

UNIVERSIDAD PANAMERICANA

Facultad de Humanidades

Escuela de Ciencias Psicológica

Maestría Psicología Infantil



Efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres padecen adicción a redes sociales

(Tesis)

Marijose Ávila Méndez

Guatemala, mayo 2017

Efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres padecen adicción a redes sociales
(Tesis)

Marijose Ávila Méndez

M. Sc. Ana Muñoz de Vásquez (**Asesora**)

M.A. Dora Cuéllar (**Revisora**)

Guatemala, mayo 2017

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD PANAMERICANA

Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretario General	EMBA. Adolfo Noguera Bosque

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

Decana	M.A. Julia Elizabeth Herrera de Tan
Vice Decana	Licda. Ana Lucrecia Muñoz de la Cruz
Coordinadora de Licenciaturas	Licda. Ana Muñoz
Coordinadora de Egresos	M.A. Eymi Castro de Marroquín

UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA

Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría

Informe de Tesis

FACULTAD DE HUMANIDADES ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

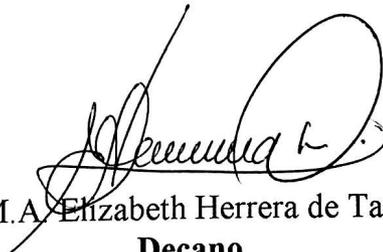
ASUNTO: *Marijose Ávila Méndez*

Estudiante de la **Maestría en Psicología Infantil** de esta Facultad solicita autorización para realizar su **Informe de Tesis** para completar requisitos de graduación

DICTAMEN: Mes de Diciembre 2016

Después de haber estudiado el anteproyecto presentado a esta Decanatura para cumplir requisitos de egreso que es requerido para obtener el grado a nivel de **Maestría** se resuelve:

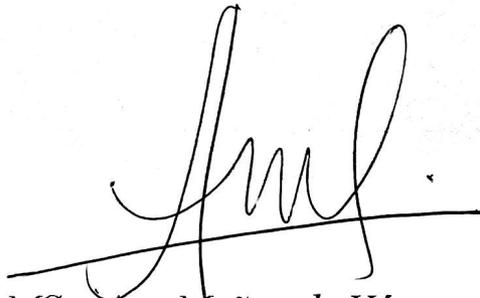
1. La solicitud hecha para realizar su **Informe de Tesis** está enmarcado dentro de los conceptos requeridos para egreso, según el reglamento académico de esta universidad.
2. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento académico de la Universidad Panamericana en Artículo 9, (Inciso a al i).
3. Por lo antes expuesto, el (la) estudiante: *Marijose Ávila Méndez*, recibe la aprobación para realizar su **Informe de Tesis**.



M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades

UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes de diciembre del año 2016

*En virtud de que el informe final de Tesis con el tema: “Efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres padecen adicción a redes sociales”. Presentado por el (la) estudiante: **Marijose Ávila Méndez**, previo a optar al grado Académico de Maestría en Psicología Infantil, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ana Muñoz de Vásquez', written over a horizontal line.

MSc. Ana Muñoz de Vásquez
Asesora

UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS, abril 2017.

En virtud de que el Informe final de Tesis con el tema: “Efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres padecen adicción a redes sociales”. Presentada por el estudiante: Marijose Ávila Méndez, previo a optar al grado Académico de Maestría en Psicología Infantil, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.


M.A. Doris Cuéllar
Revisora



UNIVERSIDAD
PANAMERICANA

"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES,
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes de mayo del
2017.-----

*En virtud de que el informe final de Tesis con el tema "Efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres padecen adicción a redes sociales", presentado por: Marijose Ávila Méndez, previo a optar grado académico de la Maestría en Psicología Infantil, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen del Asesor (a)-Tutor (a) y Revisor, se autoriza la **impresión** del informe final de Tesis.*

M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Decano
Facultad de Humanidades

Nota: “Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.”

Dedicatoria

A Dios y
la Virgen María

Por ser mí fuerza.

A mi papá

Carlos Humberto Ávila Monroy. Porque a pesar de su ausencia física, lo siento a mi lado, en cada paso que doy, en cada decisión que tomo. Te amo y te extraño papito.

A mi mamá

Por su apoyo incondicional, sus palabras de aliento, por ser mí ejemplo a seguir en la vida. Te amo mamita.

A mi esposo

Justin Paul Brown. For encouraging me to be a better person. For your support and your love. I love you with all my heart.

A mis hermanos

Sandra Ávila de Ruano y Juan Pedro Ávila. Por ser mis mejores amigos, mis cómplices. Los amo.

A mis suegros

Paul Brown y Brenda Brehm Brown. For your support. Thank you very much for everything.

Contenido

Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo 1: Marco Contextual	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del Problema	5
1.2.1 Pregunta de investigación	6
1.3 Justificación del estudio	6
1.4 Delimitación del problema	6
1.5 Alcances y límites	7
1.5.1 Alcances	7
1.5.2 Límites	7
1.6 Objetivos	8
1.6.1 Objetivo General	8
1.6.2 Objetivos Específicos	8
Capítulo 2: Marco Teórico	9
2.1 Características de niñas de 10 a 12 años	9
2.2 Adicción a las redes sociales	11
2.3 Relación entre padres e hijas	15
2.4 Emocionalidad según las etapas de desarrollo de Erick Erikson	18
2.5 Desarrollo psicosocial según Erick Erikson	19
2.6 Emociones en niños	22
2.7 Redes sociales	25
2.7.1 Facebook	28
2.7.2 Twitter	28
2.7.3 Whatsapp	28
2.7.4 Instagram	29
Capítulo 3: Marco Metodológico	31
3.1 Método	31
3.2 Tipo de investigación	31

