” describe cómo son las conversaciones de los jóvenes en el internet, cómo se comunican entre ellos para entenderlos mejor.

Después, se tiene la investigación de Vacca (2005) que es del área de salud y se llama “Aspectos clínicos de la conducta adictiva al juego: una de las adicciones no convencionales” es muy interesante porque habla sobre diferentes tipos de adicciones que hay, así como las conductas adictivas. También, en el área de psicología Astonitas(2005) en “Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios” menciona los criterios que se deben cumplir para que haya una adicción.

Por otro lado, Miranda(2005) en la investigación “La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas” del área educativa habla de los factores significativos para la conceptualización de la autoestima. Luego, en psicología conductual está el artículo “Autoestima e inicio de actividad sexual en la adolescencia: un estudio meta-analítico” de la autora Vargas (2006) el cual es importante porque menciona bases de datos de donde obtener información respecto a la autoestima y de cuestionarios de otros autores para la autoestima.

Enseguida, en el área de educación, Tinajero(2006) en su artículo “Internet y computadoras en educación: una visión sociocultural” explica las características culturales de internet. Además, Hughes(2006) en “Las páginas web de bibliotecas

públicas dirigidas a adolescentes: cómo satisfacer las necesidades de los jóvenes de hoy a través de internet” dice las razones por las que los adolescentes utilizan internet. Seguido de Torres (2006) en su artículo “Desarrollo de la autoestima profesional en enfermería” explica los diversos componentes de la personalidad que se interaccionan y sus respectivas características.

Un libro básico e introductorio a la autoestima es “Self-esteem research, theory, and practice” de Mruk (2006), el cual debe ser leído por toda aquella persona que quiera empezar a investigar la autoestima.

La siguiente investigación es del área de psiquiatría y es básica para que una persona novata en la terminología de adicción a internet la comprenda ya que Navarro y Rueda (2007) en su artículo ‘Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura’ hablan sobre la historia de internet, lo que es la adicción a internet, la persona que propuso este término, el juego patológico y menciona algunos estudios realizados en diferentes partes del mundo. También, en el área de psicología está el artículo “El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos” de los autores Castellana, Sánchez, Graner y Beranuy (2007) que servirá para entender las desadaptaciones conductuales a causa de las tecnologías de información y las conductas de los adolescentes con el internet. Y Oliva(2007) explica la baja autoestima en el documento de psicología “La emigración del adulto como factor de riesgo en la autoestima de los adolescentes”.

Del artículo “Riesgos y beneficios del uso de internet entre personas viviendo con VIH/SIDA en Lima, Perú” del área de medicina, de los autores Alva y Blas (2007) lo que sirve es la estadística sobre el crecimiento del uso de internet. Pero en psicología, Quiceno(2007) en la investigación “La adicción al trabajo ‘Workaholism’” define lo que es una adicción y las conductas adictivas. Y Young(2007) en su estudio “Treatment outcomes with Internet addicts” platica la eficacia de la terapia especial para adictos a internet.

Más tarde el psicólogo Balaguer (2008) en su artículo “¿Adicción a internet o adicción a la existencia?” aborda la controversia sobre si existe o no la adicción a internet. Éste es de gran ayuda para la discusión sobre la adicción a internet. Luego, Riveros(2008) en el artículo “Consideraciones teóricas del uso de la internet en educación” explica los beneficios del uso de internet en el ámbito educativo. Y en la revista adicciones Ibañez (2008) en su estudio “Genética de las adicciones” cuenta lo que son las adicciones desde el punto de vista médico.

En educación, González Reyes(2009) en la investigación “La Internet como espacio de producción de capital social: una reflexión en torno a la idea de comunidad informal de aprendizaje” habla sobre los beneficios del internet en la educación, así como de las comunidades informales de aprendizaje.

Años después en el área de psicología, Rodríguez(2012) en el artículo “Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención” explica cómo les

afecta a los adolescentes tener un nivel bajo en la autoestima. Por último, De Sola (2013) publicó un artículo llamado “La impulsividad: ¿Antesala de las adicciones comportamentales?” aquí habla sobre cómo afecta ser impulsivo en una adicción incluyendo la adicción a internet que la ve como una adicción comportamental.

Como se puede observar, hay muchos estudios sobre autoestima y adicción a internet pero que abordan ambos temas por separado, no correlacionando los dos. Hay investigaciones sobre autoestima relacionadas con otras variables pero no con adicción a internet, lo más parecido es con la variable personalidad en vez de autoestima. Nada más que personalidad se refiere a las características de una persona que la hacen diferente de otras, mientras que autoestima se trata de cómo se valora la persona a sí misma. Torres (2006) menciona que los componentes cognitivos, afectivos y conductuales de la personalidad interaccionan para que una persona se exprese en la forma de ser en sociedad. El componente cognitivo: “...corresponde a la representación mental que nos formamos de nosotros mismos. Referido a los autoconceptos, autoconocimiento, autocomprensión y autopercepción” (Torres, 2006:112). El componente afectivo: “...conduce a la valoración de lo que en nosotros es positivo o negativo, lo favorable o desfavorable y lo que sentimos al respecto. Se refiere al autoaprecio y a la autovaloración” (Torres, 2006:112). El componente conductual: “...se define como el elemento activo, afectos relativos a nosotros mismos. Significa tensión, integración y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento coherente. Componente referido a la autonomía, a la responsabilidad y a la independencia” (Torres, 2006:113). Entonces la personalidad se parece a la autoestima porque la personalidad es la forma en

que pensamos, sentimos, nos comportamos e interpretamos la realidad, es la forma en que somos y la autoestima forma parte de la personalidad de tal manera que para mejorar nuestra autoestima necesariamente tenemos que trabajar con nuestra personalidad. La personalidad influye en la forma de percibir y evaluarse a sí mismo, mientras que la autoestima juega un papel fundamental en los procesos de conformación de la personalidad.

En el área de psicología es donde más se ha estudiado la autoestima. Esto me indica que los más interesados en su estudio y análisis, lo que resulte en que las personas tengan una buena autoestima son los psicólogos, pienso que les ayuda para saber cómo elaborar el tratamiento de un paciente y qué tan resiliente va a ser la persona durante su vida. Considero que usan la autoestima como un parámetro de la salud emocional del individuo.

La adicción a internet se ha estudiado según el punto de vista con el que se analiza, por ejemplo, en el área de salud se investiga para ver si es o no una adicción y en el área de psicología se estudia para analizar su comportamiento.

No encontré en México una investigación donde estudien la correlación de la autoestima y la adicción a internet, no hay información publicada al respecto, sólo hay estudios de la autoestima a nivel educativo básico y no a nivel profesional que es el de este estudio, los cuestionarios de autoestima son diferentes para adultos y niños.

1.3.- Justificación

Debido a que el uso de internet cada vez va en aumento, la adicción a internet es un asunto actual porque los usuarios de internet tienden a estar menos tiempo con las personas y, por lo tanto, podrán tener dificultades para relacionarse.

El dominio de la adicción a internet (AI) varía dependiendo del país, por ejemplo en un estudio realizado por Xuanhui "...en 2001, 9,6% de los jóvenes universitarios chinos mostraron una dependencia de internet; en un estudio realizado por Nichols con 283 estudiantes de Estados Unidos los investigadores encontraron que el 8,1% tenía AI; otro un estudio realizado por Morahan-Martin en Corea del Sur con 1.573 estudiantes de secundaria demostró que 1,6% tenía AI". (Navarro, 2007:696). Hasta el 2007 la prevalencia más alta encontrada fue en un estudio realizado por Niemi y Griffiths con 371 estudiantes británicos, en el cual 18,3% fueron considerados como adictos a Internet.

En Latinoamérica existen dos estudios realizados por Cruzado y Matos en Perú: el primero halló un 7% de prevalencia de adicción entre usuarios a Internet; el segundo encontró que el 46,9% de una muestra de estudiantes universitarios de Lima estaba en riesgo alto de tenerla o ya la tenía. (Navarro, 2007)

El uso de internet en países en vías de desarrollo se ha incrementado rápidamente en la última década. "En América Latina y el Caribe el crecimiento del uso de internet entre el 2000 y 2007 fue de 508,6% comparado con 115,2% en Norte América." (Alva,

2007:249) Aún así, no hay estudios sobre la relación entre adicción a internet y autoestima en los universitarios.

En México solo existe el estudio sobre los “Hábitos de los usuarios de Internet en México, 2003”, realizado por la Asociación mexicana de internet y por la empresa consultora Select, publicado el 13 de enero de 2004, dice que los jóvenes de 18 a 34 años son quienes en mayor medida se conectan a Internet, con un 65%; las personas mayores de 45 años recurren menos a este medio, con un 12% del total. Este mismo estudio da una “...serie de indicadores que perfilan a los cibernautas mexicanos:

- En cuanto a la ocupación, el 53% son empleados. Les siguen los estudiantes, con 17%.
- Escolaridad: el 69% tiene estudios superiores.
- Nivel socioeconómico: el 48% tiene ingresos altos, la clase media representa el 46%, mientras que las personas de bajos ingresos, solamente el 6%
- El lugar preferido de acceso: la casa 39%, el trabajo 34%, los cibercafés o bibliotecas 13%, la escuela 8% y finalmente, con parientes y amigos 6%
- Frecuencia de conectividad: un 80.6% se conecta de 5 a 6 veces semanales
- Tiempo de permanencia en la conectividad: el 42% dura más de 120 minutos”
(Rocha, 2004:124)

Pero no hay en México investigaciones donde se trabaje la correlación entre autoestima y adicción a internet. Sólo se hacen estudios de cada tema por separado, tanto

en este país como en el mundo. En Cd. Juárez no hay estudios con universitarios donde investiguen la relación entre la autoestima y los adictos a internet.

Se quiere realizar esta investigación por medio de los cuestionarios Coopersmith sobre autoestima y el de Kimberly Young sobre adicción a internet ya que son pioneros en el tema y han realizado diferentes cuestionarios según la edad de las personas, manteniendo actualizados sus instrumentos, los que son usados principalmente en Estados Unidos.

Con estos cuestionarios se podrá saber cuántos alumnos tienen la adicción a internet, cuántos son cibernautas promedio, cuántos tienen problemas con el uso de internet, ya que si se encuentra que son muchos representaría un problema de comportamiento escolar y social porque las personas que padecen este vicio se vuelven solitarios, callados, "...tienden a estar menos tiempo con las personas y, por lo tanto, tendrán dificultades para relacionarse" (Navarro & Rueda, 2007:692), y justo lo que quieren las empresas es que los egresados sean sociables y se interrelacionen con los otros trabajadores de la compañía según dijeron empleadores del área. También, se puede conocer cuántos estudiantes tienen autoestima baja, alta o media y al aplicarles los dos cuestionarios al mismo tiempo se podrá hacer la relación entre la autoestima y la adicción a internet. Además, se puede saber cuál es la autoestima de un adicto a internet, en el caso de que resulte alguien adicto, entre otros análisis que se pueden realizar..

Los primeros beneficios de los resultados serán para los docentes de la comunidad tecnológica. Ya que como profesionales en la educación se puede comprender el buen uso del internet en el aprendizaje; en reuniones académicas decidir las estrategias o acuerdos para corregir lo que se haya detectado, cambiando la técnica didáctica (quien lo necesite) para mejorar los resultados; lograr que los educandos identifiquen sus fallas y compartir recomendaciones para su autocontrol. Además, se podrá ayudar contribuyendo con un granito de arena para la felicidad de los universitarios y así quieran vivir bien con alegría y una mejor autoestima.

También, se puede aprovechar la revista escolar de circulación interna para los docentes para compartir el resultado de esta investigación y escribir un artículo científico, así como usar la revista de los estudiantes como medio de propaganda de información para compartir datos básicos sobre la adicción a internet y la autoestima.

1.4.- Objetivos del estudio

Objetivo general

Determinar si es posible o no reconocer una relación entre la adicción a internet y la autoestima de los alumnos que estudian en el Instituto Tecnológico de Cd. Juárez.

Objetivos específicos

Identificar si eventualmente hay resultados de estudiantes con adicción a internet por medio del cuestionario de Young.

Concluir cual es el tipo de autoestima que tienen los alumnos aplicando el inventario de autoestima de Coopersmith.

Decidir si hay la viabilidad de relacionar los resultados de los dos instrumentos antes mencionados.

1.5.- Preguntas de interés e hipótesis

Para llegar a la pregunta de interés principal, primero surgieron las preguntas básicas sobre ¿qué es la autoestima?, ¿qué es una adicción? y ¿qué es la adicción a internet? Ya que son los términos clave de este estudio y es necesario conocer sus definiciones porque se va a partir de ellas la investigación.

Una vez resueltas estas interrogantes entonces aparecieron las cuestiones de acciones ¿Cómo se puede saber cuál es la autoestima de los alumnos? ¿Cómo se puede saber si un alumno es adicto a internet? Estas preguntas son para tener el conocimiento del instrumento a usar y aplicarlo, así como, saber qué hacen los expertos para determinar la autoestima y la adicción a internet de una persona.

Luego, brotaron las dudas de, si resulta que un alumno es adicto a internet, ¿tiene baja autoestima o no?, acaso ¿hay una relación entre la adicción al internet y la autoestima?, ¿cómo se puede hacer la relación entre autoestima y adicción a internet?, ¿con qué instrumentos se puede saber si hay la posibilidad de construir una relación entre la autoestima y la adicción a internet? Todas las preguntas anteriores son para entender cómo se puede analizar y realizar una relación entre autoestima y adicción a internet.

Para llegar a la pregunta de interés más importante que es la siguiente:

¿Tiene que ver cuál es el tipo de autoestima de un alumno para saber si es adicto al internet? Esta última pregunta es para concluir y determinar si es posible que haya o no una correlación entre la autoestima y la adicción a internet.

Hipótesis

Las premisas a responder son:

- ✓ Si se puede determinar una relación a través del análisis de dos instrumentos.
- ✓ Si hay resultados de estudiantes con adicción a internet.
- ✓ Si se puede saber cuál es el autoestima de los alumnos con el inventario de autoestima de Coopersmith.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.-Teorías de la autoestima

Dentro de las teorías tradicionales sobre la autoestima están los teóricos Morris Rosenberg (1965) y Stanley Coopersmith (1967). Mruk explica en su libro “Self-esteem research, theory, and practice” que la teoría de Rosenberg se basa en la tradición del aprendizaje social, éste indica que la comprensión de la propia imagen o autoestima es un fenómeno de actitud creado por las fuerzas sociales y culturales. También, dice que la actitud en relación a la valía o valor de uno como persona es vista como una variable fundamental en el comportamiento, ya que funciona a favor o en contra de la persona misma en cualquier situación.

“Rosenberg exploró la forma en que se crea la autoestima: es el resultado de un proceso de comparación que implica valores y discrepancias” (Mruk, 2006:110²).

Esta teoría de la autoestima es profundamente social y sociológica. Su instrumento es la escala de autoestima de Rosenberg. En los ítems de la escala, la alta autoestima, expresa “...la sensación de que uno es lo suficientemente bueno. La persona simplemente siente que es una persona de valor que vale la pena; que se respeta a sí mismo por lo que se es” (Mruk, 2006:110).

² Todas las citas del autor Mruk son traducción propia.

La baja autoestima, por otro lado, implica auto-rechazo, auto-insatisfacción, auto-desprecio. Dice que al individuo le falta el respeto por sí mismo. Piensa que su imagen es desagradable, y la persona desea verse de otra manera.

Dentro de las características de la baja autoestima que identifica Rosenberg están: sentimientos como "...hipersensibilidad, la inestabilidad, la autoconciencia, la falta de confianza en sí mismo, el que la persona esté más preocupada por la protección contra una amenaza que disfrutar de la vida, la falta de riesgos, la depresión en general, el pesimismo, la soledad, entre otros" (Mruk, 2006:82). Rosenberg hace hincapié en el componente de valor o valía de la autoestima, es más social y cualitativo.

El siguiente teórico Stanley Coopersmith, comenzó a ver la autoestima desde un enfoque de la teoría del aprendizaje y en el laboratorio. Creía que era importante la participación de los padres para que los hijos tuvieran mejor autoestima al recibir más atención de ellos.

Su trabajo sobre la autoestima también se basa en el valor y el aprendizaje social. "En lugar de comparar los grupos y las normas de desarrollo, Coopersmith optó por estudiar cómo se aprende el autoestima, las formas en que la autoestima se podría fomentar o formar, y lo que podría hacerse para modificarlo cuando sea necesario" (Mruk, 2006:111).

Además de buscar diferentes tipos o niveles de autoestima (alta, media, baja), también investigó sus fuentes u orígenes que son la competencia, la importancia, la virtud y el poder a las cuales también les llama las principales bases de la estima. Es decir, “...las personas se evalúan a sí mismos de acuerdo a la forma en que son competentes en las actividades que realizan, lo bien que se cumplan las normas éticas o religiosas, lo amadas que son y que son aceptadas por los demás, y la cantidad de poder que ejercen. Cree que la determinación de una persona es la base para juzgar su valía y puede servir de mucho en la orientación de los esfuerzos terapéuticos” (Mruk, 2006:111).

Ya sea concebido social o psicológicamente, el enfoque de aprendizaje social a la autoestima hace hincapié en la definición en términos de valor, aunque también puede conducir a problemas, como los resultados débiles.

Coopersmith dice que la autoestima media es el resultado de no tener suficientes factores de desarrollo que lleven a una alta autoestima, pero tampoco de tener menos factores para llegar a tener baja autoestima. Pero no es mala. Su instrumento es el inventario de autoestima, su método es experimental, es más cuantitativo que cualitativo y tiene un enfoque psicológico.

En esta investigación se aplicará el inventario de autoestima de Coopersmith y se basará en su teoría ya que es cualitativa y tiene una perspectiva psicológica con la que se concuerda más.

2.2.- Conceptualización de la autoestima

Para poder definir la autoestima, primero, hay que ver en qué tipo de fuente se basará la definición, ya sea si se basa en el valor, en la competencia o en ambos. Ya que son las más usadas.

Primero, se muestran las definiciones que se basan en el valor o valía de una persona, por ejemplo, según Morris Rosenberg la autoestima consiste en “...un determinado tipo de actitud, que se cree que está basado en la percepción de un sentimiento, un sentimiento acerca de la propia valía o valor como persona” (Mruk, 2006:16). López (1983) define la autoestima como: “...el valor que el sujeto otorga a las percepciones que tiene de sí mismo” (Miranda, 2005:861). Rojas define la autoestima como “...el valor que la persona se otorga a sí misma. Será mayor en la medida, en que la persona se acepte y menor, según, la proporción de desaprobación que se atribuya” (Rojas, 2001:6).

Considero que para esta investigación de las definiciones anteriores es más adecuada la definición de Rojas, ya que, da a entender que puede haber diferente autoestima (alta o baja) dependiendo de qué tanto se acepta la persona.

Canto dice que Abud y Bojórquez consideran a la autoestima como un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen; como la capacidad para valorar el yo y tratarse con dignidad, amor y realidad, y como “...el juicio personal que hace el individuo acerca de su propio valor” (Canto, 2004:261). Es decir, la autoestima se refiere a la valoración

positiva o negativa que la persona se hace, incluyendo las emociones que asocia a ella y las actitudes que tiene respecto de sí misma (Brinkmann, 1989).

A veces, se pueden confundir las palabras autoestima y autovaloración porque para algunos autores es lo mismo, pero para Llinares la autovaloración es parte de la autoestima, es decir, para saber cómo es la autoestima de una persona primero se tiene que autovalorar, es una acción para llegar a determinar la autoestima. Así, Llinares dice que la autovaloración en general de la persona es la evaluación que hace de sí misma en diferentes aspectos y que no necesariamente tienen que estar relacionados entre sí (Llinares, 2001).

Coopersmith cree que es muy importante la valía que los padres les dan a sus hijos en la crianza, por lo cual, es muy importante que los padres acepten a sus hijos (Mruk, 2006). De hecho estoy de acuerdo con Coopersmith porque creo que la autoestima de un niño tiene que ver mucho con la educación que le dieron sus padres en la infancia, con el medio en el que se desenvuelve, ya que, la familia es la primera célula de la sociedad en la cual se desarrolla una persona y es donde aprende los valores. Por ejemplo, si un padre le dice muchas veces a su hijo que es un tonto entonces se lo va a creer y siempre se va a sentir menos que otra persona porque es tonto y esa cree que es la verdad porque lo dijo el jefe de la familia que es quien “sabe”. En cambio, si un padre le dice a su hijo que es inteligente, que puede salir adelante ante los tropiezos de la vida, le explica, le pone atención y le da confianza en sí mismo entonces es probable que tenga mejor autoestima que el niño del primer caso.

Siguiendo con las principales fuentes u orígenes en los que se basa una definición de autoestima, ya que se puede mejorar o empeorar la autoestima de una persona al competir con otra, o se puede sentir fracasada al no lograr objetivos, a continuación se muestran las definiciones de autoestima basadas en la competencia.

William James definió la autoestima en términos de acción, en particular, "...la acción que tiene éxito o es competente. Él dice que la autoestima depende de dos cosas que se llaman pretensiones: esperanzas, deseos, aspiraciones o de un individuo, y su capacidad para llevarlas a cabo, para lo cual es necesaria la competencia. Así que, el trabajo de James se centra en los resultados de comportamiento y el grado de diferencia entre el yo ideal de uno y el yo real" (Mruk, 2006:13).

Para que no se confunda el término competencia con el usado en las fuentes de autoestima, Coopersmith usó el término logro para representar el tipo particular de éxito que tenía en la mente cuando se refería a la palabra competencia (Mruk, 2006). Porque al lograr un objetivo la persona se siente competente consigo misma no necesariamente que esté compitiendo con otra persona, sino que compite con sus propios retos y al lograrlos siente alegría, se motiva y crece su autoestima.

Coopersmith fue uno de los primeros en estudiar las fuentes de autoestima y encontró que hay cuatro: "...el poder (la capacidad de influir o controlar a los demás), la importancia (siendo valorado por los demás como lo demuestra su aceptación), la virtud (la adhesión a las normas morales), y la competencia (un desempeño exitoso en lo que se

refiere a un gol)” (Mruk, 2006:75). A raíz de estas fuentes u orígenes de autoestima existen definiciones variadas de autoestima, por ejemplo, se pueden encontrar definiciones en base solamente al poder o a la competencia o en combinación, considero que lo mejor es combinarlas como sigue.

Por último, se tienen las definiciones de autoestima que se basan tanto en el valor como en la competencia. Nathaniel Branden Dijo en 1969: “...la autoestima tiene dos aspectos interrelacionados: que implica un sentido de eficacia personal y un sentido de valor personal. Es la suma integrada de auto-confianza y auto-respeto. Es la convicción de que uno es competente para vivir y digno de vivir” (Mruk, 2006:19).

Es decir, que la autoestima no se refleja con solo sentirse bien consigo mismo o con ser únicamente competente, sino que van juntos de la mano. La primer forma de concebir la autoestima fue en términos de competencia, y todavía se sigue viendo así (Mruk, 2006). La persona se siente mejor si hay un equilibrio y armonía entre ambos. Esto lo he comprobado al sentirme mejor conmigo misma al ser competente en un área de la vida.

También hay otras definiciones de autoestima que se basan en otras cosas o tienen otros enfoques como las que se mencionan a continuación. En caso de que la definición de autoestima tenga un enfoque social o psicológico, Mruk explica que “La perspectiva sociológica tiende a políticas y programas que aumenten la autoestima mediante la reducción de las presiones ambientales sobre las personas vulnerables de apoyo; la

perspectiva psicológica tiende a apoyar políticas y programas que aumenten la autoestima cambiando individuos” (Mruk, 2006:32).

Wells y Marwell intentaron realizar definiciones de autoestima en base a dos procesos psicológicos: la evaluación (que hace hincapié en el papel de la cognición) y el afecto (que prioriza el papel de los sentimientos), ya que pertenecen a la autoestima (Mruk, 2006:10).

Hay infinidad de definiciones que pueden ser basadas en las cuatro fuentes ya mencionadas, o en los diferentes enfoques como el social, psicológico, afectivo, humanista, o por ejemplo, en el enfoque de identidad racial Mruk dice que “De mayor a menor puntuación de autoestima, los grupos se ordenan de la siguiente manera: negros, blancos, hispanos, indios americanos y asiáticos” (Mruk, 2006:73). Lo principal es que todas coinciden en que hay que hacer un autoanálisis para saber cómo es la autoestima de cada persona. En conclusión se necesitan de los dos, valor y competencia para formar la autoestima, en este caso.

2.2.1.- Niveles de autoestima

La mayoría de los teóricos coinciden en que existen tres niveles de autoestima: alta, baja y media. A continuación se muestran características de estos niveles.

Alta

Mruk comenta que hace tiempo la alta autoestima se asociaba con habilidades y características que la hicieron una condición positiva deseable (Mruk, 2006).

Las personas con alta autoestima se sienten muy competentes para asumir riesgos y afrontar fracasos, también, se sienten mejor consigo mismos, con la vida y el futuro. Además, la alta autoestima se asocia con la extroversión, autonomía y la autenticidad. Hay una relación estadística positiva entre una alta autoestima y la felicidad, por lo que una alta autoestima es atractiva y deseable (Mruk, 2006).

Pero, también, se asocia con condiciones negativas como "...la actitud defensiva, el narcisismo, egoísmo, violencia y algunas categorías de comportamiento antisocial como bullying" (Mruk, 2006:86). Una alta autoestima está asociada con una productividad referida al rendimiento académico, creatividad o liderazgo (Miranda, 2005).

Media

Mruk dice que Harter y Whitesell encontraron que para algunas personas, la autoestima es relativamente estable, pero para otras varía con el tiempo o dependiendo de las circunstancias, o en ambos casos (Mruk, 2006). Considero que sí tienen que ver las etapas de la vida en una persona para su autoestima.

Para Coopersmith la autoestima media solo es una autoestima que no tiene los suficientes factores para ser alta pero tampoco para ser baja. En realidad considero que

sólo se debería hablar de autoestima alta o baja porque o se tiene mucha autoestima o poca, se tiene autoestima o no se tiene, no hay término más o menos, si o no, es como, tienes carro o no tienes, no es más o menos tienes carro. Pero para las investigaciones cuantitativas hay que hablar de números y medir, así que, es necesaria la autoestima media para hacer la transición de autoestima baja a alta.

Baja

La autoestima influye directamente en el comportamiento de los individuos e incide en la promoción del bienestar psicológico, pues la forma en que se evalúa a sí mismo el individuo tiene repercusión en todas las áreas del desarrollo social, emocional, intelectual, conductual y escolar (González, 2003).

Oliva dice: "...cuando la autoestima es afectada y una persona no es capaz de percibirse a sí misma como valiosa, se dice que su autoestima es baja, y por consiguiente su relación consigo misma y con los demás es inadecuada" (Oliva, 2007:360).

La baja autoestima a menudo "...se menciona en relación con diversos trastornos mentales, como depresión, ansiedad y problemas de aprendizaje" (Mruk, 2006:2), y emociones aversivas o de repudio.

La baja autoestima "...se asocia con el trastorno distímico (trastorno afectivo de carácter depresivo crónico), la depresión mayor, trastorno de ansiedad, trastornos de la

alimentación, disfunción sexual, vergüenza patológica, intentos de suicidio, y una serie de trastornos de la personalidad, tanto en niños como en adultos” (Mruk, 2006:82).

Moreira señala que hay sentimientos, sensaciones y conductas aunados a la baja autoestima, como lo son “...los sentimientos de abandono, rebeldía, depresión, agresividad, inseguridad, incertidumbre, apatía hacia la escuela, pocas relaciones interpersonales, ausencia de valores, deserción escolar, bajo rendimiento escolar, pérdida de identidad, abuso sexual, estigmatización, falta de visión del futuro, tendencia al suicidio, precocidad, trastornos en el aprendizaje y pérdida de valores culturales” (Oliva, 2007:360).

La gente con baja autoestima “...utilizan estrategias de auto-protección, que se caracterizan por la falta de voluntad de tomar riesgos, centrándose en evitar sus malas cualidades, y la renuencia a llamar la atención sobre sí mismos” (Mruk, 2006:83).

El aspecto físico de los jóvenes es de suma importancia para su estabilidad emocional y por consiguiente su comportamiento se ve aceptado de acuerdo a como se considere ya sea atractivo o feo (Rojas, 2001). En relación con la edad, se encontró que los sujetos entre 18 y 22 años consideran que se sienten perdedores e inseguros (González, 2003). La adolescencia es una etapa vulnerable de la vida de una persona donde se tienen muchas preguntas sobre el mundo, entonces hay confusión en los jóvenes y es difícil para ellos tener una estabilidad emocional por los conflictos propios de la edad. Por eso, es importante que los padres les pongan atención y los hagan sentirse

amados.

Un 43% duda de su importancia en la familia; elemento fundamental para la autoestima en jóvenes (Rojas, 2001). Considero que esto tiene que ver con la educación de los padres hacia sus hijos, de qué tanto le ponen atención a sus hijos.

Niveles bajos en la autoestima de "...los jóvenes se han asociado con una serie de síntomas psicopatológicos entre otros, con reacciones de ansiedad, síntomas depresivos, desesperanza y tendencias suicidas. También en la demora innecesaria de la realización de tareas, manifiestan conductas agresivas, conductas antisociales, violencia escolar y violencia relacional, pueden tender a un incremento en el consumo de alcohol" (Rodríguez, 2012:393).

Una baja autoestima es característica de un perdedor, poco creativo y más bien un seguidor (Miranda, 2005). El respeto a sí mismo está vinculado a la autodirección. La autoestima académica correlaciona sobre todo con valores de conformidad, de logro, de benevolencia y de autodirección (Llinares, 2001).

La autoestima puede generar una serie de conflictos porque "...el joven con baja autoestima tiene menos oportunidad de lograr sus metas personales, pero una autoestima alta le dará mayor posibilidad de éxito en su vida social y personal" (Rojas, 2001).

Se ha comprobado que el ser humano en todas las edades, al poseer una buena

relación familiar y fuentes de apoyo significativos, se conserva en óptimas condiciones psicológicas y, de esta manera, supera más fácilmente las tensiones o la enfermedad (Canto, 2004).

La baja autoestima, sería una señal para detener la participación en un cierto tipo de comportamiento y para empezar a participar en otras acciones más prosociales o productivas (Mruk, 2006:34).

En conclusión, creo que lo mejor es tener una autoestima saludable sin importar tanto en el nivel, lo que importa es que la persona se sienta bien consigo misma. Claro que los docentes preferiríamos estudiantes con autoestima alta y positiva, porque así sería más fácil el trabajo docente, la realidad es que se atienden alumnos con personalidades distintas y así se les ayuda en su educación académica. Además, se puede observar que influye mucho la relación familiar que se tenga para la autoestima de una persona. En una institución educativa se le ayuda al alumno a que afronte problemas y tenga una autoestima positiva.

2.3.- La adicción e internet

En esta sección se hablará primero del término adicción, sus definiciones y diferentes enfoques, luego de internet y por último de la adicción a internet y sus características.

2.3.1. Adicción

Las adicciones son trastornos psiquiátricos crónicos, que “...representan un serio problema de salud pública. Estos trastornos tienen una elevada prevalencia y efectos negativos tanto individuales, como familiares y a nivel social, con un alto costo sanitario” (Ibañez, 2008:2).

Las adicciones son enfermedades complejas “...desde el punto de vista fisiopatológico, derivado en gran parte de la complicada estructura y funcionamiento del órgano que les da origen, y que ha llevado a algunos autores a considerar el cerebro humano como la máquina electroquímica más compleja del universo” (Ibañez, 2008:3).

Para Quiceno la adicción está asociada a la palabra –entregado o devoto a algo- (sustancia, persona o cosa). Según el término cualquier sustancia o conducta normal placentera sería susceptible de convertirse en un comportamiento o sustancia adictiva.

Los trastornos adictivos (químicos y psicológicos) cuentan con dos componentes fundamentales: falta de control y dependencia (Quiceno, 2007). También, Quiceno dice “...la adicción está determinada en función del grado de interferencia de relaciones. Las adicciones psicológicas son entonces, conductas repetitivas que resultan placenteras y que generan una pérdida de control en el sujeto” (Quiceno, 2007:137).

También, las adicciones son, ”...aquellos esquemas conductuales caracterizados por un uso compulsivo de sustancias, objetos o emociones, que genera dependencia física

y psicológica, produciendo alteraciones fisiológicas y trastornos psíquicos y emocionales” (Segura, 2010:128).

Las adicciones son conocidas también como “enfermedades de la negación debido a que el sujeto tarda largo tiempo en admitir que está afectado por una patología, y como enfermedades invisibles, debido a su propensión a pasar inadvertidas por otras personas durante una larga temporada” (Gómez, 2001:17). Justamente muchos adictos no aceptan ser adictos, ya sea porque no saben que sus actitudes son de una enfermedad o las ven como algo normal. Por lo tanto, todas las adicciones tienen consecuencias neuropsicológicas pero dependiendo de cual se hable son sus consecuencias.