3.3 Nivel de investigación	31
3.4 Pregunta de investigación	32
3.5 Variables de la investigación	32
3.5.1 Variable independiente	32
3.5.2 Variables dependientes	32
3.6 Hipótesis	32
3.7 Análisis de factibilidad y viabilidad	33
3.8 Muestreo	33
3.9 Técnicas de la investigación	33
3.10 Sujetos de la investigación	33
3.11 Instrumentos de investigación	34
3.12 Procedimiento	34
3.13 Cronograma	34
Capítulo 4: Presentación y discusión de la investigación	35
Capítulo 5: Propuesta de solución a la problemática	38
5.1 Introducción	38
5.2 Justificación	39
5.3 Objetivos de la propuesta	39
5.3.1 Objetivo general	39
5.3.2 Objetivos específicos	40
5.4 Desarrollo de la propuesta	40
5.5 Presupuesto de la propuesta	44
Conclusiones	45
Referencias	46
Anexos	50

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo demostrar los efectos emocionales que presentan niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres son adictos a las redes sociales. Así mismo, demostrar la importancia de la relación de los padres con sus hijas, identificar el desarrollo psicosocial de las niñas, determinar cuáles son las redes sociales que los padres de familia utilizan con mayor frecuencia y determinar qué emociones surgen en las niñas por la adicción a las redes sociales.

La recolección de datos se llevó a cabo mediante un cuestionario para determinar el uso de redes sociales, el cual constó de 7 preguntas cerradas. Además, se realizó una escala de Likert la cual fue utilizada para determinar los efectos emocionales que presentan las niñas en relación al uso de las redes sociales por parte de sus padres. Dicha escala constó de 32 ítems calificados de 1 a 5 en donde 1 era nada de acuerdo y 5 era totalmente de acuerdo.

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, y se utilizó para la presentación de los resultados gráficos de porcentaje.

Con el presente estudio se pudo concluir que las redes sociales más utilizadas por los padres de familia son *Facebook* y *WhatsApp*. Por otro lado, se pudo determinar que existe un porcentaje de niñas que como efectos emocionales sienten tristeza, sienten que sus padres les prestan poca atención por el uso de las redes sociales, creen que su vida familiar sería mejor si utilizaran menos las redes sociales, creen que su familia no es unida, las niñas quisieran que sus padres utilizaran menos las redes sociales. Así mismo se determinó que las niñas sienten que no son importantes para sus papás.

Introducción

En la actualidad el uso de las redes sociales se ha convertido en una necesidad, pero ha llegado a tal punto que las relaciones familiares se ven afectadas. Esto se hace evidente tanto a nivel nacional como internacional.

Investigaciones recientes han determinado que la adicción a la tecnología provoca los mismos efectos que una adicción a algún tipo de droga. Dentro de esta adicción a la tecnología entra la adicción al uso de las redes sociales. Este uso indebido provoca efectos negativos en las personas que las utilizan, sin percatarse del daño que causan a sus seres queridos.

Por lo anteriormente expuesto la presente investigación pretende demostrar y determinar demostrar los efectos emocionales que presentan niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres son adictos a las redes sociales.

Así mismo, se presenta una propuesta de solución al problema la cual tiene como objetivo afianzar la relación entre padres e hijas. En dicha propuesta se utiliza el *Theraplay*, el cual consta de varias sesiones en las cuales se busca retomar la relación de afecto entre padres e hijas.

Capítulo 1

Marco Contextual

1.1 Antecedentes

En la actualidad el uso de redes sociales es parte de la vida diaria de un sector amplio de nuestra sociedad. Los niños y adolescentes son parte de los ahora llamados “nativos digitales”, quienes nacieron en la era de la tecnología. No así, sus padres o abuelos, quienes han tenido que aprender a utilizar toda esta tecnología.

En diversos estudios se aborda la temática de la adicción a las redes sociales por parte de los jóvenes, pero la generación de padres de familia que utilizan en exceso las redes sociales es cada vez más grande.

Los niños y jóvenes son bombardeados con información acerca del cuidado y el uso responsable de las redes sociales, pero se enfrentan a una situación compleja para su desarrollo y es que sus padres utilizan las redes sociales, muchas veces en exceso. Cada vez se hace más evidente que tanto padres como hijos están sumidos en el uso de la tecnología. Mucho se habla de que las familias ya no se comunican y las sobremesas en este tiempo se realizan por medios digitales con *Smartphone* en la mano. La forma de comunicación ahora es por medio de chats incluso con el que está al otro lado de la mesa. Las investigaciones en la actualidad van orientadas a conocer cómo se comunican los jóvenes, a prevenir el abuso en el uso de la tecnología, pero poco se habla de cómo afecta este a los adultos.

Se han realizado diversos estudios a nivel nacional relacionados con las redes sociales, su uso y la adicción a las mismas. Correa (2011), realizó una investigación de carácter explicativo que pretendía entender el fenómeno de las redes sociales por medio de las causas y posibles consecuencias que el uso de éstas pueda traer. Se llevó a cabo obteniendo información de

personas expertas en comunicación, psicología, sociología, tecnología, y usuarios de *Facebook* de la red de Guatemala, a quienes se les realizó una entrevista.

La muestra investigada fue de 50 hombres y mujeres que residen en la Ciudad de Guatemala, comprendidos entre 20 y 30 años de edad que utilizan *Facebook*. Ellos respondieron una encuesta auto administrada en donde la selección de los mismos fue de una manera aleatoria. Como resultado, se observó que la red social *Facebook* es una herramienta que se emplea en su vida diaria. No les importa el riesgo que pueda presentar a su seguridad personal, pues prefieren el nivel de exposición que puedan tener a perder el reconocimiento.