2.3.2.- Enfoques de la adicción

El prototipo de las adicciones sin sustancia, “...o conductas adictivas, es el juego patológico o ludopatía, cuyas similitudes con las adicciones químicas son reconocidas. Se incluyen el comer compulsivo, las compras compulsivas y la adicción al sexo entre otras” (Ibañez, 2008:4). Dentro de las adicciones sin sustancia entra la adicción a internet.

El campo de las adicciones se ha ampliado ante la aparición de una patología similar a las adicciones a las sustancias químicas pero donde no existe una sustancia psicoactiva, denominadas conductas adictivas, o adicciones no convencionales como la adicción a internet. Algunas personas pueden desarrollar con mayor facilidad una conducta adictiva a las actividades, a las máquinas u objetos o a las personas de manera exclusiva, permanente y/o sucesiva, a la cual se le denomina personalidad adictógena.

Entre las adicciones no convencionales, también llamadas adicciones no tradicionales o conductas adictivas está: a instrumentos o aparatos (nintendo, juegos electrónicos, computadoras, televisor, internet, deporte, trabajo, ahorro, gasto) (Vacca, 2005).

Griffiths entiende por adicciones tecnológicas “...aquellas que involucran la interacción hombre-máquina, y las divide entre pasivas (como la televisión) y activas (internet, móvil y videojuegos)” (Castellana, 2007:197). Por ejemplo, el lenguaje del chat es la aplicación de una lengua en un sistema de comunicación sincrónico en internet que posibilita la comunicación entre una o más personas, ubicadas en diferentes lugares. El chat es un foro abierto en donde los participantes se muestran abiertamente para expresar formas de sentir y de pensar. Por eso, la acción chatear se vuelve, una práctica sociocultural (Rocha, 2004). Y hay personas adictas a chatear sobre todo aquellas a las que les gusta platicar mucho.

También, existe la adicción social que consiste en “...un impulso cuya expresión explícita se concreta en un acto de comportamiento que no se puede controlar y que, además, se repite a intervalos temporales más o menos espaciados, que originan o se acompañan de trastornos y alteraciones funcionales o somáticas del sujeto que las padece, con una clara repercusión en el contexto o entorno en el que desarrolla su vida, siendo particularmente importantes los efectos sobre la estabilidad familiar y laboral del sujeto adicto” (Gómez, 2001:16).

Toda adicción conlleva "...capacidad para engancharse en conductas de las que se derivan consecuencias reforzantes, excesiva preocupación por el consumo o conductas de las que se desprende un refuerzo positivo, tolerancia o nivel de saciedad temporal, pérdida de control en donde la frecuencia de la conducta adictiva se incrementa haciéndose cada vez más automática , y dificultad en detener o evitar dicha conducta a pesar de la existencia de consecuencias negativas" (De Sola, 2013:149).

La adicción a internet se ve como una adicción social o tecnológica, no como una adicción a sustancia.

2.3.3. Internet

Internet es una tecnología para la información y la comunicación. Se utiliza para buscar la información que se necesita, y para comunicarse con los más allegados y con aquellos que no se conocen y que viven lejos. También, permite difundir información, compartirla y generar conocimiento compartido (Duart, 2006,) .

Por eso, la "World Wide Web" (www) de internet se ha convertido en uno de los principales vehículos de información de todo tipo y es un hecho incuestionable muy presente en la vida cotidiana que a estas alturas del desarrollo de las tecnologías de la información y de las telecomunicaciones no supone ninguna novedad, sino una realidad palpable en los ámbitos doméstico, laboral, académico o científico (Laguens, 2006). Es decir, la internet es una fuente de información muy consultada (Alva, 2007.).

La adicción a internet “Es una dependencia psicológica caracterizada por un incremento en las actividades que se realizan por este medio, con malestar cuando la persona no está en línea, tolerancia y negación de su problemática. Este concepto se ha caracterizado de manera similar al del juego patológico. La Adicción a Internet (AI) surge cuando las personas que emplean demasiado tiempo navegando en Internet generan un estado de excitación cuyos resultados serán pocas horas de sueño, hiporexia durante largos periodos y poca actividad física, con lo cual desencadenarán problemas en la salud física y mental” (Navarro, 2007:693) .

Se define, en general, como adicto a internet a la persona cuya vida gira en torno a su conexión a la Red, que pasa a ser el centro de la vida de la persona, olvidando por tanto toda la serie de relaciones que conforman la convivencia social o la vida misma. Muchas veces se tiende a pensar que las relaciones adictivas implican el uso de sustancias, sin embargo en el caso de internet, como en otros tantos, la adicción conlleva una actividad. Hay una cuestión compulsiva que hace a la persona no poder vivir sin ese estímulo que le brinda placer, satisfacción y muchas veces alivio y sostén. Junto a ello se da una situación de negación de la relación de dependencia que “...permite al individuo adicto continuar esta actividad a pesar de sus efectos perjudiciales” (Balaguer, 2008).

Actualmente, Navarro afirma que la Adicción a internet puede encontrarse en cualquier edad y en cualquier nivel socioeconómico y educativo. Young definió el uso patológico de internet (UPI) como un trastorno del control de impulsos, puesto que presenta las características de los trastornos por dependencia, pero no está relacionado

con la intoxicación por alguna sustancia (Navarro, 2007).

Para Castellana se están iniciando tipos de desadaptaciones conductuales por la generalización de las Tecnologías de la información y la comunicación, lo cual junto con otros factores personales y ambientales, facilita la conducta adictiva. El diagnóstico de la adicción a las TIC (tecnologías de la información y la comunicación) parte del mismo principio que las adicciones a sustancias. Se señalan 3 síntomas nucleares:

- 1) Incapacidad de control e impotencia. La conducta se realiza pese al intento de controlarla y/o no se puede detener una vez iniciada;
- 2) Dependencia psicológica. Incluye el deseo, ansia o pulsión irresistible y la polarización o focalización atencional (la actividad se convierte en la más importante al dominar pensamientos y sentimientos)
- 3) Efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para la persona (conflicto intrapersonal: experimentación subjetiva de malestar) y/o su ámbito familiar y social (conflicto interpersonal: trabajo, estudio, ocio, relaciones sociales, etc.).

Los síntomas no esenciales más frecuentes son:

- a) “Tolerancia y abstinencia;
- b) Modificación del estado de ánimo. Sensación creciente de tensión que precede inmediatamente el inicio de la conducta. Placer o alivio mientras se realiza la conducta. Agitación o irritabilidad si no es posible realizar la conducta;
- c) Euforia y trance mientras se desarrolla la actividad;
- d) Negación, ocultación y/o minimización;

e) Sentimientos de culpa y disminución de la autoestima; y

f) Riesgo de recaída y de reinstauración de la adicción” (Castellana, 2007:197).

La cantidad de usuarios que utilizan internet de manera habitual sigue creciendo día a día en todos los países. Los usuarios privados o las organizaciones utilizan la Web con propósitos muy diferentes (Laguens, 2006.).

Contrariamente, al mismo tiempo que la tecnociencia impide que los sujetos disfruten de la compañía de la naturaleza, el “mundo digital” tiende a alejar a las personas y aislarlas de las cosas, encerrándolas en lugares de soledad ante la presencia única y poderosa de su acción, ante el hecho de que esa técnica y esos instrumentos se han convertido, por su virtualidad, en un “simulacro sistemático” (Vázquez, 2001). Algunos casos pueden tener ciber crisis mostrando agitación y movimientos como el de mecanografiar pese a no estar delante de la computadora. El atractivo de internet aumenta porque “...incluye la relación virtual con amigos y desconocidos y porque la ausencia de elementos de la comunicación no verbal facilita la interacción y posibilita enmascarar la identidad personal, hecho que puede provocar la vivencia de una experiencia placentera y de excitación aliviando el aburrimiento, la tensión, la depresión y la ansiedad. Puede darse ansiedad o impaciencia por la lentitud de las conexiones, o por no encontrar a quien busca, irritabilidad en el caso de interrupción y dificultad para salir de la pantalla” (Castellana, 2007:198). Los recientes avances en las tecnologías de información y comunicación están cambiando la manera en que la gente interactúa y de cómo la información se obtiene (Sun, 2000). Por eso, el chat es un sistema que permite a los

usuarios de internet intercambiar mensajes de texto o voz en tiempo real, al establecer “conversaciones” entre ellos; algunos permiten la transmisión de archivos, imágenes en directo y hasta jugar. El ciberespacio está abierto, es eminentemente virtual y determina que la gente hable de algún tema de interés compartido (Rocha, 2004). La Rose(2001) confirma la hipótesis de la Web como espacio de socialización y apertura al mundo más que como espacio de extrañamiento o aislamiento (Balaguer, 2008).

Una sociedad digital está canalizando un nuevo modelo de hombre digital en un mundo globalizado y con mensajes sin fronteras. Parece que internet se ha convertido en algo incontrolable (Vázquez, 2001).

La llegada de la comunicación por medio del internet ha proveído de herramientas convenientes para los maestros (Sun, 2000). La Red facilita las cosas tal cual lo hacía la carta o el teléfono porque la mayoría de las veces no se ve la persona con la que se entabla comunicación en tiempo real y así se evitan problemas.

No se debe ir ajustando el discurso a los gestos, sino que se deja que el ser íntimo fluya para después observar cómo repercute en el otro el discurso escrito. Las relaciones virtuales permiten ser más “uno mismo”. Por eso, los más jóvenes se animan a declararse a sus novias y los adultos a flirtear y mostrar sus facetas más oscuras. Es por esto también que pasan tantas horas en dichos entornos virtuales. Pero el desconectarse puede llegar a movilizar angustias narcisistas, irritación, ya que conllevan a la reconexión con el narcisismo del Yo y por tanto, con la limitación del cuerpo y de la realidad. Las personas

tienen serias dificultades para vivir sin estar sujetas a alguna actividad o tecnología. Se aburren si no tienen algún dispositivo electrónico como compañía. El siglo XXI está generando sujetos de conexión, sujetos acostumbrados a la presencia de otros como algo permanente (Balaguer, 2008).

En la sociedad red, la idea de creación de comunidad entorno del hecho educativo, adquiere una nueva fuerza. Comunidad es un término social engañoso porque una comunidad es una particular variedad de un grupo social en la que los hombres y mujeres creen que ellos comparten algo juntos (Meneses, 2005).

Es posible que por medio de las computadoras se redescubra que el ser humano es valioso sin importar su color, país, religión, sexualidad, apariencia, costumbres, etc., que finalmente lo importante del ser humano es él mismo sin las barreras y prejuicios que se acostumbra anteponerle en la vida cotidiana (Rocha, 2004). En una institución educativa se aprovechan mejor los medios tecnológicos para que los estudiantes sean competentes y usen las computadoras para algo productivo.

En la tabla que se muestra a continuación se tienen los principales indicadores de este capítulo con una recopilación de los puntos más importantes de cada uno que sirven para entender la definición y características, entre otros puntos. Por ejemplo, se puede ver que la autoestima en jóvenes depende de la valía que los padres les dan, de la importancia que tiene en su familia y eso repercute en su rendimiento académico, creatividad y condiciones psicológicas.

Tabla 1. Resumen de indicadores

Autoestima	Autoestima en jóvenes	Adicción	Adicción al internet
Sentimiento acerca de la propia valía o valor como persona	Valía que los padres les dan	Se tienen trastornos psiquiátricos crónicos	La vida de la persona gira en torno a su conexión a la red
Valoración positiva o negativa que la persona se hace	Rendimiento académico, creatividad y liderazgo	Es una enfermedad compleja	Dependencia psicológica
Lograr objetivos	Importancia del aspecto físico de los jóvenes para su estabilidad emocional	Se tiene falta de control y dependencia	Incapacidad de control e impotencia
Sentirse bien consigo mismo y ser competente	Importancia en la familia	Produce alteraciones fisiológicas y trastornos psíquicos y emocionales	Efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para la persona y/o su ámbito familiar y social
Sentido de eficacia personal	Condiciones psicológicas	Afectado por una patología	Euforia y trance mientras se desarrolla la actividad

Fuente: Elaboración propia

CAPÍTULO III

MÉTODOLOGÍA

3.1.- Metodología cuantitativa

Dentro de las metodologías de la investigación existen la cualitativa y la cuantitativa, la diferencia entre ellas es que la primera recolecta datos sin medición numérica y la segunda si utiliza la medición numérica.

Para realizar esta investigación se utilizó la metodología cuantitativa ya que, como dice Hernández (2006) “...este enfoque usa la recolección de datos para probar hipótesis mediante un análisis estadístico”. Así que, las actividades que se realizan con el método cuantitativo son: plantear un problema, revisar la literatura, construir un marco teórico, hacer una hipótesis, probarla, recolectar datos y analizar los datos usando un método estadístico, entre otras actividades que no necesariamente tienen que estar en este orden.

3.1.1.- Diseño del estudio

Existe el diseño exploratorio que consiste en examinar un tema del cual no se conozca mucho sobre él, el diseño explicativo que consiste en explicar un suceso, también, existe el descriptivo que describe lo que le pasa a un grupo o junta información sobre conceptos,

trata de dar las características de personas o fenómenos que se estudien por medio de un análisis.

En la investigación descriptiva se selecciona una serie de cuestiones y se recolecta información para así describir lo que se investiga.

Por último, está el diseño correlacional el cual dice Hernández (2006) tiene como propósito conocer la relación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular. Es decir, miden cada variable presuntamente relacionada y, después, miden y analizan la correlación, la que puede ser positiva o negativa.

Esta investigación es correlacional porque se sabrá si hay relación entre las dos variables resultantes. Por lo tanto, este es un estudio descriptivo y correlacional.

3.1.2.- Población y muestra

Una población es el conjunto de casos que se analizan, conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones. Una muestra es "...un subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y debe ser representativo de dicha población" (Hernández, 2006:236).

Para las delimitaciones del estudio se tiene que el criterio de inclusión es que sean estudiantes de cualquiera de las 12 carreras del ITCJ, de cualquier semestre, que estén inscritos a la hora de la investigación, y el criterio de exclusión es que no pueden

participar estudiantes de Posgrado o alumnos que no estén inscritos en al menos una materia.

Un sesgo era que en algunas carreras no quisieran participar en el estudio, entonces tendría que hacerse la muestra de alumnos de licenciaturas (en general) y de ingenierías (no en específico cada carrera). Sin embargo, en esta investigación si quisieron participar de todas las carreras de la institución.

Otra cosa que pudo pasar es que un estudiante que participó en el estudio se diera de baja del semestre, o de la escuela. En este aspecto no se realizó la revisión de los participantes sobre si continuaron inscritos en el semestre ya que hay dos semanas para tramitar altas y bajas del semestre, y no se les pidió su nombre para después revisar en el sistema si todavía estaban inscritos.

Un límite fue que esta investigación se realizó exclusivamente con estudiantes del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez, de ninguna otra escuela de nivel licenciatura. Por lo tanto, la población de estudio es: estudiantes inscritos en las carreras de Licenciatura del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez. De un total de 4592 alumnos se obtuvo una muestra probabilística de 384 mediante la fórmula $n = \frac{(\frac{1}{4})(z_{\sigma/2})^2}{e^2}$ (Walpole) donde:

$z_{\sigma/2}$ = valor de la curva normal estándar

e^2 = error estándar (0.05)

Teniendo un 95% de nivel de confianza y un 5% de error queda el resultado que se muestra a continuación.

$$n = \frac{0.25 * (1.96)^2}{(0.05)^2} = 384$$

Se usó una muestra probabilística estratificada donde cada segmento o estrato fue una carrera, usando la fórmula (Hernández, 2006:248)

$$ksh = \frac{n}{N}$$

donde n= muestra y N= población

quedó $ksh = 384/4592 = 0.0836$ que es la fracción constante y se multiplica por la población de cada estrato para obtener la muestra. Así, las muestras de los estratos resultaron de la siguiente manera:

Tabla 2. Muestras de las carreras del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez

Carrera	N	muestra
Lic. en Administración	886	74
Lic. en Contaduría	646	54
Lic. en Informática	191	16
Ing. Eléctrica	107	9
Ing. Electrónica	237	20
Ing. Electromecánica	463	39
Ing. en Logística	15	1
Ing. en Gestión empresarial	62	5
Ing. Mecatrónica	276	23
Ing. Mecánica	208	17
Ing. Industrial	871	73
Ing. en Sistemas computacionales	630	53

Fuente: Elaboración propia

Variables o indicadores

Una variable es “...una propiedad que tiene una variación que puede medirse u observarse” (Hernández, 2006:124). En este estudio las variables resultantes serán analizadas para determinar si hay o no correlación entre ellas. Éstas son la adicción a internet y la autoestima. Para cada variable resultante se aplicará un cuestionario.

Otras variables que pueden observarse son las variables independientes, en esta investigación son el año de nacimiento (que se tomará como un número entero), el género (masculino o femenino, indicado como M o F respectivamente), la carrera (se define como la licenciatura que cursan los estudiantes, ya sea administración, contaduría, informática, industrial, eléctrica, electrónica, mecánica, electromecánica, mecatrónica, en logística, en gestión empresarial o sistemas computacionales) y el semestre (es el número de semestre que están cursando, ya sea del primero al doceavo).

La investigación se realizó cuando los estudiantes se inscribieron en el semestre de agosto-09. En el día que les tocó inscribirse se les buscó para que contestarán los cuestionarios sólo a los alumnos que anteriormente fueron seleccionados en la muestra aleatoria.

3.2.- Instrumentos

Se usaron dos cuestionarios como instrumentos de medición, para la autoestima fue el que se llama Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith versión para adultos con 25 reactivos y está validado por Lara, Verduzco, Acevedo y Cortés (Canto, 2004), es un instrumento de medición cuantitativa de la autoestima. Se eligió porque es el más utilizado y validado en investigaciones, tiene buenas propiedades psicométricas, es el más citado y es de los pioneros del tema. Ver anexo I.

Al realizar el análisis del cuestionario se aportará información sobre cómo se percibe el estudiante en las áreas de autoestima general, autoestima social, familiar y

autoestima escolar-académica. Además, revelará el nivel de autoestima que tiene la persona.

Para la adicción a internet se usó el cuestionario de Kimberly Young con 20 reactivos tipo Likert, además se le agregó sexo, año de nacimiento, carrera y semestre. Se eligió porque es el más utilizado y es de una persona pionera en el tema. Ver anexo II.

Al realizar el análisis del cuestionario se aportará información sobre el nivel de usuario de internet que es el estudiante, ya sea, promedio, con problemas o adicto al internet. El cuestionario extenso de Young indica 5 categorías de comportamiento: "...cybersexualidad, cyber-relaciones sociales, compulsiones relacionadas con el juego (apuestas con dinero) y las compras, necesidad y sobrecarga de información, y obsesión por los videojuegos on-line" (De Sola, 2013:151). En este caso se usó un cuestionario que indica las primeras dos categorías de comportamiento y da información sobre cinco áreas de impacto en la vida de una persona que son: social, familiar, académico y laboral, aislamiento y problemas de salud. En la siguiente tabla se muestra la información que se puede obtener, es decir, lo que miden los instrumentos seleccionados.

Tabla 3. Cuadro de instrumentos

Autoestima Coopersmith	Adicción a internet Young
Nivel de autoestima (alta, media, baja)	Nivel de usuario (promedio, problemas, adicto)
Áreas de autoestima (social, general, escolar, familiar)	Categorías de comportamiento (cybersexualidad y cyber-relaciones sociales)
	Áreas de impacto en la vida (social, familiar, académica y laboral, aislamiento y problemas de salud)

Fuente: Elaboración propia.

3.3.- Procedimientos

Primero, se sacaron tantos números aleatorios como requirió la muestra para cada carrera según el número de alumnos inscritos, luego, con ayuda de la lista de inscripciones se supo quiénes fueron los alumnos seleccionados al coincidir el número aleatorio con el nombre de la lista que está ordenada alfabéticamente y esos fueron los participantes. Después, se fue a buscar a cada alumno en el día y hora que le tocó inscribirse para solicitarle participar en la investigación.

A cada participante se le preguntó verbalmente si podía hacer el favor de colaborar en el estudio, en caso afirmativo se le entregaron los cuestionarios para que los

conteste y en caso negativo nada más se le dieron las gracias. Un beneficio que tuvieron los participantes es saber que existe la adicción a internet y pensar en su autoestima.

El personal que intervino fue: dos auxiliares de investigación y una investigadora. Los auxiliares ayudaron a aplicar los cuestionarios (autoestima y adicción a internet), juntarlos en un sobre amarillo y entregárselos a la investigadora.

La investigadora estuvo encargada de hacer el análisis de la información, cuidar los detalles e imprevistos, obtener permiso para el estudio y documentar todo. Las instalaciones donde se hizo el estudio fue en la oficina del coordinador de cada carrera del ITCJ y la técnica usada fue la encuesta.

Análisis de datos

El método de recolección de datos fue por medio de encuestas y la información se guardó en hojas de cálculo. Se realizó un archivo en un software de hojas de cálculo llamado Excel, para los resultados de cada carrera participante. En una hoja se pusieron los resultados de la encuesta de adicción como matriz y en otra hoja los resultados de la encuesta de autoestima.

Para saber si una persona es adicta a internet se utilizó la siguiente puntuación:

De 20 a 49 puntos: eres un usuario promedio. Puedes navegar en la Web demasiado tiempo algunas veces, pero tienes control sobre su uso.

De 50 a 79 puntos: tienes ocasionalmente o frecuentemente problemas a causa del internet. Deberías considerar su impacto en tu vida.

De 80 a 100 puntos: tu uso del internet te causa problemas significativos en la vida. Deberías evaluar el impacto del internet en tu vida y direccionar los problemas causados por tu uso del internet.

Y para saber si una persona tiene alta autoestima se usó la puntuación que a continuación se describe.

Los reactivos 1,4,8,9,14,19 y 20 tienen un valor de 2 puntos si la respuesta fue 'sí' y un valor de 1 punto si fue 'no'.

Para los reactivos 2,3,6,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22,23,24 y 25 si contestaron afirmativamente valen 1 punto y si fue negativamente valen 2 puntos.

Las normas de calificación son, a saber: baja autoestima, de 1 a 25 puntos; autoestima media, de 26 a 49, y alta autoestima, de 50 y más.

Luego, se seleccionó un software estadístico llamado SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para analizar los datos, y establecer la correlación de los resultados de autoestima (alta, baja, media) de cada persona y el resultado de la adicción a internet (promedio, problemas, adicto) de cada participante. Para esto, con las columnas en SPSS de esos dos resultados se usó en el menú del software la opción de correlación de Pearson para saber si hay o no correlación entre ellas, en caso de estar muy cerca a uno sería afirmativa la correlación. Y también, la decisión se puede verificar con un diagrama de dispersión.

3.4. Validez y confiabilidad

Validez y Confiabilidad

Para validar un instrumento debe haber validez de contenido, validez de criterio y validez de constructo. En el caso del cuestionario de autoestima Brinkmann dice que es un instrumento que posee una alta confiabilidad y validez (Brinkmann, 1989) ya que tiene un coeficiente de 0.81 (Canto, 2004).

Para el instrumento de adicción a internet se tiene que Zuriñe (2008) cuenta que en un estudio realizado para personas con características obsesivas y problemas en el control de los impulsos resultó que tienden a ser adictos al internet.

Para obtener la confiabilidad de un instrumento de medición hay que usar fórmulas que dan como resultados coeficientes de confiabilidad que van entre cero y uno, donde un coeficiente de cero significa confiabilidad nula y un uno es confiabilidad total. (Hernández, 2006). Hay muchos procedimientos para calcular la confiabilidad y en este caso se utilizó una medida de consistencia interna (que son coeficientes que estiman la confiabilidad), llamada el alfa de Cronbach, desarrollado por J.L. Cronbach.

La fórmula del coeficiente de confiabilidad de Cronbach es

$$\alpha = \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k s_i^2}{st^2} \right]$$

donde:

α = coeficiente de confiabilidad

k = número de ítems o preguntas

s_i^2 = varianza de los puntajes de cada pregunta

s_t^2 = varianza de los puntajes totales

Según Govea para considerar la confiabilidad de un instrumento se deben tener en cuenta los criterios para el análisis del coeficiente alfa de Cronbach establecidos por Hernández Sampieri, los cuales se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 4. Niveles de confiabilidad

Nivel de confiabilidad	Valores
Muy bajo	0-0.20
Bajo	0.21-0.40
Regular	0.41-0.60
Aceptable	0.61-0.80
Elevado	0.81-1.00

Fuente: Hernández (2006)

Para la validez de constructo del instrumento sobre adicción a internet se realizó un análisis factorial en el software SPSS, quedando el resultado siguiente:

Tabla 5. Análisis factorial

Varianza total explicada						
Componente	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	8.329	41.645	41.645	8.329	41.645	41.645
2	1.395	6.975	48.620	1.395	6.975	48.620
3	1.075	5.373	53.993	1.075	5.373	53.993
4	1.050	5.252	59.246	1.050	5.252	59.246
5	.848	4.242	63.487			
6	.782	3.908	67.396			
7	.717	3.584	70.980			
8	.634	3.170	74.150			
9	.588	2.941	77.091			
10	.567	2.833	79.924			
11	.545	2.723	82.647			
12	.487	2.435	85.081			
13	.468	2.339	87.420			
14	.433	2.164	89.585			
15	.404	2.018	91.602			
16	.380	1.902	93.504			
17	.357	1.785	95.290			
18	.331	1.657	96.947			
19	.316	1.582	98.529			
20	.294	1.471	100.000			

Método de extracción: Análisis de Componentes principales.

Fuente: Elaboración propia en SPSS

Si la varianza total es mayor al 50% entonces es suficiente explicativa, por lo tanto, en este caso sí lo es porque la varianza total es 59.246%.

Para saber si este cuestionario es confiable, se realizó el análisis de fiabilidad del coeficiente alfa de cronbach y como se muestra en la siguiente tabla tiene un elevado nivel de confiabilidad en base a la tabla de valores para el coeficiente de confiabilidad que se mostró anteriormente.

Tabla 6. Análisis de fiabilidad

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.921	20

Fuente: Elaboración propia

A la hora de capturar los resultados de autoestima en el software, se usó un 3 para indicar la autoestima alta, un 2 para la autoestima media, un 1 para la baja autoestima y un cero para los casos que no contestaron.

Para la variable resultante de adicción a internet se capturaron los resultados con un 3 para los adictos, un 2 para los que tienen problemas, un 1 para los estudiantes promedio y un cero para los que no son usuarios promedio de internet.

Análisis de cuestionarios

A la hora de ver las respuestas de los estudiantes en los cuestionarios se traducirán a la computadora de la siguiente manera: para el cuestionario de Young los códigos de respuesta para cada pregunta son: raramente = 1, ocasionalmente = 2, frecuentemente = 3, muy frecuentemente = 4, siempre = 5 y no se aplica = 0.

Para el cuestionario de Coopersmith los códigos de respuesta son: si=1 y no=2. Es decir, si un alumno marcó un ítem como si, entonces en la computadora se escribirá un 1 como respuesta equivalente para realizar el análisis estadístico.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación se presentan los resultados obtenidos considerando los objetivos específicos y generales del estudio.

4.1.- Resultados de autoestima

Primero se empezará a analizar la autoestima por las áreas social, general, escolar y/o trabajo y familiar.

La autoestima escolar y/o laboral de los participantes se refleja en los resultados de las preguntas 2, 17 y 23. Las cuales son: 2- Me cuesta mucho trabajo hablar en público, 17- Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo, y 23- Con frecuencia me desanimo en lo que hago. Las respuestas revelan que en esta área están bien los estudiantes porque a la mayoría no les cuesta hablar en público, como se puede observar en la tabla 7, ya que el 66.9% de los encuestados respondió negativamente a la pregunta 2.

Tabla 7. Hablar en público

PREGUNTA 2				
Me cuesta mucho trabajo hablar en público				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	136	33.1	33.1
	2	275	66.9	100.0
	Total	411	100.0	
Total		411	100.0	

Fuente: Elaboración propia

También, se sienten a gusto en la escuela y no se desaniman en lo que hacen. Porque como se muestra en las tablas 8 y 9 el 71.3% no se siente a disgusto en su trabajo (ver tabla 8), y sólo el 19% se desanima en lo que hace (ver tabla 9).

Tabla 8. Sentirse a disgusto en trabajo

PREGUNTA 17				
Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	117	28.7	28.7
	2	291	71.3	100.0
	Total	408	100.0	
Total		408	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9. Se desaniman en lo que hacen

PREGUNTA 23				
Con frecuencia me desanimo en lo que hago				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	78	19.0	19.0
	2	333	81.0	100.0
	Total	411	100.0	
Total		411	100.0	

Fuente: Elaboración propia

. Les agrada estar en la escuela. Es decir, tienen buena autoestima escolar, es autoestima positiva. Tienen buen comportamiento escolar y logros académicos.

En el área social los resultados se reflejan en las preguntas 5, 8, 14 y 21. Las cuales son: 5- Soy una persona simpática, 8- Soy popular entre las personas de mi edad, 14- Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas, y 21- Los demás son mejor aceptados que yo. Las respectivas respuestas indican que la mayoría de los participantes se sienten simpáticos, como se puede ver en la tabla 10, ya que el 72.8% respondió que si a la pregunta 5.

Tabla 10. Persona simpática

PREGUNTA 5				
Soy una persona simpática				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	297	72.8	78.8
	2	111	27.2	100.0
	Total	408	100.0	
Total		408	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Sin embargo, no se sienten muy populares entre los estudiantes de su edad pero son personas que se aceptan. Este resultado es el más parejo de todos porque 203 estudiantes se sienten populares entre las personas de su edad y 205 no lo sienten, es decir, 50.2% no y 49.8% si lo siente. Esto se muestra a continuación en la tabla 11.

Tabla 11. Ser popular

PREGUNTA 8				
Soy popular entre las personas de mi edad				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	203	49.8	49.8
	2	205	50.2	100.0
	Total	408	100.0	
Total		408	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Además, se sienten a gusto con ellos mismos, sienten que sus demás compañeros los aceptan y que son bien aceptados. El 78.3% de los alumnos no piensan que los demás son mejor aceptados que ellos. Ver tabla 13. Sí se valoran. Para 258 estudiantes sus compañeros sí aceptan sus ideas y para 150 no. Ver tabla 12.

Tabla 12. Aceptan mis ideas

PREGUNTA 14				
Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas				
Respuestas 1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	258	63.2	63.2	63.2
2	150	36.8	36.8	100.0
Total	408	100.0	100.0	
Total	408	100.0		

Fuente: Elaboración propia

Tabla 13. Los demás son mejor aceptados

PREGUNTA 21				
Los demás son mejor aceptados que yo				
Respuestas 1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	89	21.7	21.7	21.7
2	322	78.3	78.3	100.0
Total	411	100.0	100.0	
Total	411	100.0		

Fuente: Elaboración propia

En el área familiar los resultados se reflejan en las preguntas 6, 9, 11, 16, 20 y 22. Las cuales son: 6- En mi casa me enoja fácilmente, 9- Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos, 11- Mi familia espera demasiado de mí, 16- Muchas veces me gustaría irme de mi casa, 20- Mi familia me comprende, y 22- Siento que mi familia me presiona. Las respuestas reflejan que están a gusto en casa, en la tabla 14 se puede observar que el 56.8% no se enoja muy fácil en su casa.

Tabla 14. Enojarse en casa

PREGUNTA 6				
En mi casa me enoja fácilmente				
Respuestas 1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	176	43.2	43.2	43.3
2	231	56.8	56.7	100.0
Total	407	100.0	100.0	
Total	407	100.0		

Fuente: Elaboración propia

Y también, que su familia los toma en cuenta. Como se puede ver en la tabla 15 a la mayoría (70.8%) de los estudiantes su familia sí toman en cuenta sus sentimientos.

Tabla 15. Sentimientos en cuenta

PREGUNTA 9				
Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	289	70.8	70.8
	2	119	29.2	100.0
	Total	408	100.0	
Total		408	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Aunque sienten que su familia espera demasiado de ellos pero no se sienten presionados (ver tabla 19). Un poco más de la mitad (52.2%) de los estudiantes piensa que su familia espera demasiado de ellos. Esto se muestra en la tabla 16.

Tabla 16. Familia espera demasiado

PREGUNTA 11				
Mi familia espera demasiado de mí				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	214	52.2	52.2
	2	196	47.8	100.0
	Total	410	100.0	
Total		410	100.0	

Fuente: Elaboración propia

A continuación se ve en la tabla 17 que a la minoría (35.9%) le gustaría irse de su casa. En estos casos no se sabe la razón de ello, ya que, puede ser por superarse o por no aguantar a su familia o por otro motivo.

Tabla 17. Irse de casa

PREGUNTA 16				
Muchas veces me gustaría irme de mi casa				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no			válido	acumulado
Válidos	1	147	35.9	35.9
	2	262	64.1	100.0
	Total	409	100.0	100.0
Total		409	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Los alumnos son valorados y comprendidos por sus familiares porque el 70.6% de los estudiantes piensa que su familia sí los comprende. Ver tabla 18.