Por su parte, Bargelli (2013) realizó una investigación con el objetivo de conocer la influencia que tiene específicamente la red social *Facebook* en jóvenes de 13 a 18 años, el cual se realizó de la siguiente manera:

Fue de enfoque cuantitativo con un modelo de investigación de tipo descriptiva. La muestra utilizada fue de 50 sujetos. Se realizó un cuestionario estructurado, y seguido de esto se utilizó la escala de Likert; el resultado obtenido, fue que la red social más visitada es *Facebook*, la cual consultan diariamente por lo menos una hora seguida y un alto porcentaje la utiliza más que eso. La preferencia de comunicación de los sujetos en esta investigación es con amigos y familiares, lo que los hace sentir parte de un grupo. (p.42-44)

En otro estudio Rayo (2014) realizó una investigación titulada “Influencia del uso de las redes sociales en las relaciones familiares de jóvenes de 18 y 24 años que presentan adicción a las mismas” cuyo objetivo consistió en establecer cómo influye el uso de las redes sociales en las relaciones familiares de los jóvenes que presentan adicción a la misma.

El grupo de estudio conformado por 8 sujetos; eran estudiantes de segundo año de la carrera de psicología de la Universidad Rafael Landívar, de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 18 a 24 años. Se utilizó un enfoque cualitativo, se trabajó por medio de una encuesta para medir

los niveles de adicción en la población, a raíz de los resultados se seleccionaron los sujetos finales que participaron en el estudio, con los cuales se llevó a cabo una entrevista semiestructurada. De acuerdo al análisis de los resultados obtenidos se concluyó que las redes sociales han afectado a los jóvenes tanto a nivel familiar como social; debido a que la comunicación verbal disminuyó y se realiza por medio de dichas redes; asimismo, se ha visto afectado su rendimiento académico.

Las redes sociales según Castro (2012)

Son comunidades virtuales, en las cuales los usuarios interactúan con personas de todo el mundo, con quienes poseen gustos e intereses en común. Estas redes funcionan como una plataforma de comunicación que facilita la conexión para crear nuevas amistades o afianzar las ya existentes. Dentro de las actividades comunes se encuentran el compartir fotos o videos en un lugar fácil de acceder, administrada por los mismos usuarios. Su uso se ha incrementado significativamente debido a su extensión en los teléfonos móviles de última generación (Smartphone), que han colaborado como referente de comunicación y socialización entre los jóvenes. (p. 25)

En los estudios realizados a nivel nacional, se concluye que se han llevado a cabo diversas investigaciones en las cuales se aborda el uso y la adicción a las redes sociales y algunas de sus consecuencias. En investigaciones internacionales también se ha abordado la temática de la influencia de las redes sociales en la vida de las personas.

Según Aviña (2009) las redes son la forma en que se relacionan los adolescentes de secundaria y primaria, durante la mayor parte de su tiempo. Estas influyen en su desempeño académico, relaciones personales y sociales.

Las redes sociales comenzaron a surgir durante los años 2001 y 2002, teniendo un gran impacto en los jóvenes de la época. Se han convertido en un medio que proporciona una forma de comunicación continua con sus amigos. El autor refiere una encuesta realizada por estudiantes de

psicología de la Universidad Camilo José Cela en nivel de secundaria, demostró que 70% de alumnos de primero a cuarto de secundaria refieren emplear las redes sociales, las cuales conocieron por familiares o amigos y llevan entre uno y dos años utilizándolas; sobre todo para mantener contacto con sus amistades. Esto demuestra el gran auge del uso del internet desde temprana edad en los sujetos.

Salvat (2012), en su artículo titulado “Dependencia de las redes sociales”, ha realizado una investigación basándose en la dependencia que se ha incrementado en la sociedad sobre las diversas redes sociales como lo es *Facebook* y *twitter*, ya que la dependencia de las mismas se acrecienta y produce una adicción silenciosa, este estudio se realizó con argentinos siendo el 42.8% los que utilizan internet como medio de comunicación; por lo que la Fundación Manantiales concluye que lo más difícil es percibir cuando el uso de internet pasa a ser una cuestión patológica y no solo una expresión de nuevas conductas juveniles (citado de la agencia AFP).

Hauessler (2014) menciona que, en el tema del uso de Redes Sociales, la empresa Ilifebelt (2013), realizó un estudio sobre el uso de las Redes Sociales en Centro América, el cual indicó:

Que los usuarios de las redes sociales distribuidos: por edades de 12 a 17 años representan el 9%, de 18 a 20 años el 10%, de 21 a 24 años 21%, de 25 a 30 años 24%, de 31 a 34 años 11% , de 35 a 44 el 17%, de 45 a 49 años un 5% y de 50 a 54 años el 3%. Se logró identificar que las redes sociales más utilizadas según su uso fueron *Facebook*, *Twitter* y *Google+*, empleadas desde computadoras personales de escritorio, portátiles y teléfonos inteligentes. (p. 5)

El mismo autor, indica que en dicho estudio se concluyó que las redes sociales siguen creciendo en la región, aunque de forma fragmentada. Refiere que *Facebook* mantiene el liderazgo con un 98% de participación, aunque, su crecimiento no es tan acelerado como durante el año 2012. Según la autora el estudio revela que el 62% de los usuarios de redes sociales son universitarios (estudiantes y graduados). A nivel centroamericano se encontró que el 62% de los usuarios de

Redes Sociales son varones. En cuanto a Facebook, el 52% de sus usuarios son varones. La edad en la que se encuentra el mayor grupo de usuarios de Redes Sociales en la región es entre los 25 y 30 años (24%). En total el 68% de los usuarios de Redes Sociales son personas con ocupación laboral.

Tanto a nivel nacional como internacional se han realizado diversas investigaciones en lo que se refiere a las redes sociales, su uso y abuso.