Tabla 18. Mi familia me comprende

PREGUNTA 20				
Mi familia me comprende				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	286	70.6	70.6
	2	119	29.4	100.0
	Total	405	100.0	
Total		405	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Además, el 73.5% no siente que su familia lo presiona pero 109 estudiantes si lo sienten así. En este caso, sería interesante preguntarles a los estudiantes qué entienden por "presionar", para saber cuáles son las actitudes y/o acciones de los familiares que hacen que se sientan presionados.

Tabla 19. La familia presiona

PREGUNTA 22				
Siento que mi familia me presiona				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	109	26.5	26.5
	2	302	73.5	100.0
	Total	411	100.0	
Total		411	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Esto quiere decir, que los padres de los estudiantes sí les prestan atención y ellos se sienten amados.

Y en la autoestima general de los estudiantes sus resultados son de las preguntas 1, 3, 4, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24 y 25. Las cuales son: 1- Generalmente los problemas me afectan poco, 3- Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí, 4- Puedo tomar una decisión fácilmente, 10- Me doy por vencido muy fácilmente, 12- Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy, 13- Mi vida es muy complicada, 15- Tengo mala opinión de mí mismo, 18- Soy menos bonito/a que la mayoría de la gente, 19- Si tengo algo que decir generalmente lo digo, 24- Muchas veces me gustaría ser otra persona, y 25- Se puede confiar muy poco en mí. En esta área donde estuvieron parejas las respuestas fue en la pregunta que dice si les afectan los problemas, porque a la mitad les afectan los problemas y a la otra mitad no. A un 50% de los alumnos les afectan los problemas, la cuestión a analizar aquí (en otra investigación) sería cómo les afectan los problemas y qué hacen para enfrentarlos. Ver tabla 20.

Tabla 20. Los problemas afectan

PREGUNTA 1				
Generalmente los problemas me afectan poco				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1=si, 2=no				
Válidos	1	206	50.0	50.0
	2	206	50.0	100.0
	Total	412	100.0	
Total		412	100.0	

Fuente: Elaboración propia

El 55.2% dijo que no cambiarían cosas sobre ellos mismos. Estos resultados se muestran en la tabla 21.

Tabla 21. Cambiar cosas

PREGUNTA 3				
Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1=si, 2=no			válido	
Válidos	1	184	44.8	44.8
	2	227	55.2	100.0
	Total	411	100.0	
Total		411	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Son personas que pueden tomar decisiones de forma fácil, nada más 136 dicen no poder. Estos resultados se muestran en la tabla 22.

Tabla 22. Tomar decisión fácilmente

PREGUNTA 4				
Puedo tomar una decisión fácilmente				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	273	66.7	66.7
	2	136	33.3	100.0
	Total	409	100.0	
Total		409	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Se aceptan como son y no se dan por vencido, como se puede observar en las tablas 23 y 24. Ya que, el 81% de los casos no se dan por vencidos y sólo al 21% les cuesta trabajo aceptarse como son. Son adaptables porque no les cuesta acostumbrarse a algo nuevo.

Tabla 23. Darse por vencido

PREGUNTA 10				
Me doy por vencido muy fácilmente				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	76	18.6	18.6
	2	333	81.4	100.0
	Total	409	100.0	
Total		409	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 24. Trabajo en aceptarse

PREGUNTA 12				
Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	86	21.0	21.0
	2	323	79.0	100.0
	Total	409	100.0	100.0
Total		409	100.0	

Fuente: Elaboración propia

También, no sienten que su vida sea complicada, en la tabla 25 se puede ver que la minoría (25.6%) piensa que su vida es muy complicada.

Tabla 25. Vida complicada

PREGUNTA 13				
Mi vida es muy complicada				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	105	25.6	25.6
	2	305	74.4	100.0
	Total	410	100.0	100.0
Total		410	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Claro que tienen buena opinión de ellos mismos, esto se puede ver en la tabla 26, ya que el 83.1% de los estudiantes tiene una buena opinión de ellos mismos. Cosa que se toma en cuenta para la autoestima, sobre todo en la valoración de sí mismo.

Tabla 26. Opinión propia

PREGUNTA 15				
Tengo mala opinión de mí mismo				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	69	16.9	16.9
	2	339	83.1	100.0
	Total	408	100.0	
Total		408	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Además, se sienten bellos, porque la mayoría (73.5%) de los estudiantes se considera ser una persona guapa. Eso es una muestra de que se quieren. Ver tabla 27.

Tabla 27. Persona guapa

PREGUNTA 18				
Soy menos bonita/o que la mayoría de la gente				
Respuestas			Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no	Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válidos	1	107	26.5	26.5
	2	297	73.5	100.0
	Total	404	100.0	
Total		404	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Una respuesta agradable es saber que la mayoría (69.4%) habla cuando tiene que decir algo, solamente 125 respondieron que no se expresan. A continuación se muestra este resultado en la tabla 28.

Tabla 28. Decir las cosas

PREGUNTA 19				
Si tengo algo que decir, generalmente lo digo				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no			válido	acumulado
Válidos	1	284	69.4	69.4
	2	125	30.6	100.0
	Total	409	100.0	100.0
Total		409	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Además, a muy pocos les gustaría ser otra persona, por lo que, al 83.2% de los estudiantes no les gustaría, a 69 alumnos sí les gustaría ser otra persona. Ver tabla 29.

Tabla 29. Les gusta ser otra persona

PREGUNTA 24				
Muchas veces me gustaría ser otra persona				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no			válido	acumulado
Válidos	1	69	16.8	16.8
	2	342	83.2	100.0
	Total	411	100.0	
Total		411	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Por último, se muestra en la tabla 30 que los alumnos sienten que son confiables porque el 87.8% dice que sí se puede confiar en ellos.

Tabla 30. Ser confiable

PREGUNTA 25				
Se puede confiar muy poco en mí				
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
1=si, 2=no			válido	acumulado
Válidos	1	50	12.2	12.2
	2	360	87.8	100.0
	Total	410	100.0	
Total		410	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Al estudiar la variable resultante de autoestima en cuanto a los niveles se tiene que la mayoría de los estudiantes tienen un nivel de autoestima media, nada más dos tienen alta autoestima, o sea, son muy pocas personas que se sienten competentes para asumir riesgos y afrontar fracasos, también se sienten mejor consigo mismos, con la vida y el futuro, tienen buen rendimiento académico, creatividad o liderazgo; y 6 tienen baja autoestima. Es decir, seis estudiantes pudieran presentar alguno de los siguientes problemas como sufrir depresión, ansiedad y problemas de aprendizaje, pueden tener sentimientos de abandono, rebeldía, depresión, agresividad, inseguridad, incertidumbre, apatía hacia la escuela, pocas relaciones interpersonales, ausencia de valores, deserción escolar, bajo rendimiento escolar, pérdida de identidad, abuso sexual, estigmatización, falta de visión del futuro, tendencia al suicidio, precocidad y trastornos en el aprendizaje. Pero no se sabe cuál problema tendría cada estudiante porque para eso se necesitaría que un psicólogo los tratara y eso no le compete a este estudio. Luego, ellos mismos no se perciben como personas valiosas, y por consiguiente su relación consigo misma y con los demás es inadecuada. En la tabla siguiente se muestran los resultados.

Tabla 31. Resultados de los niveles de autoestima

AUTOESTIMA				
Niveles de autoestima	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	6	1.4	1.4	3.8
2	408	98.1	98.1	99.5
3	2	.5	.5	100.0
Total	416	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Se concluye que la mayoría de los participantes en la investigación no tienen numéricamente lo suficiente para que su autoestima esté en el nivel alto pero tampoco cumplen con el nivel bajo. Sin embargo, tienen autoestima positiva. Es decir, sí se valoran, son competentes en las actividades que realizan, se sienten amados y bien consigo mismos. Nada más han de tener un detalle en el que les falla para pasar a nivel alto pero eso se tiene que analizar personalmente con cada estudiante.

A continuación se muestran los resultados de autoestima por carreras, en la figura 1 se observan las carreras de Mecánica, Informática, Contaduría, Sistemas Computacionales, Administración e Industrial, en donde se puede ver que solamente en la licenciatura de administración resultó una persona con autoestima alta, lo cual es triste porque uno creería que habría más personas con alta autoestima pero no.

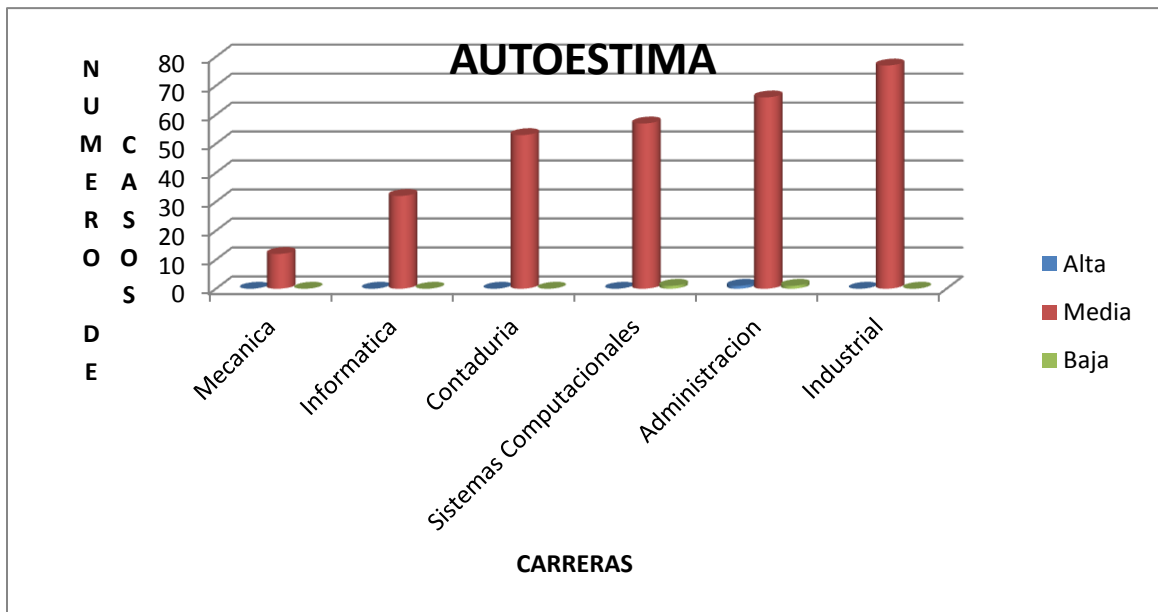


Fig.1 Resultados de autoestima por carreras primera parte

En la figura 2 se pueden ver los resultados de autoestima para las carreras de Logística, Gestión Empresarial, Eléctrica, Electrónica, Mecatrónica y Electromecánica. En este caso se observa que todos los encuestados tienen autoestima media.

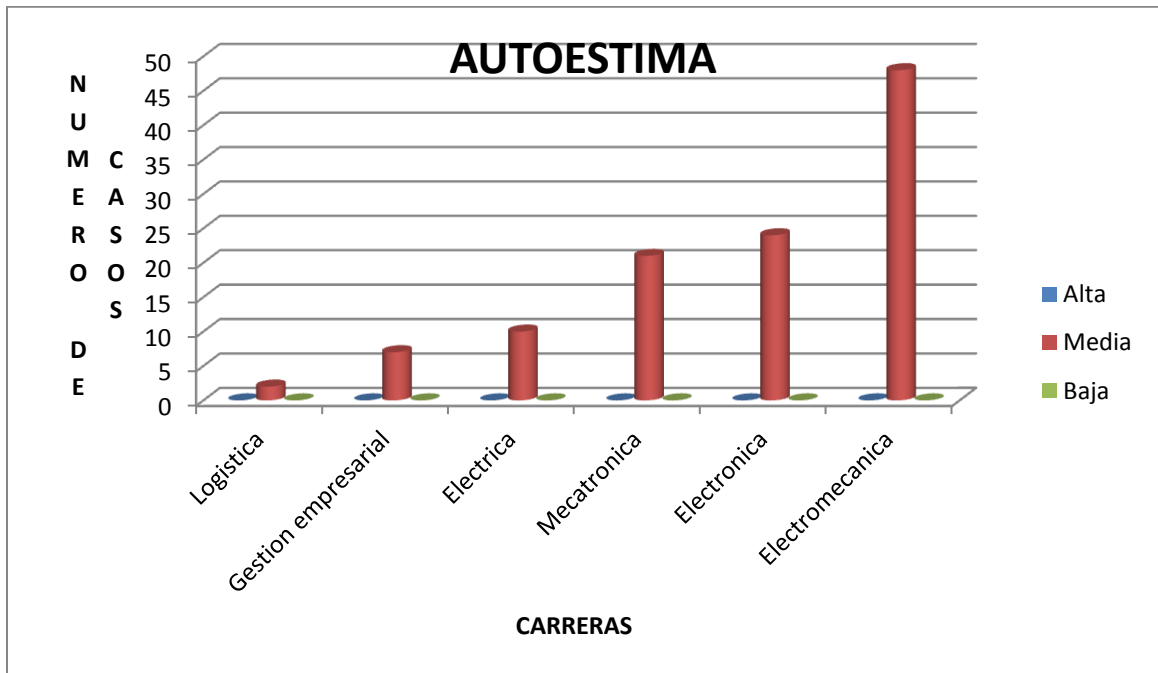


Fig.2 Resultados de autoestima por carreras segunda parte

4.2.- Resultados de adicción a internet

Se empezará a analizar la adicción a internet por las categorías de comportamiento cybersexualidad y cyber-relaciones sociales, luego por las áreas de impacto en la vida social, problemas de salud, escolar/laboral, aislamiento y familiar.

En la categoría cybersexualidad los resultados se reflejan en la pregunta 3, la cual es ¿Qué tan frecuentemente prefieres la excitación de la internet en vez de la intimidad

con tu pareja?, resultó que la mayoría (45.5%) de los estudiantes no lo hace. Nada más un 1% contestó que siempre lo hace. Y en segundo lugar quedó la respuesta raramente. Es decir, la mayoría no tiene problemas al respecto, prefieren hacerlo con su pareja. Nada más 6 siempre quieren mejor excitarse con el internet en vez de estar con su pareja. Ver tabla 32.

Tabla 32. Excitación de internet

PREGUNTA 3 ¿Qué tan frecuentemente prefieres la excitación de la internet en vez de la intimidad con tu pareja?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	194	45.5	45.5	45.5
1	138	32.4	32.4	77.9
2	43	10.1	10.1	88.0
3	36	8.5	8.5	96.5
4	9	2.1	2.1	98.6
5	6	1.4	1.4	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En la categoría cyber-relaciones sociales los resultados se reflejan en la pregunta 4, la cual es ¿Qué tan frecuentemente formas nuevas relaciones con personas conectadas a través del internet? La mayoría (30.8%) lo hace ocasionalmente, como se puede ver en la tabla 33. Es decir, casi no hacen nuevas amistades por internet, más bien se relacionan con las amistades que ya conocen o con recomendados. En ese sentido podría ser que lo hagan por cuestiones de seguridad.

Tabla 33. Nuevas relaciones

PREGUNTA 4 ¿Qué tan frecuentemente formas nuevas relaciones con personas conectadas a través del internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	41	9.6	9.6	9.6
1	105	24.6	24.6	34.3
2	131	30.8	30.8	65.0
3	92	21.6	21.6	86.6
4	37	8.7	8.7	95.3
5	20	4.7	4.7	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En el área social los resultados se reflejan en las preguntas 5 y 19. Las cuales son: 5-¿Qué tan frecuentemente las personas cercanas a ti se quejan del tiempo que permaneces en internet? y 19-¿Qué tan seguido prefieres pasar más tiempo conectado a internet en vez de salir con otras personas? La mayoría (42.5%) de los estudiantes prefieren sociabilizar en persona que por internet, o sea, prefieren platicar con sus amistades en vivo que chatear con ellas. Es decir, raras veces prefieren pasar más tiempo conectados a internet, en vez de salir con otras personas, sólo 9 siempre quieren estar en internet. Estos resultados se observan en la tabla 35.

Además, raramente la gente de su alrededor se queja de que estén en internet. Sólo con 25 personas siempre se quejan sus amistades. Aquí, se puede concluir que a pesar de que usan el internet no sociabilizan tanto físicamente o en persona. Ver tabla 34.

Tabla 34. Quejas del tiempo

PREGUNTA 5				
¿Qué tan frecuentemente las personas cercanas a ti se quejan del tiempo que permaneces en el internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	46	10.8	10.8	10.8
1	149	35.0	35.0	45.8
2	125	29.3	29.3	75.1
3	62	14.6	14.6	89.7
4	19	4.5	4.5	94.1
5	25	5.9	5.9	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 35. Tiempo conectado

PREGUNTA 19				
¿Qué tan seguido prefieres pasar más tiempo conectado a internet, en vez de salir con otras personas?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	126	29.6	29.6	29.6
1	181	42.5	42.5	72.1
2	65	15.3	15.3	87.3
3	35	8.2	8.2	95.5
4	10	2.3	2.3	97.9
5	9	2.1	2.1	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En el área de problemas de salud los resultados se reflejan en las preguntas 9, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 18, y 20. Las cuales son: 9- ¿Qué tan frecuentemente te muestras defensivo o evasivo cuando alguien te pregunta sobre lo que haces en internet?, 10- ¿Qué tan frecuentemente bloqueas los pensamientos inquietantes acerca de tu vida con pensamientos agradables relacionados con internet?, 12- ¿Qué tan frecuentemente temes que la vida sin internet se vuelva aburrida, monótona y vacía?, 13- ¿Qué tan seguido te impacientas, gritas o te comportas de manera desagradable si alguien te interrumpe mientras estás conectado al internet?, 14- ¿Qué tan seguido duermes poco tiempo debido a sesiones de internet durante la noche o la madrugada?, 15- ¿Qué tan frecuentemente te sientes preocupado acerca del internet cuando no estás conectado, y tienes fantasías de poder conectarte?, 17- ¿Qué tan seguido tratas de disminuir el tiempo que pasas en el

internet?, 18- ¿Qué tan frecuentemente tratas de esconder o mentir acerca del tiempo que estuviste conectado a internet?, y 20-¿Qué tan seguido te sientes deprimido, ansioso o nervioso cuando no estás conectado, sentimientos que desaparecen al conectarte a internet?. Estas consisten en que a la mayoría (39.9%) de los alumnos raramente se sienten defensivos o evasivos cuando alguien les pregunta sobre lo que hacen en internet, sólo a 3 siempre les molesta. Ver tabla 36.

Tabla 36. Defensivo a preguntas

PREGUNTA 9				
¿Qué tan frecuentemente te muestras defensivo o evasivo cuando alguien te pregunta sobre lo que haces en internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	95	22.3	22.3	22.3
1	170	39.9	39.9	62.2
2	95	22.3	22.3	84.5
3	55	12.9	12.9	97.4
4	8	1.9	1.9	99.3
5	3	.7	.7	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Además, los alumnos no bloquean los pensamientos inquietantes acerca de su vida con pensamientos agradables relacionados con internet, nada más una persona siempre lo hace. Ver tabla 37.

Tabla 37. Bloqueo de pensamientos

PREGUNTA 10					
¿Qué tan frecuentemente bloqueas los pensamientos inquietantes acerca de tu vida con pensamientos agradables relacionados con internet?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	104	24.4	24.4	24.4
	1	158	37.1	37.1	61.5
	2	102	23.9	23.9	85.4
	3	47	11.0	11.0	96.5
	4	14	3.3	3.3	99.8
	5	1	.2	.2	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Por otro lado, 165 estudiantes rara vez temen que la vida sin internet se vuelva aburrida, monótona y vacía, 100 ni siquiera lo piensa y 13 siempre lo teme. Entonces pueden hacer que su vida no sea aburrida con o sin internet. Resultados en la tabla 38.

Tabla 38. Vida sin internet

PREGUNTA 12					
¿Qué tan frecuentemente temas que la vida sin internet se vuelva aburrida, monótona y vacía?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	100	23.5	23.5	23.5
	1	165	38.7	38.7	62.2
	2	93	21.8	21.8	84.0
	3	48	11.3	11.3	95.3
	4	7	1.6	1.6	96.9
	5	13	3.1	3.1	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Los alumnos raramente tienen comportamientos de desesperación por estar en internet, se impacientan, gritan o se comportan de manera desagradable si alguien los interrumpe mientras están conectados a internet. 9 siempre se impacientan que son muy pocos. Estos resultados se muestran en la tabla 39.

Tabla 39. Impaciencia ante interrupción

PREGUNTA 13					
¿Qué tan seguido te impacientas, gritas o te comportas de manera desagradable si alguien te interrumpe mientras estás conectado al internet?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	99	23.2	23.2	23.2
	1	158	37.1	37.1	60.3
	2	89	20.9	20.9	81.2
	3	57	13.4	13.4	94.6
	4	14	3.3	3.3	97.9
	5	9	2.1	2.1	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Desde luego, no dejan de dormir por estar conectados, solo 18 estudiantes siempre duermen poco tiempo debido a sesiones de internet durante la noche o la madrugada. Pero no se dice cuál es el motivo de ello, ya que podría ser por tener mucha tarea o por trabajar en el turno diurno, no se sabe. Esto se puede observar en la tabla 40.

Tabla 40. Dormir poco por internet

PREGUNTA 14 ¿Qué tan seguido duermes poco tiempo debido a sesiones de internet durante la noche o la madrugada?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	77	18.1	18.1	18.1
1	123	28.9	28.9	46.9
2	91	21.4	21.4	68.3
3	86	20.2	20.2	88.5
4	31	7.3	7.3	95.8
5	18	4.2	4.2	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

La mayoría (35.2%) de los estudiantes rara vez se sienten preocupados acerca del internet cuando no están conectados, y tienen fantasías de poder conectarse, sólo 6 siempre se preocupan. Estos resultados se muestran a continuación.

Tabla 41. Preocupado por internet

PREGUNTA 15					
¿Qué tan frecuentemente te sientes preocupado acerca del internet cuando no estás conectado, y tienes fantasías de poder conectarte?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	117	27.5	27.5	27.5
	1	150	35.2	35.2	62.7
	2	91	21.4	21.4	84.0
	3	44	10.3	10.3	94.4
	4	18	4.2	4.2	98.6
	5	6	1.4	1.4	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Luego se tiene que 12 estudiantes siempre tratan de disminuir el tiempo que pasan en internet, la mayoría raras veces tratan de hacer menos tiempo en internet , muy pocos tratan de disminuir el tiempo en internet y mentir sobre él. No tratan de esconder o mentir acerca del tiempo que estuvieron conectados a internet, 6 siempre lo hacen. Aunque en la escuela si se esconden de que los vean en internet cuando no deben estar conectados. Ver las tablas 42 y 43.

Tabla 42. Disminuir tiempo conectado

PREGUNTA 17				
¿Qué tan seguido tratas de disminuir el tiempo que pasas en el internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	55	12.9	12.9	12.9
1	160	37.6	37.6	50.5
2	121	28.4	28.4	78.9
3	64	15.0	15.0	93.9
4	14	3.3	3.3	97.2
5	12	2.8	2.8	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 43. Mentir por el tiempo conectado

PREGUNTA 18				
¿Qué tan frecuentemente tratas de esconder o mentir acerca del tiempo que estuviste conectado a internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	118	27.7	27.7	27.7
1	176	41.3	41.3	69.0
2	78	18.3	18.3	87.3
3	40	9.4	9.4	96.7
4	8	1.9	1.9	98.6
5	6	1.4	1.4	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

No se sienten deprimidos, ansiosos o nerviosos por no conectarse. Una minoría (1.6%) siempre se siente deprimido al no estar en internet. Tienen miedo de estar sin internet y no se preocupan por estar conectados. Ver tabla 44.

Tabla 44. Deprimido por no conectarse

PREGUNTA 20 ¿Qué tan seguido te sientes deprimido, ansioso o nervioso cuando no estás conectado, sentimientos que desaparecen al conectarte a internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	168	39.4	39.4	39.4
1	170	39.9	39.9	79.3
2	43	10.1	10.1	89.4
3	31	7.3	7.3	96.7
4	7	1.6	1.6	98.4
5	7	1.6	1.6	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En el área escolar/laboral los resultados se reflejan en las preguntas 6, 7 y 8. Las cuales son: 6-¿Qué tan frecuentemente tus calificaciones o el rendimiento académico sufren por la cantidad de tiempo que permaneces conectado a internet?, 7-¿Qué tan frecuentemente verificas tu correo electrónico en vez de hacer algo que deberías hacer antes?, y 8-¿Qué tan frecuentemente tu desempeño y productividad laboral sufren a causa del internet? El rendimiento académico raramente se ve afectado por la cantidad de

tiempo que permanecen conectados a internet, sólo siempre les afecta a un 1.6% de los estudiantes. Estos resultados se muestran en la tabla 45.

Tabla 45. Sufren calificaciones

PREGUNTA 6				
¿Qué tan frecuentemente tus calificaciones o el rendimiento académico sufren por la cantidad de tiempo que permaneces conectado a internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	80	18.8	18.8	18.8
1	162	38.0	38.0	56.8
2	105	24.6	24.6	81.5
3	61	14.3	14.3	95.8
4	11	2.6	2.6	98.4
5	7	1.6	1.6	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la revisión del correo electrónico, la mayoría (31.5%) ocasionalmente prefieren revisarlo que hacer otra cosa, pero 40 siempre lo revisan primero. Es decir, ocasionalmente primero revisan el email que hacer sus trabajos. Y raramente sufre su desempeño laboral. En la siguiente tabla se muestran los resultados.

Tabla 46. Revisar correo electrónico

PREGUNTA 7 ¿Qué tan frecuentemente verificas tu correo electrónico en vez de hacer algo que deberías hacer antes?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	14	3.3	3.3	3.3
	1	108	25.4	25.4	28.6
	2	134	31.5	31.5	60.1
	3	100	23.5	23.5	83.6
	4	30	7.0	7.0	90.6
	5	40	9.4	9.4	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Nada más a 5 personas siempre les afecta su desempeño y productividad laboral a causa del internet, a la mayoría (43.7%) rara vez les afecta. Esto se puede observar a continuación en la tabla 47.

Tabla 47. Productividad laboral sufre

PREGUNTA 8					
¿Qué tan frecuentemente tu desempeño y productividad laboral sufren a causa del internet?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	96	22.5	22.5	22.5
	1	186	43.7	43.7	66.2
	2	85	20.0	20.0	86.2
	3	41	9.6	9.6	95.8
	4	13	3.1	3.1	98.8
	5	5	1.2	1.2	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En el área de aislamiento los resultados se reflejan en las preguntas 1, 11 y 16. Las cuales son: 1-¿Qué tan frecuentemente te encuentras conectado a internet por más tiempo del que planeaste hacerlo?, 11-¿Qué tan frecuentemente te sorprendes pensando en poder conectarte al internet nuevamente?, y 16-¿Qué tan frecuentemente te dices a ti mismo “unos minutos más” cuando estás conectado a internet? Las respuestas indican que un 22% frecuentemente se aísla y se conecta por más tiempo al internet, solamente 6 personas no lo hacen. Raramente piensan en conectarse otra vez después de haber estado conectados, y se dicen unos minutos más. Nada más un 6% si tiene problemas con el tiempo de estar en internet porque quieren un poquito más cada rato. Este resultado se muestra en la tabla siguiente.

Tabla 48. Conectado de más

PREGUNTA 1				
¿Qué tan frecuentemente te encuentras conectado a internet por más tiempo del que planeaste hacerlo?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	6	1.4	1.4	1.4
1	60	14.1	14.1	15.5
2	117	27.5	27.5	43.0
3	137	32.2	32.2	75.1
4	54	12.7	12.7	87.8
5	52	12.2	12.2	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Con respecto a la pregunta 11, 169 de los encuestados raras veces se sorprenden pensando en poder conectarse al internet nuevamente, 6 siempre se sorprenden y 81 no lo hacen. Hay quienes no se dan cuenta que están pensando en estar en internet porque lo ven como algo normal, no es sorprendente para ellos, ya estaba planeado hacerlo. Ver tabla 49.

Tabla 49. Pensar en conectarte

PREGUNTA 11 ¿Qué tan frecuentemente te sorprendes pensando en poder conectarte al internet nuevamente?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	81	19.0	19.0	19.0
	1	169	39.7	39.7	58.7
	2	94	22.1	22.1	80.8
	3	63	14.8	14.8	95.5
	4	13	3.1	3.1	98.6
	5	6	1.4	1.4	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

La mayoría contestó que raras veces se dicen a sí mismos “unos minutos más” cuando están conectados a internet, 28 contestaron que siempre y 109 ocasionalmente. En el caso de que se conecten en la escuela o trabajo es comprensible que no puedan estar en internet más minutos porque se puede acabar la clase o tener trabajo y aunque se quiera estar conectado más tiempo, no se puede. Ver tabla 50.

Tabla 50. Unos minutos más

PREGUNTA 16 ¿Qué tan frecuentemente te dices a ti mismo “unos minutos más” cuando estás conectado a internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	57	13.4	13.4	13.4
1	115	27.0	27.0	40.4
2	109	25.6	25.6	66.0
3	83	19.5	19.5	85.4
4	33	7.7	7.7	93.2
5	28	6.6	6.6	99.8
6	1	.2	.2	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

En el área familiar los resultados se reflejan en las preguntas 2 y 5. Éstas son: 2- ¿Qué tan frecuentemente postergas los oficios de la casa para poder conectarte a internet?, y 5-¿Qué tan frecuentemente las personas cercanas a ti se quejan del tiempo que permaneces en internet? Indican que la mayoría de los participantes de la investigación en su casa ocasionalmente prefieren estar en internet que hacer sus obligaciones hogareñas. Sólo un 2% siempre prefiere estar en internet que hacer sus deberes. Sus familiares los dejan estar en internet. Es decir, mientras realicen sus quehaceres del hogar los dejan estar en internet.

En la tabla 51 se puede observar que la mayoría (150) de los estudiantes ocasionalmente postergan los oficios de la casa para poder conectarse a internet y sólo 9 siempre atrasan los labores de casa por estar en internet, así que son pocos los que postergan sus actividades de casa.

Tabla 51. Retrasar actividades por internet

PREGUNTA 2 ¿Qué tan frecuentemente postergas los oficios de la casa para poder conectarte a internet?				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 0	24	5.6	5.6	5.6
1	125	29.3	29.3	35.0
2	150	35.2	35.2	70.2
3	94	22.1	22.1	92.3
4	24	5.6	5.6	97.9
5	9	2.1	2.1	100.0
Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Para 149 estudiantes rara vez las personas cercanas a ellos se quejan del tiempo que permanecen en el internet. Para 19 alumnos muy frecuentemente se quejan sus allegados, por lo tanto, si están pendientes de ellos y lo que hacen. Ver tabla 52.

Tabla 52. Quejas de personas cercanas

PREGUNTA 5 ¿Qué tan frecuentemente las personas cercanas a ti se quejan del tiempo que permaneces en el internet?					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	0	46	10.8	10.8	10.8
	1	149	35.0	35.0	45.8
	2	125	29.3	29.3	75.1
	3	62	14.6	14.6	89.7
	4	19	4.5	4.5	94.1
	5	25	5.9	5.9	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Al estudiar la variable resultante de adicción a internet en cuanto a los niveles de usuario se tiene que la mayoría de los estudiantes son usuarios promedio de internet, 52 personas tienen problemas con el uso de internet, sólo 2 estudiantes son adictos a internet y hubo quienes no alcanzan a ser usuarios promedio, creo que ni han de usar la computadora.

Tabla 53. Nivel de usuario de internet

ADICCION A INTERNET				
Nivel de usuario		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje
			válido	acumulado
Válidos	1	325	85.8	85.8
	2	52	13.7	99.5
	3	2	.5	100.0
Total		379	100.0	

Fuente: Elaboración propia.

Se concluye que la mayoría de los participantes en la investigación no tienen efectos negativos tanto individuales, como familiares y ni a nivel social. Si se controlan y no tienen dependencia, no tienen los síntomas esenciales para ser adictos. No hay efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para el estudiante. Creo que tiene que ver porque no tienen internet en casa, solamente lo usan cuando están en la escuela.

Nada más dos personas pueden tener una personalidad adictógena y una adicción social o tecnológica, ya que, hay un incremento en las actividades que se realizan por este medio, con malestar cuando la persona no está en línea, tolerancia y negación de su problemática. Si hay impaciencia por la lentitud de las conexiones, o por no encontrar a quien busca, irritabilidad en el caso de interrupción y dificultad para salir de la pantalla.

A continuación se muestran los resultados de adicción a internet por carreras. En la figura 3 están las licenciaturas de Administración, Contaduría, Informática, Industrial,

Sistemas Computacionales y Electromecánica. Se puede observar que resultó un adicto en Contaduría, lo cual causa sorpresa porque uno pensaría que donde pudiera haber adictos es en Sistemas Computacionales o Informática pero no.