1.2 Planteamiento del Problema

En la actualidad el uso de las redes sociales, es parte de la vida cotidiana de un amplio sector de la sociedad guatemalteca. Tanto jóvenes como adultos están inmersos en el uso de las mismas, siendo, una forma de socialización.

Se han realizado diversas investigaciones relacionadas con la adicción a las redes sociales, pero en su mayoría son en jóvenes y poco se ha investigado acerca del uso que los adultos le dan a las redes sociales y los efectos que la adicción a las mismas provoca en sus hijos.

Actualmente, los jóvenes se enfrentan a una disyuntiva en su actuar; por un lado, se les pide que sean cuidadosos con el uso de redes sociales, se les condiciona a que de no cumplir con sus obligaciones se les quitará el acceso a internet, se les impone horarios para el uso de las mismas, pero al mismo tiempo sus padres hacen uso de ellas sin restricciones. En muchas ocasiones son los adultos quienes más tiempo están haciendo uso de las redes sociales, generando confusión ya que les dicen a los niños que no los utilice, pero su actuar no lo demuestra.

En la mayoría de investigaciones se ha preguntado a los jóvenes, qué piensan y cómo sienten que sus padres usen en exceso las redes sociales; además de esto surgen cuestionamientos a nivel profesional porque no se les ha preguntado qué sienten cuando quieren hablar con sus padres y ellos están haciendo uso de las redes o dispositivos móviles.

1.2.1 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres son adictos a redes sociales?

1.3 Justificación del estudio

En la actualidad, del uso de las redes sociales se da en todos los niveles socioeconómicos. Para los niños, adolescentes y jóvenes adultos es algo común, nacen sabiendo utilizar la tecnología. Las generaciones nacidas entre 1975 y 1985 aproximadamente, aprendieron a utilizar la tecnología y por ende, las redes sociales, por diversas razones, entre las cuales se puede mencionar estar actualizados, para poder manejarse mejor en el mundo laboral.

Al observar en diferentes contextos, se aprecia cómo esta generación está cayendo en una adicción a las redes sociales. En varias ocasiones, al platicar con niñas de un colegio privado de señoritas, en edades de 9 a 12 años, refieren frecuentemente sentirse tristes, rechazadas y solas porque su mamá o papá no les presta atención. Al indagar en qué es lo que sucede o por qué creen que no les prestan atención, refieren que sus mamás siempre están en el teléfono, en *Facebook* o hablando por *WhatsApp*.

Es por esta razón, que se hace necesario investigar qué efectos emocionales ante la situación, presentan niñas de la tercera infancia de un colegio privado para señoritas, por el exceso en el uso de redes sociales por parte de sus padres.

1.4 Delimitación del problema

La investigación se delimitó a ser realizada exclusivamente con niñas de cuarto y quinto primaria de un colegio privado sólo para señoritas porque al ser el ambiente laboral de la investigadora se pudo observar que la problemática se hace evidente en éstas edades en las cuáles aún refieren

sentir la necesidad del apoyo de sus padres y a esta edad aún se muestran abiertas para referir que se sienten solas o rechazadas. Así mismo, se delimitó al ser realizada en un colegio ubicado en zona 8 de Mixco.

1.5 Alcances y límites

1.5.1 Alcances

- La investigación se realizó en el ambiente laboral de la investigadora, lo cual facilitó la aplicación de los instrumentos.
- Se contó con tiempo y disponibilidad para realizar la investigación en el centro educativo.
- La Dirección del centro educativo mostró apertura para realizar la investigación.
- La Coordinación mostró apertura para poder utilizar períodos de clase para realizar la investigación.

1.5.2 Límites

- Los resultados de la investigación se limitan a ser comparados con una población con las mismas características:
 - Niñas de cuarto y quinto primaria
 - Alumnas de colegio únicamente de niñas
 - Nivel socioeconómico medio y medio alto
- Los resultados pudieron verse afectados por la poca apertura por parte de las niñas y sinceridad por parte de las alumnas al realizar la encuesta acerca de cuánto tiempo dedican a las redes sociales sus padres durante el día.

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo General

Demostrar los efectos emocionales que presentan niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres son adictos a las redes sociales.

1.6.2 Objetivos Específicos

- Demostrar la importancia de la relación de los padres con sus hijas
- Identificar el desarrollo psicosocial que experimentan las niñas según las etapas de Erickson y la adicción a redes sociales por parte de sus padres
- Determinar que emociones surgen en los niños/as por la adicción a las redes sociales de sus padres
- Determinar cuáles son las redes sociales que utilizan más los padres de familia

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1 Características de niñas de 10 a 12 años

Durante el período que los 10 a los 12 años se dan cambios tanto físicos como emocionales en las niñas, muestran una mayor independencia y su interés mayor se centra en el establecimiento de amistades.

Al final de ésta etapa, en las niñas se dan los cambios más fuertes, el inicio de la pubertad, lo que conlleva cambios físicos muy fuertes, como lo son la menstruación y el cambio físico (crecimiento de caderas y senos), pero al mismo tiempo se dan cambios emocionales muy marcados, debido en gran parte a los cambios hormonales que genera la menarquia. A continuación, se detallará cada uno de los aspectos más relevantes propios de la edad.

Baucum (2001), refiere que el crecimiento hasta los nueve años es más gradual y estable. Luego viene lo que llaman “estirón de la adolescencia”, el cual, en ocasiones, es más evidente en las niñas.

Según Gamboa y Sosa (2015)

Alrededor de los 9 o 10 años comienza el desarrollo de la madurez sexual y es cuando ocurren los primeros cambios corporales, Durante la pubertad se incrementa la producción de hormonas, principalmente los estrógenos, que son conocidos como la hormona femenina. Esta hormona tiene a su cargo la maduración del cuerpo en las niñas. Esto provoca la aparición de los caracteres secundarios sexuales, tiene relación directa con el deseo sexual y con la ovulación. (p. 48)

Según la revista médica, Ort Unix (1999), comenta que las etapas de desarrollo en el género femenino se dividen en varias fases que son las siguientes:

Etapa I: llamada también Prepuberal, comienza la producción de hormonas, se notan los primeros cambios como en las mamas se pueden notar que los pezones se empiezan a levantar como resultado del tejido mamario que está por debajo de ellos. Comienza un crecimiento acelerado de peso y estatura.

Etapa II: En esta etapa las mamas comienzan a crecer como primer símbolo visible del desarrollo sexual, el vello del pubis aparece por esta época. El vello de las axilas meses más tarde comienza a crecer, al igual que aumentan las glándulas sudoríparas que comienzan con la transpiración. En esta etapa el aumento de la producción hormonal hace que aparezca el acné.

Etapa III: Continúan con el crecimiento de las mamas y se engrosa el vello púbico, aumentan en una forma más gradual el peso y la estatura, sigue el desarrollo de los órganos internos y de la vagina, la característica del flujo vaginal cambia. La mayoría de las niñas en esta etapa es en donde presentan su primera menstruación.

Etapa IV: Se finaliza la madurez física y sexual alcanzando la estatura total, comienza a regularizarse los ciclos menstruales y la ovulación y las mamas obtienen su tamaño final. (p. 14-15)

Según Muñoz (2016) todo proceso de transición es complejo. Pero sin lugar a dudas, esta etapa es una de las más complicadas, por la enorme cantidad de transformaciones físicas y psicológicas que deben vivir los jóvenes y que los dejen preparados para la adultez.

La adolescencia es uno de los periodos más complejos del ciclo vital. No solo por la cantidad de cambios físicos y hormonales que conlleva dicha etapa, sino también porque a nivel psicológico es una etapa de numerosos cuestionamientos. Es el paso desde la infancia a la edad adulta donde emerge la figura del “Yo”.

De acuerdo con Papalia (2005) en esta etapa, los adolescentes se encuentran ansiosos por independizarse de sus padres, pero al mismo tiempo temen las responsabilidades de la vida adulta. La pre-adolescencia va cargada de cierto grado de estrés relacionado con la escuela, la familia y los pares, sin embargo, no es homogéneo en todos los adolescentes ya que influye en gran medida la capacidad de cada individuo para afrontar diferentes situaciones.

2.2 Adicción a las redes sociales

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2010), la adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad progresiva y fatal, caracterizada por episodios continuos de descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la enfermedad.

Según Echeburúa y Corral (2009), cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses.

Por su parte, Labrador y Echeburúa (2009), sostienen que la adicción es una patología que afecta al ser humano y que le resta libertad e independencia al limitarlo en la expresión saludable de sus intereses. Puede darse en los adolescentes en cuanto al uso desmedido de redes sociales y el sentimiento de desamparo o síndrome de abstinencia que experimentan cuando se les priva de su uso.

Odrizola (2012), en su artículo acerca de los factores de riesgo en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en los jóvenes, refiere que el abuso de las redes sociales y del internet puede ser una manifestación secundaria de otra adicción principal (como el sexo) u otros problemas psicopatológicos como depresión, fobia social, y otros problemas de tipo impulsivo compulsivo.

En la actualidad todo está conectado: personas, información, datos, eventos, lugares; todos con múltiples relaciones de interdependencia que forma una vasta red social. El uso excesivo de las redes sociales, pueden causar adicción como cualquier otra sustancia o conducta típica (Montes, 2016).

Para Margain (2002), la adicción es un proceso que pasa por la experimentación y habituación, se puede hacer prevención de todas las fases del proceso adictivo: experimentación, uso, abuso y adicción. No sólo para evitar la adicción sino porque aun el uso experimental pone en riesgo el desarrollo normal, ya que impide la adquisición de nuevas habilidades sociales, afectivas e intelectuales.

Según Echeburúa y de Corral (2010), la adicción a las redes sociales puede atrapar a los jóvenes gracias a que el mundo virtual contribuye a crear una falsa identidad y a distanciarse o distorsionar el mundo real.

El mismo autor define algunas señales de alarma en las personas expuestas a la adicción de las redes, dentro de las cuales destacan la privación del sueño y descuidar otras actividades importantes como el contacto con la familia y los estudios. En lo que se refiere a los síntomas que presenta la persona se mencionan:

- Revisar *Facebook* a diario, varias veces al día, o todo el día.
- Su mentalidad es filtrar todo a través de la red social, como poder compartir, promocionar, publicitar, o propagar información personal, laboral, o social.
- Actualizar el estado, perfil, fotos, etcétera, con frecuencia y etiquetar a sus amigos para recibir comentarios.
- Las horas de descanso se reducen en dos horas o más.
- Pasan las horas antes que la persona se dé cuenta que, realizado las tareas que debía, excepto navegar en *Facebook*, *Twitter*, o enviando mensajes por *Whatsapp*, entre otras más.

- Los llamados "adictos", un 18% de estos solo pueden estar desconectados apenas un par de horas.