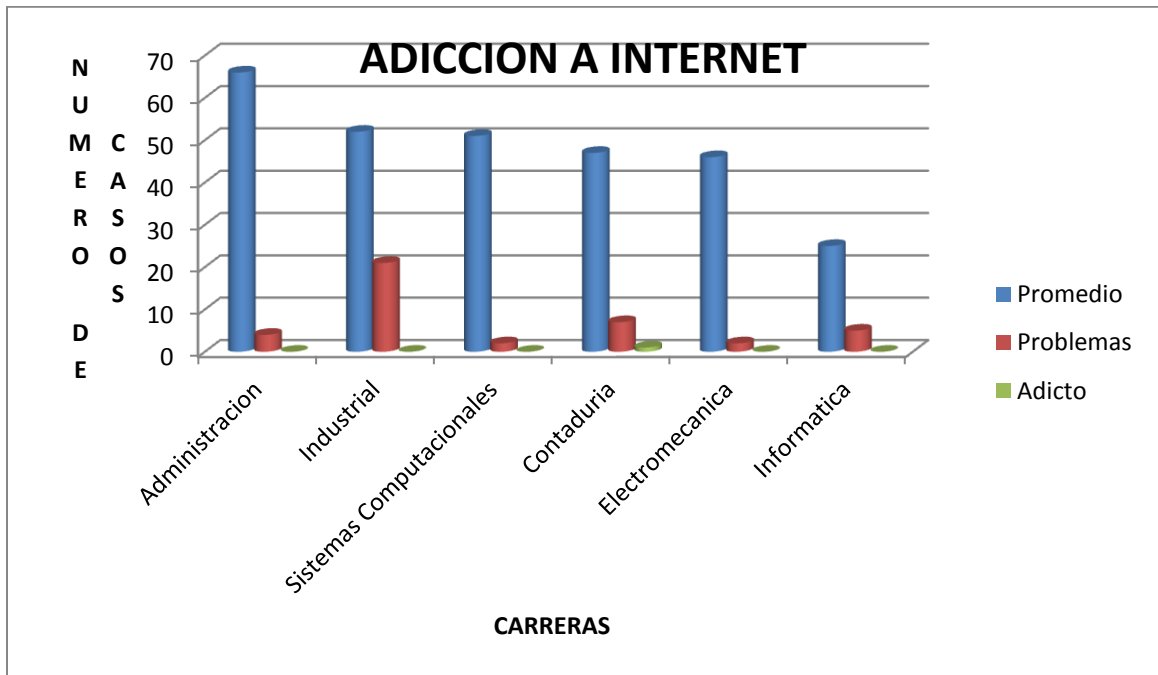


Fig 3. Resultados de adicción a internet por carreras primera parte

Luego, en la figura 4 están las carreras de Electrónica, Mecatrónica, Mecánica, Eléctrica, Gestión Empresarial y Logística. Ahí se observa que hubo un resultado como adicto en Electrónica y hay 3 estudiantes con problemas de adicción a internet en cada de las siguientes carreras Electrónica, Mecatrónica y Gestión Empresarial.

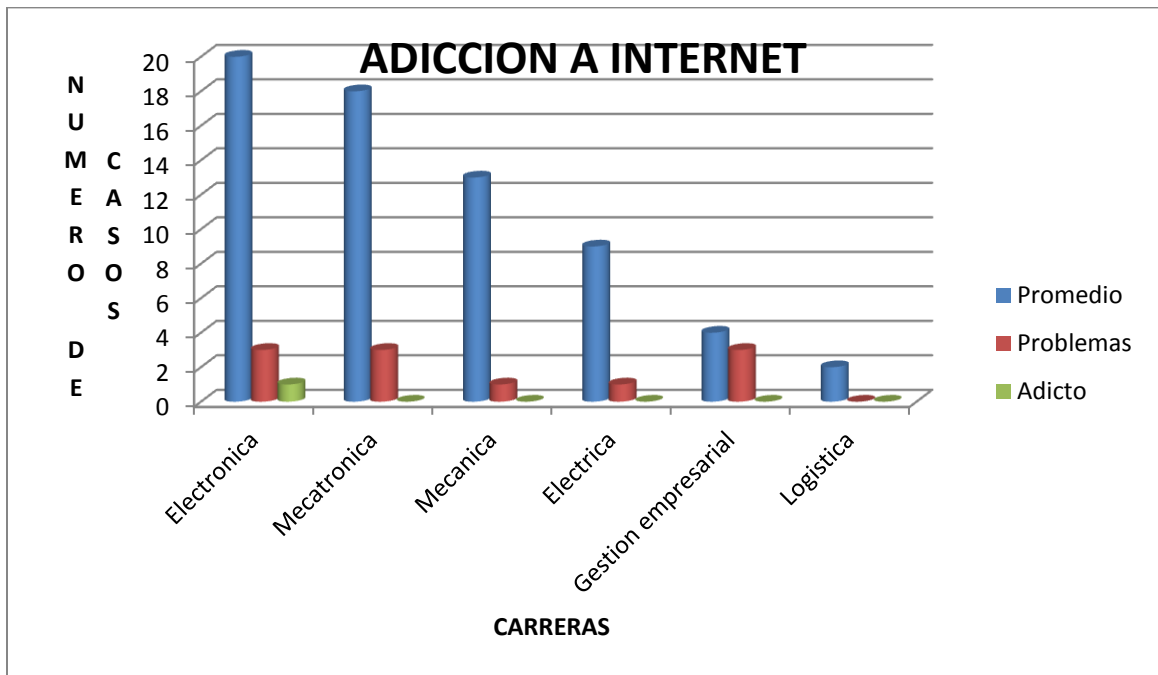


Fig 4. Resultados de adicción a internet por carreras segunda parte

A continuación se muestran los resultados de las variables contenidas en el cuestionario de adicción a internet. Iniciando con el año de nacimiento se tiene que la mayoría de los encuestados nacieron en 1988 como se puede ver en la tabla 54.

Tabla 54. Años de nacimientos

AÑO NACIMIENTO					
Respuestas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	23	1	.2	.2	.5
	73	1	.2	.2	.7
	75	1	.2	.2	.9
	77	1	.2	.2	1.2
	80	7	1.6	1.6	2.8
	81	4	.9	.9	3.8
	82	1	.2	.2	4.0
	83	10	2.3	2.3	6.3
	84	8	1.9	1.9	8.2
	85	22	5.2	5.2	13.4
	86	43	10.1	10.1	23.5
	87	50	11.7	11.7	35.2
	88	101	23.7	23.7	58.9
	89	65	15.3	15.3	74.2
	90	57	13.4	13.4	87.6
	91	39	9.2	9.2	96.7
	92	11	2.6	2.6	99.3
	93	3	.7	.7	100.0
	Total	425	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Para la variable de sexo se tiene que fueron 248 hombres los que participaron en la investigación, y 172 mujeres. Hubo más participación masculina que femenina. Ver tabla 55.

Tabla 55. Sexo de los participantes

SEXO				
Respuestas 1= M, 2= F	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	248	59.0	59.0	59.0
2	172	41.0	41.0	100.0
Total	420	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

La mayoría (21.9%) de los estudiantes fueron de séptimo semestre, hubo 2 de doceavo semestre. Se puede observar que en los últimos semestres son menos los participantes, eso puede ser porque hay menos alumnos en los últimos semestres porque ya van acabando la carrera. La lista de los semestres que cursaban los alumnos en el momento de la encuesta, se muestran en la tabla 56.

Tabla 56. Semestres de los estudiantes

SEMESTRE				
Respuestas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos 1	62	14.7	14.7	14.7
2	22	5.2	5.2	19.8
3	31	7.4	7.4	27.2
4	23	5.5	5.5	32.7
5	45	10.7	10.7	43.4
6	37	8.8	8.8	52.2
7	92	21.9	21.9	74.1
8	43	10.2	10.2	84.3
9	41	9.7	9.7	94.0
10	13	3.1	3.1	97.1
11	10	2.4	2.4	99.5
12	2	.5	.5	100.0
Total	421	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

4.3.- Resultados de la correlación

Las variables se relacionaron por medio de la técnica estadística de análisis de correlación usando el coeficiente de correlación de Pearson para analizar la relación entre los puntajes de cada instrumento y establecer el grado de asociación entre la autoestima y la adicción a internet.

Se obtuvo que no hay correlación significativa entre la autoestima y la adicción a internet. Es decir, no afecta el nivel de autoestima de un estudiante para ser adicto a internet o no serlo. No van de la mano la autoestima y la adicción a internet.

En la tabla que se muestra a continuación se puede observar que donde dice correlación de Pearson el valor es $-.025$ que está muy lejano a 1 y como cuanto más lejos de 1 menor es la relación entre las variables, por lo tanto, no existe relación. Ahora, como es el resultado de signo negativo, entonces, los valores de una variable decrecen cuando los valores de la otra aumentan.

Tabla 57. Correlación

Correlaciones			
		ADICCION A INTERNET	AUTOESTIMA
ADICCION A INTERNET	Correlación de Pearson	1	-.025
	Sig. (bilateral)		.622
	N	381	381
AUTOESTIMA	Correlación de Pearson	-.025	1
	Sig. (bilateral)	.622	
	N	381	426

Fuente: Elaboración propia.

4.4.- Discusión

Según los resultados obtenidos, el indicador de autoestima demuestra que los alumnos del Instituto Tecnológico de Cd. Juárez tienen una autoestima escolar buena y positiva. Esto

es debido a que se sienten a gusto en la escuela, tienen buen comportamiento escolar y además pueden realizar logros académicos. Esto pudiera ser causa de que la institución les ofrece un proceso de enseñanza-aprendizaje adecuado para ellos y pudiera ser que por eso los estudiantes no den problemas aunque no se sabe a ciencia cierta.

En el área social, los estudiantes son personas que se aceptan, se sienten aceptados y simpáticos. Están a gusto con ellos mismos, se valoran pero no se sienten muy populares entre los de su misma edad. Esto es porque son solidarios y empáticos con sus compañeros, no se ven por arriba de los demás, se ven entre ellos como iguales, por eso no se ven como populares porque todos son iguales. Significa que son alumnos nobles y con autoestima social positiva.

En lo familiar, los estudiantes se sienten amados por su familia, están a gusto en su casa, no se sienten presionados aunque su familia espera mucho de ellos pero saben que todos los padres son así. Además, los padres les prestan atención y esto es muy importante para tener una buena autoestima y un buen desarrollo en todos los ámbitos de la vida ya que la familia es el primer núcleo social donde se aprenden los valores morales para tener una vida de calidad. Por lo tanto, los alumnos tienen una autoestima familiar positiva. En el estudio de Rojas también tuvieron los alumnos buena relación con su familia a pesar de ser repetidores.

En el área general de la autoestima, los estudiantes se sienten confiables, hablan cuando deben hablar, se tienen buena opinión de ellos mismos, se aceptan como son, su

vida no es complicada, toman decisiones, no se dan por vencido, son adaptables y al 50% les afectan los problemas. Significa que en general tienen autoestima buena y positiva pero hay un detalle en cómo ven los problemas, no se sabe si los problemas les afectan porque todo lo ven como conflicto o es porque no saben en realidad lo que es un problema. Aquí hay un foco rojo que investigar más a fondo para saber la razón del por qué a la mitad de los estudiantes les afectan los problemas y a la otra mitad no les afectan.

En cuanto al nivel de la autoestima, la mayoría de los alumnos que participaron en la investigación resultaron con autoestima media, es decir, su autoestima es estable por el momento, ya que la autoestima puede cambiar dependiendo de la etapa de la vida que se esté pasando. Luego, hubo dos jóvenes con autoestima alta, quiere decir que se sienten competentes para asumir riesgos y afrontar fracasos, también se sienten mejor consigo mismos, con la vida y el futuro, tienen buen rendimiento académico, creatividad o liderazgo pero son muy pocos, se debe hacer algo para tener más estudiantes con autoestima alta y así elevar el nivel académico de la institución. También habría que llevar a cabo un análisis de qué es lo que ellos hacen para que su autoestima sea alta. Por último, seis personas resultaron con autoestima baja, significa que pueden sufrir depresión, ansiedad y problemas de aprendizaje, pueden tener sentimientos de abandono, rebeldía, depresión, agresividad, inseguridad, incertidumbre, apatía hacia la escuela, pocas relaciones interpersonales, ausencia de valores, deserción escolar, bajo rendimiento escolar, pérdida de identidad, falta de visión del futuro, tendencia al suicidio y trastornos en el aprendizaje, no se perciben como personas valiosas, y por consiguiente su relación

consigo misma y con los demás es inadecuada. González en su estudio encontró que los universitarios entre 18 y 22 años se sienten perdedores e inseguros por tener baja autoestima, cosa que en esta investigación no se encontró porque sólo hubo seis casos de baja autoestima y no se puede generalizar porque es una cantidad mínima de participantes.

Aunque son pocos con autoestima baja también es un foco rojo porque sería mejor que el resultado fuera a la inversa de la autoestima alta ya que, es mejor tener más alumnos competentes que rebeldes. A simple vista un docente no sabe el nivel de autoestima del joven, por eso, siempre hay que realizar un buen proceso educativo donde todos salgan de la clase con una mejor autoestima de cómo llegaron independientemente de cuál sea su autoestima.

Para el indicador de adicción a internet en el área de cybersexualidad no hubo problemas ya que los alumnos prefieren estar con la pareja que haciendo cosas sexuales por internet. Esto es un buen indicativo de que no son personas con trastornos sexuales y no habría problemas de ese tipo en la institución.

En el área de cyberrelaciones sociales la mayoría de los jóvenes ocasionalmente se relacionan con desconocidos ya que mejor entablan relaciones con los conocidos o con recomendados, no hacen nuevas amistades por internet. Esto quiere decir que se cuidan de las personas con que se comunican, son cuidados y precavidos por seguridad. Después

de toda la inseguridad por la que pasó la ciudad, es una buena práctica para prevenir contacto con maleantes.

En el área social, los estudiantes prefieren sociabilizar en persona que por internet, esto es muy entendible ya que a su edad es mejor disfrutar de la compañía de los amigos. Además, las personas de su alrededor casi no se quejan de que estén en internet, es decir, los respetan y los dejan trabajar con el internet, entonces hay armonía entre su grupo social.

Respecto al área de salud, la mayoría de los alumnos raramente se sienten a la defensiva por estar en internet, así como tampoco piensan en estar conectados solamente, ni tienen miedo de estar sin internet, esto habla de que tienen otras actividades que cumplir y no se obsesionan con estar conectados. Además, raramente tienen comportamientos de desesperación por estar en internet, no dejan de dormir por estar conectados, no se preocupan por estar conectados, al menos que les hayan dejado tarea donde tengan que usar el internet, ahí sí se estresan si no pueden estar conectados para hacer su tarea. Como hay estudiantes de distintos semestres y distintas licenciaturas entonces eso también influye para el tiempo que los alumnos necesitan usar la computadora. Esto habla de que la mayoría de los estudiantes son responsables. Muy pocos tratan de disminuir el tiempo en internet y mentir sobre él, no se sienten deprimidos por no conectarse, ya están acostumbrados de que muchas veces en la escuela no hay internet. Esto habla de que siempre tienen una opción b en la mente para realizar sus actividades y se las ingenian para salir adelante. En el estudio que realizó De Gracia y

Vigo se encontró que el 84.3% de la muestra no manifiesta problemas con el uso de la red, resultó cosa similar en esta investigación ya que son muy pocos los que sí tienen problemas con el uso de la red.

En lo escolar o laboral, el rendimiento académico raramente se ve afectado por el tiempo que usan internet, ocasionalmente primero revisan el correo electrónico que hacer sus trabajos, ya que hay profesores que les mandan avisos sobre la clase por medio del correo, raramente sufre su desempeño laboral. Esto dice que son jóvenes cumplidos y responsables. La mayoría se aísla frecuentemente y se conecta por más tiempo a internet, ya que cuando hacen su tarea también están viendo otras cosas de su interés. No piensan en conectarse otra vez después de estar conectados porque aprovechan cuando se conectan para entrar a todas las páginas web de su interés. Hacen sus obligaciones hogareñas antes que estar en internet, son familiares responsables y por lo tanto, sus familias los dejan estar en internet sin problemas.

La mayoría son usuarios promedio, no exageran el uso de internet, 52 tienen problemas con el uso de internet y 2 son adictos, éstos pueden tener una personalidad adictógena y una adicción social o tecnológica que puede ser un problema para su educación. Es decir, la mayoría sí se controlan, no tienen dependencia, hay impaciencia por la lentitud de las conexiones que es algo normal, sin embargo, hay quienes no son ni usuarios promedio, o no contestaron el cuestionario de la investigación o de plano no usan el internet.