Brizuela, Fernández y Murillo (2009) proponen algunos niveles de adicción

- Experimentación: acto voluntario de hacer algo diferente, probablemente empiece como una actividad socializante, que puede detener con cuando quiera.
- Uso: la actividad se comienza a realizar con mayor frecuencia e intensidad.
- Abuso: el uso se hace regular durante casi todas las semanas.
- Intoxicación. El cuerpo se acostumbra a la sustancia. Haussler (2014)
- Adicción: se pierde la capacidad de controlar cierta actividad, entonces ya se incorporó la adicción. (p.7-8)

Las nuevas tecnologías irrumpen en la sociedad de una forma abrumadora y en relativamente pocos años han inundado el mercado de consumo y cambian nuestra forma de vida (García, 2013). Según el autor, hoy sería inexplicable el no poder comunicarnos en tiempo real con cualquier parte del mundo o tener que acudir a una enciclopedia ilustrada en papel para consultar una duda. La manera en que nos relacionamos con el mundo ha cambiado y nuestro comportamiento también. García menciona que hemos construido una nueva realidad alrededor de las nuevas tecnologías, si lo vemos en una forma positiva a generado avance a todo nivel, pero existen consecuencias no tan positivas, que hasta ahora sólo son vistas desde la superficie.

Al igual que en las adicciones a sustancias químicas, según Echeburúa y Corral (2010) los primeros síntomas de adicción tecnológica los encontramos cuando la persona comienza a desarrollar comportamientos diferentes en su vida cotidiana. De acuerdo a García (2013), en el caso de las tecnológicas los síntomas de dependencia se circunscriben al aislamiento, bien estando solo o en compañía, bajo rendimiento en los estudios o el trabajo y atención centrada en el uso de las tecnologías. Aparece la pérdida de control, la búsqueda desesperada por obtener refuerzos rápidos y sentimientos de malestar si no usa las tecnologías suficientemente.

En su artículo García (2013), menciona que luego de realizar observaciones, en 2005 Griffiths, desarrolló un modelo biopsicosocial que se basa en comparar personas adictas a sustancias químicas (tabaco, alcohol y otras drogas) con personas que interactúan con nuevas tecnologías u otros comportamientos reforzantes, concluyendo que la sintomatología es similar en ambos casos.

Siguiendo la formulación de Griffiths (2005), los criterios clínicos que determinan que una adicción química puede adaptarse homogéneamente a la de una adicción conductual se sintetizan en los siguientes parámetros:

- **Saliencia:** Cuando una actividad particular se convierte en la más importante en la vida de la persona, dominando sus pensamientos, sentimientos y conductas. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Me paso la mayor parte del tiempo observando lo que hacen los demás en las redes sociales (o pensando en hacerlo).
- **Cambios de humor:** Experiencia subjetiva que relatan las personas al implicarse en una actividad particular. Se puede expresar como “sentir un subidón”, sentimientos desestresantes o tranquilizante de escape, disforia. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Cuando estoy participando activamente en las redes sociales me olvido completamente de todos mis problemas.
- **Tolerancia:** aumento necesario de cualquier cosa, para llegar a sentir los mismos efectos que al principio. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Cada vez pasa más tiempo jugando en las redes sociales para sentirme bien.
- **Síndrome de abstinencia:** Sentimientos de incomodidad o estado físico, psicológico, social desagradable cuando una actividad se reduce de forma súbita. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Me siento muy mal, si por algún motivo no puedo dedicar mi tiempo a participar activamente en las redes sociales.
- **Conflicto:** Conflictos interpersonales o consigo mismo (intra psíquico). Son conscientes de que tienen un problema, pero no pueden controlar (experiencia subjetiva de pérdida de control). Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Por pasar demasiado

tiempo participando activamente en las redes sociales he tenido problemas con mis mejores amigos.

- **Recaída:** Tendencia a volver a los patrones originales de la actividad después de un periodo de abstinencia. Un ejemplo orientado a la adicción de las redes sociales: Si paso algún tiempo sin conectarme a las redes sociales cuando lo vuelvo a hacer mi actividad sigue siendo la misma.

Griffiths (2005), sugiere en este trabajo que las adicciones son parte integrante de un sistema biopsicosocial que tiene un marco mucho más amplio que el que demostradamente atribuimos a las sustancias químicas, pudiendo evidenciarse similitudes que tenderían a marcar una etiología común para la conducta adictiva. Este paralelismo nos puede servir para el tratamiento de estas patologías y para matizar la percepción que la sociedad tiene de estos comportamientos (García, 2013).

Young (1996), refiere que, dentro de las características personales del adicto a internet, se puede mencionar que son personas con determinadas cogniciones desadaptativas (anticipación negativa de hechos, pensamiento catastrófico, entre otros) insatisfechas y/o desesperanzadas en una o más áreas de su vida y con carencias afectivas o sociales que les llevarían con mayor probabilidad a desarrollar conductas de abuso de internet.

2.3 Relación entre padres e hijas

Una relación puede ser considerada como un intercambio social en el cual se da y se recibe algo. Cuando se interactúa con las demás personas cada uno trata de tener armonía en lo que se refiere a preferencias, intenciones y expectativas.

Existen tres situaciones que se ven reflejadas en la interdependencia existente en las relaciones humanas: cuando los propios intereses y los de la otra persona son comunes, cuando los propios intereses son diferentes a los de la otra persona y cuando se tienen algunos intereses en común a la otra persona. En la relación padres-hijo se ve representada la satisfacción recíproca de las

necesidades, al considerar una familia de manera integral sus miembros aspiran al bienestar y felicidad de los demás lo cual es logrado en la medida de que sus miembros aporten lo necesario. Sin embargo, esta interacción en los comportamientos y actitudes entre padres e hijos es cambiante al igual que los sentimientos. Se da un desequilibrio cuando los individuos no logran combinar de una forma adecuada los intereses que conllevan a dicha relación (Bolio, 1991).

Existen diferentes tipos de relación entre padres e hijos en lo que a su educación se refiere Collado (2016), define los tipos que se presentan a continuación:

Padres autoritarios: para la autora la autoridad debe entenderse como necesaria, siempre que sea el resultado del amor con que se imparta, con flexibilidad, paciencia. Los padres autoritarios estiman más el control, la obediencia ciega, modelan a sus hijos según un estándar de conducta y les castigan si se salen de estos patrones establecidos, se mantienen alejados de ellos, lo cual produce efectos negativos, prodigan poco afecto. Por esta razón, sus hijos por lo general se sienten descontentos, retraídos y desconfiados. De acuerdo a la autora, este tipo de crianza impide pensar y actuar por su propia cuenta.

Padres permisivos y sobreprotectores: contrario al anterior tipo de padre, refiere la autora, en este caso no hay autoridad, simplemente no existe, no hay exigencias, por lo cual no se dan hábitos donde los hijos sean autónomos y capaz de resolver situaciones donde el objetivo es la consecución de metas, todos los problemas por pequeños que sean, los padres les dan solución.

En casa cada quien hace lo que quiere, no se dan esfuerzos ni presiones por cumplir, se da en general un rendimiento bajo cargado de mediocridad; estos padres, según Collado, valoran la expresión de los niños por sí mismos y la autorregulación, exigen poco y permiten que los niños controlen sus propias actividades hasta donde sea posible, estos padres consideran que sólo deben ser un apoyo para sus hijos y no modelos o fijadores de normas, esto explica las razones el porqué de las pocas reglas familiares, consultan las decisiones con su hijos y casi nunca les castigan; estos padres no controlan, no exigen, como consecuencia de este tipo de crianza sus hijos tienden a ser inmaduros, tienen menos autocontrol y son menos exploradores.

Según refiere Collado (2016), los padres se muestran amorosos, pero ejercen poco control, son demasiado complacientes ante las exigencias y peticiones de los niños, no exigen y son relativamente cálidos, permiten que sus hijos controlen sus propias actividades. Una de sus metas es la de proteger al hijo de cualquier riesgo de cometer errores. Asumen la mayoría de responsabilidades que les corresponde a sus hijos. Su hijo aprende a ser manipulador, irresponsable, inseguro, tímido.

Padres democráticos: para Collado (2016), los padres democráticos respetan la individualidad del hijo, pero al mismo tiempo le inculcan los valores sociales, dirigen sus actividades de forma racional, prestan atención a las consecuencias antes que, al miedo, al castigo o a la pérdida del amor. Puesto que confían en su capacidad para guiar a los niños, respetan los intereses, las opiniones y la individualidad de la personalidad; son amorosos y exigentes, su comportamiento es coherente y respetan las decisiones independientes de los hijos, pero también son firmes en el acatamiento de las normas y en la imposición de castigos moderados.

Explican las razones que hay detrás de su posición, animan a los hijos para mantener la comunicación verbal y combinan el control con el estímulo. Es evidente que sus hijos se sienten seguros al saber que son amados y son conscientes de lo que se espera de ellos. En la edad preescolar, los hijos de padres democráticos tienden a ser seguros, calmados, dominantes, exploradores y contentos. Su meta es ayudar a su hijo y pretende que sea independiente, les enseña a tomar decisiones, a explorar alternativas y considerar consecuencias. Si su hijo comete errores, sabe que de esa manera aprende. Según Collado (2016), la comunicación en este hogar es de dos vías, tiene en cuenta la opinión de sus hijos. Sus hijos tienen criterio propio, son responsables, emprendedores, seguros de sí mismos, con óptimas capacidades para interactuar con otros, con alto respeto por otros y hacen respetar sus derechos, son asertivos.

Collado (2016) menciona que los padres inconsistentes son este tipo de padres que puede intentar imponer reglas estrictas, pero son incapaces de llevar a cabo sus demandas o amenazas. La paz se preserva y se mantiene, pero a un costo muy alto. El hijo aprende que si es persistente obtiene

de sus padres lo que desea, no aprende el autocontrol y no toma en cuenta los sentimientos de otras personas.

2.4 Emocionalidad según las etapas de desarrollo de Erick Erickson

De acuerdo a la teoría de Desarrollo Psicosocial de Erickson que menciona Papalia (2005) esta etapa corresponde a la de “identidad frente a confusión de roles”. La identidad se logra con la integración de sus diferentes roles (estudiante, atleta, aspirante a arquitectura, etc.); la incapacidad para formar este sentido coherente de identidad da lugar a confusión acerca de los roles.

La identidad se forma en la medida en que los jóvenes resuelven tres problemas principales:

- La elección de una ocupación.
- La elección de valores en qué creer y por qué vivir.
- El desarrollo de una identidad sexual satisfactoria.

Papalia, (2005) menciona que la adquisición de la identidad requiere un período de intensa autoexploración llamado crisis de identidad, existen cuatro tipos de estados de identidad, los cuales difieren en la presencia o ausencia de crisis, periodo de toma de decisiones conscientes y de compromiso, inversión personal en una ocupación o sistema de creencias:

- Logro de la de identidad (la crisis conduce al compromiso): El adolescente ha pasado por la crisis de identidad y tuvieron éxito al hacer elecciones personales acerca de sus creencias y metas y se sienten cómodos con esas elecciones por ser suyas.
- Exclusión de la identidad (compromiso sin crisis): El adolescente ha optado prematuramente por una identidad que otros le han proporcionado, está comprometido con los planes de otro para su vida.

- Moratoria (crisis sin compromiso todavía): Se encuentra en el proceso de explorar activamente varias opciones de roles, pero todavía no se ha comprometido con ninguno de ellos.
- Identidad dispersa (no compromiso ni crisis): Se caracteriza por la ausencia de compromiso y la falta de consideración seria de las alternativas. Evitan considerar opciones de roles de manera consciente. El estado de identidad en cualquier adolescente puede cambiar a lo largo del tiempo conforme la persona madura o tiene regresiones.