Cuando se realizó la investigación hubo un comentario de un estudiante que decía “si no tengo computadora como voy a ser adicto a internet”, se creía que para estar en internet solamente se podía hacer por medio de la computadora, pero ya no es así, actualmente se puede tener acceso a internet desde un celular o un dispositivo móvil como la tableta.

A medida que fue pasando el tiempo se realizó otra vez la investigación, ahora con alumnos sólo de sistemas para ver si había cambiado en algo la relación entre la autoestima y la adicción a internet. Resultó que no hubo mucha diferencia, en cuanto a la autoestima, la mayoría de los estudiantes tienen autoestima media, creo que sí influye el enfoque racial que menciona Mruk donde los negros son los que tienen autoestima más alta, luego los blancos, le siguen los hispanos, los indios americanos y luego los asiáticos. También influye la educación cultural en la autoestima de las personas, sobre todo en este país. También considero importante e influenciable la relación familiar para una buena autoestima. En cuanto a la adicción a internet hay más de usuarios promedios pero sí hubo un adicto y hubieron participantes con problemas en el uso de internet, nada alarmante.

Los avances de la tecnología para estar conectado a internet hacen que se vea como algo normal, como una actividad diaria, tan es así que al volver a aplicar los cuestionarios después de cinco años en estudiantes, uno comentó “¿a poco hay alguien que no sea adicto a internet?” y resultó que solo una persona si fue adicta, no han cambiado mucho los resultados. Simplemente se ve diferente su uso.

Se ha demostrado que aunque pase el tiempo no hay relación entre la adicción a internet y la autoestima, debe haber otro factor que afecte. Es aquí donde se cuestiona si será una adicción o es lo que las personas hacen en internet una adicción. Ya que Balaguer dice que técnicamente la adicción a la red no existe. O, es simplemente porque en la escuela es más fácil estar conectado a internet y sale gratuito.

4.5.- Conclusiones y recomendaciones

Conclusión

Para el objetivo general se concluye que no es posible reconocer una relación entre la adicción a internet y la autoestima de los alumnos que estudian en el Instituto Tecnológico de Cd. Juárez, porque son muy pocos los casos resultantes de adicción como para analizarlos y generalizar la relación con la autoestima.

Para el primer objetivo específico se concluye que sí se pudieron identificar resultados de estudiantes con adicción a internet por medio del cuestionario de Young, ya que hubo dos resultados positivos. Luego, para el segundo objetivo específico se concluye que se cumplió el objetivo porque se pudo concluir el tipo de autoestima que tienen los alumnos aplicando el inventario de autoestima de Coopersmith. Y para el último objetivo se concluye que no hay la viabilidad de relacionar los resultados de los dos instrumentos antes mencionados.

A partir de los datos analizados y respondiendo a la pregunta de interés, se concluye que para los pocos resultados de adicción pues no importa el nivel de

autoestima que tenga una persona para ser adicto a internet. Es decir, la autoestima no es variable dependiente de la adicción a internet.

Se acepta la premisa “Si se puede determinar una relación a través del análisis de dos instrumentos” ya que se usaron los instrumentos y se determinó que no hay relación entre los indicadores analizados. También se acepta la premisa “Si hay resultados de estudiantes con adicción a internet” porque hubo dos personas con ese resultado. Y se acepta la premisa “Si se puede saber cuál es el autoestima de los alumnos con el inventario de autoestima de Coopersmith” ya que fue de gran ayuda para conocer el autoestima de todos los participantes en el estudio.

Recomendaciones

Primero que nada, recomiendo que al iniciar una investigación se evalúen los riesgos que puedan existir para estar prevenido para las sorpresas o contratiempos y resolverlos correctamente. Si el investigador requiere ayuda de prestadores de servicio social para realizar la investigación es aconsejable que sean personas que ya hayan participado en otros estudios para que sigan las instrucciones adecuadamente.

También, se recomienda crear un instrumento nuevo que mida las dos variables al mismo tiempo (autoestima y adicción a internet) para tener un mejor análisis de la correlación entre ellas y sea de utilidad para futuros estudios siendo un cuestionario más flexible.

Igualmente, se recomienda realizar una investigación sobre cómo afectan los problemas a las personas y qué hacen para enfrentarlos, ya que, se vio en los resultados de esta investigación que al 50% de los participantes les afectan los problemas y al otro 50% no. Es un porcentaje muy alto e importante porque indica que a lo mejor la sociedad está en esas mismas circunstancias, es decir, es posible que a la mitad de los habitantes de la ciudad les afecten los problemas y no saben cómo sobrellevarlos.

Además, recomiendo aprovechar la revista escolar de circulación interna para los docentes para compartir el resultado de esta investigación y escribir un artículo científico, así como, publicar en la revista de los estudiantes información sobre la adicción a internet y la autoestima que les sea de utilidad.

Por último, con el fin de plantear líneas de investigaciones futuras, se propone hacer un estudio sobre la relación entre la adicción a internet y los niveles socioeconómicos, o con el grado de responsabilidad que tiene una persona. Así como, la autoestima y los niveles socioeconómicos o la educación de los padres para tener un mejor panorama sobre lo que afecte para tener un cierto nivel de autoestima. También, investigar sobre el papel de estar conectado a internet en estos tiempos y en qué medida es un aditamento más.

REFERENCIAS

- Acosta Padrón, R. & Hernández, J. A. (2004). La autoestima en la educación. *Límite*, 1(11) 82 - 95. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>
- Alva, Isaac E.; Blas, Magaly M.; García, Patricia J.; Cabello, Robinson; Kimball, Ann M.; Holmes, King K.. (2007). Riesgos y beneficios del uso de internet entre personas viviendo con VIH/sida en lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 24(3) 248-253. Recuperado de <http://www.redalyc.uaemex.mx>
- Astonitas Villafuerte, L. M. (2005). Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, XXIII(1) 65-112. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829529003>
- Balaguer Prestes, R. (2008). ¿Adicción a internet o adicción a la existencia?. *Revista digital universitaria*, 9(8) 1-9. Recuperado de <http://www.revista.unam.mx/vol.9/num8/art55/int55.htm>
- Brinkmann, H. Segure, T. Solar, M. I. (1989). Adaptación, Estandarización y Elaboración de Normas para el Inventario de Autoestima de Coopersmith, *Revista Chilena de Psicología*, 10(1) 63-71.

Canto Pech, H. G. & Castro Rena, E. K. (2004). Depresión, autoestima y ansiedad en la tercera edad: un estudio comparativo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 9(2) 257-270. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29290204>

Castellana Rosell, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner Jordana, C. & Beranuy Fargues, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3) 196-204. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77828306>

De Sola Gutiérrez, J.; Rubio Valladolid, G.; Rodríguez de Fonseca, F. (2013). La impulsividad: ¿Antesala de las adicciones comportamentales?, *Revista Salud y drogas*, 13(2), 145-155.

Duart, J. M. (2006). Internet y aprendizaje: una estrecha relación. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*, 3(2) Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78030201>

Gómez Jarabo, G. & Alonso Fernández, F. (2001). Consideraciones psicobiológicas sobre las adicciones alimentarias. *Salud Mental*, 24(2) 16-24. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58222404>

González-Arratía, N. I., Valdez Medina, J. L. & Serrano García, J. M. (2003). Autoestima

en jóvenes universitarios. *Ciencia Ergo Sum*, 10(2) Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10410206>

González, R. (2009). La internet como espacio de producción de capital social: Una reflexión en torno a la idea de comunidad informal de aprendizaje. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 14(40) 175-190. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14004009>

Govea Piña L. (2011). *Influencia de la lectura extensiva en la actitud y comprensión crítica de estudiantes de inglés como lengua extranjera*. (Tesis de maestría) Universidad central de Venezuela Facultad de Humanidades y Educación, Caracas.

Gracia Blanco, M. d., Vigo Anglada, M., Fernández Pérez, M. J. & Marcó Arbonès, M. (2002). Problemas conductuales relacionados con el uso de Internet: Un estudio exploratorio. *Anales de Psicología*, 18(2) 273-292. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16718206>

Hernández, R. Baptista, P. Fernández, C. (4ta). (2006). *Metodología de la investigación*. México:McGraw-Hill.

Hughes-Hassell, S. & Thickman Miller, E. (2006). Las páginas web de bibliotecas públicas dirigidas a adolescentes: cómo satisfacer las necesidades de los jóvenes

de hoy a través de internet. *Anales de Documentación*, (9) 209-224. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63500913>

Ibáñez Cuadrado, Á. (2008). Genética de las adicciones. *Adicciones*, 20(2) 103-109. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122057001>

Laguens García, J. L. (2006). Tesauros y lenguajes controlados en internet. *Anales de Documentación*, (9) 105-121. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63500907>

Llinares Insa, L. I., Molpeceres Pastor, M. A. & Musitu Ochoa, G. (2001). La autoestima y las prioridades personales de valor. Un análisis de sus interrelaciones en la adolescencia. *Anales de Psicología*, 17(2) 189-200. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16717205>

Miranda, C. (2005). La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 3(1) 858-873. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55130179>

Mruk, C. J. (Third Edition). (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice*. United States:Springer.

Meneses, J., Mominó, J. M. & Muñoz-Rojas, O. (2005). La escuela eficaz en la sociedad red: el uso de internet y la generación de capital social en la relación de la escuela con la comunidad y el territorio. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 3(1) 698-711. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55130166>

Navarro Mancilla, Á. A. & Rueda Jaimes, G. E. (2007). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXVI (4) 691-700. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80636409>

Oliva Zárate, L., León Córdoba, D. & Rivera Vargas, E. A. (2007). La emigración del adulto como factor de riesgo en la autoestima de los adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2) 359-366. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29212210>

Quiceno, J. M. & Vinaccia Alpi, S. (2007). La adicción al trabajo "Workaholism". *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVI(2) 135-142. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921793004>

Riveros, V. S. & Mendoza, M. I. (2008). Consideraciones teóricas del uso de la internet en educación. *Omnia*, 14(1) 27 - 46. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=73714102>

- Rocha Silva, M. A. (2004). El lenguaje de los jóvenes en el chat. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, X(19) 109-140. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31601907>
- Rodríguez Naranjo, C. & Caño González, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3) 389-403. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56024657005>
- Rojas Rodríguez, M. E. (2001). La autoestima en el repitiente. *Diálogos Revista Electrónica de Historia*, 2(2) Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=43920206>
- Segura Díez, M. d. C., García del Castillo, J. A. & López-Sánchez, C. (2010). Patrones de uso y búsqueda de información sobre adicciones en internet. *Salud y drogas*, 10(1) 111-135. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83915075006>
- SunY.Q./James Economy. (2000) La enseñanza a ingenieros sobre la selección de los materiales por medio de internet: el tema de los diferentes antecedentes estudiantiles. *The journal of materials education*, 22(1-3) 57-62. Recuperado de <http://www.redalyc.org>

- Tinajero Fuentes, E. (2006). Internet y computadoras en educación: una visión sociocultural. *Apertura*, 6(4) 90-105. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68800408>
- Torres A, A. & Sanhueza A, O. (2006). Desarrollo de la autoestima profesional en enfermería. *Investigación y Educación en Enfermería*, XXIV(2) 112-119. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105215402011>
- Vacca Rodríguez, R. (2005). Aspectos clínicos de la conducta adictiva al juego: una de las adicciones no convencionales. *Salud y drogas*, 5(1) 77-97. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83950105>
- Vargas-Trujillo, E., Gambara, H. & Botella, J. (2006). Autoestima e inicio de actividad sexual en la adolescencia: un estudio meta-analítico. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3) 665-695. Recovered from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33760310>
- Vázquez, F. (2001). Internet y Autorregulación Ético-profesional. *CIC Cuadernos de información y comunicación*, (6) 221-232. Recuperado de <http://www.redalyc.uaemex.mx>
- Young, K. (1996). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*. 1(3), 237-244.

Young, K., Pistner, M., O'Mara, J., Buchanan, J. (2000). Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 3(5), 475-479.

ANEXOS

Anexo I.

Cuestionario de autoestima

Instrucciones: A continuación se demuestran unas frases, las cuales describen los sentimientos de las personas. Elige si son características tuyas marcando SÍ o NO, dependiendo de tu sentir en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. Encierra con un círculo tu respuesta.

- | | | |
|------------------------------------------------------------|----|----|
| 1. Generalmente los problemas me afectan poco | SI | NO |
| 2. Me cuesta mucho trabajo hablar en público | SI | NO |
| 3. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí | SI | NO |
| 4. Puedo tomar una decisión fácilmente | SI | NO |
| 5. Soy una persona simpática | SI | NO |
| 6. En mi casa me enoja fácilmente | SI | NO |
| 7. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo | SI | NO |
| 8. Soy popular entre las personas de mi edad | SI | NO |
| 9. Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos | SI | NO |
| 10. Me doy por vencido muy fácilmente | SI | NO |
| 11. Mi familia espera demasiado de mí | SI | NO |

12. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy	SI	NO
13. Mi vida es muy complicada	SI	NO
14. Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas	SI	NO
15. Tengo mala opinión de mí mismo	SI	NO
16. Muchas veces me gustaría irme de mi casa	SI	NO
17. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo	SI	NO
18. Soy menos bonita/o que la mayoría de la gente	SI	NO
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo	SI	NO
20. Mi familia me comprende	SI	NO
21. Los demás son mejor aceptados que yo	SI	NO
22. Siento que mi familia me presiona	SI	NO
23. Con frecuencia me desanimo en lo que hago	SI	NO
24. Muchas veces me gustaría ser otra persona	SI	NO
25. Se puede confiar muy poco en mí	SI	NO

Gracias por participar.

Anexo II.

Cuestionario sobre la Adicción a Internet

El siguiente cuestionario es para saber cuál es tu hábito sobre internet.

Instrucciones: Encierra con un círculo tu respuesta y en las últimas tres preguntas escribe sobre la raya tu respuesta.

1. ¿Qué tan frecuentemente te encuentras conectado a internet por más tiempo del que planeaste hacerlo?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

2. ¿Qué tan frecuentemente postergas los oficios de la casa para poder conectarte a internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

3. ¿Qué tan frecuentemente prefieres la excitación de la internet en vez de la intimidad con tu pareja?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

4. ¿Qué tan frecuentemente formas nuevas relaciones con personas conectadas a través de la internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
5. ¿Qué tan frecuentemente las personas cercanas a ti se quejan del tiempo que permaneces en el internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
6. ¿Qué tan frecuentemente tus calificaciones o el rendimiento académico sufren por la cantidad de tiempo que permaneces conectado a internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
7. ¿Qué tan frecuentemente verificas tu correo electrónico en vez de hacer algo que deberías hacer antes?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
8. ¿Qué tan frecuentemente tu desempeño y productividad laboral sufren a causa del internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

9. ¿Qué tan frecuentemente te muestras defensivo o evasivo cuando alguien te pregunta sobre lo que haces en internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
10. ¿Qué tan frecuentemente bloqueas los pensamientos inquietantes acerca de tu vida con pensamientos agradables relacionados con internet?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
11. ¿Qué tan frecuentemente te sorprendes pensando en poder conectarte al internet nuevamente?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
12. ¿Qué tan frecuentemente temes que la vida sin internet se vuelva aburrida, monótona y vacía?
- 1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica
13. ¿Qué tan seguido te impacientas, gritas o te comportas de manera desagradable si alguien te interrumpe mientras estás conectado al internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

14. ¿Qué tan seguido duermes poco tiempo debido a sesiones de internet durante la
noche o la madrugada?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

15. ¿Qué tan frecuentemente te sientes preocupado acerca del internet cuando no
estás conectado, y tienes fantasías de poder conectarte?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

16. ¿Qué tan frecuentemente te dices a ti mismo “unos minutos más” cuando estás
conectado a internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

17. ¿Qué tan seguido tratas de disminuir el tiempo que pasas en el internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy
frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

18. ¿Qué tan frecuentemente tratas de esconder o mentir acerca del tiempo que estuviste conectado a internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

19. ¿Qué tan seguido prefieres pasar más tiempo conectado a internet, en vez de salir con otras personas?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

20. ¿Qué tan seguido te sientes deprimido, ansioso o nervioso cuando no estás conectado, sentimientos que desaparecen al conectarte a internet?

1=raramente, 2=ocasionalmente, 3=frecuentemente, 4=muy frecuentemente, 5=siempre, no se aplica

21. ¿Cuál es tu sexo?

Femenino Masculino

22. ¿En qué año naciste? _____

23. ¿Cuál es la carrera que cursas?

24. ¿En qué semestre estás inscrito? _____