Al igual que Piaget, Erik Erickson sostuvo que los niños y jóvenes se desarrollan en un orden predeterminado. En vez de centrarse en el desarrollo cognitivo, sin embargo, él estaba interesado en cómo los niños se socializan y cómo esto afecta a su sentido de identidad personal. La teoría de Erickson del desarrollo psicosocial está formada por ocho etapas distintas, cada una con dos resultados posibles.

Según dicha teoría, la terminación exitosa de cada etapa lleva a tener una personalidad sana y poder relacionarse adecuadamente con los demás. De acuerdo a Muñoz (2016) el fracaso a la hora de completar con éxito una etapa conlleva presentar problema para terminar las otras etapas y, por lo tanto, a una personalidad y un sentido de identidad personal poco sanos. Estas etapas, sin embargo, se pueden resolver con éxito en el futuro y con la ayuda adecuada.

2.5 Desarrollo psicosocial según Erick Erickson

Según Erick Erickson existen ocho etapas del desarrollo psicosocial en el ser humano.

Confianza frente a desconfianza, desde el nacimiento hasta la edad de un año, los niños comienzan a desarrollar la capacidad de confiar en los demás basándose en la consistencia de sus cuidadores (generalmente las madres y padres). Si la confianza se desarrolla con éxito, el niño/a gana confianza y seguridad en el mundo a su alrededor y es capaz de sentirse seguro incluso cuando está amenazado. No completar con éxito esta etapa puede dar lugar a una incapacidad

para confiar, y por lo tanto, una sensación de miedo por la inconsistencia del mundo. Puede dar lugar a ansiedad, a inseguridades, y a una sensación excesiva de desconfianza en el mundo.

Autonomía frente vergüenza y duda, entre el primer y el tercer año, los niños comienzan a afirmar su independencia, caminando lejos de su madre, escogiendo con qué juguete jugar, y haciendo elecciones sobre lo que quiere usar para vestir, lo que desea comer, etc. Si se anima y apoya la independencia creciente de los niños en esta etapa, se vuelven más confiados y seguros respecto a su propia capacidad de sobrevivir en el mundo. Si los critican, controlan excesivamente, o no se les da la oportunidad de afirmarse, comienzan a sentirse inadecuados en su capacidad de sobrevivir y pueden entonces volverse excesivamente dependiente de los demás, carecer de autoestima, y tener una sensación de vergüenza o dudas acerca de sus propias capacidades.

Iniciativa frente a culpa, alrededor de los tres años y hasta los siete, los niños se imponen o hacen valer con más frecuencia. Comienzan a planear actividades, inventan juegos, e inician actividades con otras personas. Si se les da la oportunidad, los niños desarrollan una sensación de iniciativa, y se sienten seguros de su capacidad para dirigir a otras personas y tomar decisiones. Inversamente, si esta tendencia se ve frustrada con la crítica o el control, los niños desarrollan un sentido de culpabilidad. Pueden sentirse como un fastidio para los demás y por lo tanto, seguirán siendo seguidores, con falta de iniciativa.

Industriosidad frente a inferioridad, desde los seis años hasta la pubertad, los niños comienzan a desarrollar una sensación de orgullo en sus logros. Inician proyectos y los siguen hasta terminarlos aparte de sentirse bien por lo que han alcanzado. Durante este tiempo, los profesores desempeñan un papel creciente en el desarrollo del niño. Si se anima y refuerza a los niños por su iniciativa, comienzan a sentirse trabajadores y tener confianza en su capacidad para alcanzar metas. Si esta iniciativa no se anima y es restringida por los padres o profesores, el niño comienza a sentirse inferior, dudando de sus propias capacidades y por lo tanto, puede no alcanzar todo su potencial.

Identidad frente a confusión de papeles, durante la adolescencia, la transición de la niñez a la edad adulta es sumamente importante. Los niños se están volviendo más independientes, y comienzan a mirar el futuro en términos de carrera, relaciones, familias, vivienda, etc. Durante este período, exploran las posibilidades y comienzan a formar su propia identidad basándose en el resultado de sus exploraciones. Este sentido de quiénes son, puede verse obstaculizado, lo que da lugar a una sensación de confusión sobre sí mismos y su papel en el mundo.

Intimidad frente a aislamiento, en la adultez temprana, aproximadamente desde los 20 a los 25 años, las personas comenzamos a relacionarnos más íntimamente con los demás. Exploramos las relaciones que conducen hacia compromisos más largos con alguien que no es un miembro de la familia. Completar con acierto esta etapa puede conducir a relaciones satisfactorias y aportar una sensación de compromiso, seguridad, y preocupación por el otro dentro de una relación.

Erickson atribuye dos virtudes importantes a la persona que se ha enfrentado con éxito al problema de la intimidad: afiliación (formación de amistades) y amor (interés profundo en otra persona). Evitar la intimidad, temiendo el compromiso y las relaciones, puede conducir al aislamiento, a la soledad, y a veces a la depresión.

Generatividad frente a estancamiento durante la edad adulta media, en una etapa que dura (desde los 25 hasta los 60 años aproximadamente), establecemos nuestras carreras, establecemos una relación, comenzamos nuestras propias familias y desarrollamos una sensación de ser parte de algo más amplio. Aportamos algo a la sociedad al criar a nuestros hijos, ser productivos en el trabajo, y participar en las actividades y organización de la comunidad. Si no alcanzamos estos objetivos, nos quedamos estancados y con la sensación de no ser productivos.

No alcanzar satisfactoriamente la etapa de generatividad da lugar a un empobrecimiento personal. El individuo puede sentir que la vida es monótona y vacía, que simplemente transcurre el tiempo y envejece sin cumplir sus expectativas. Son personas que han fracasado en las habilidades personales para hacer de la vida un flujo siempre creativo de experiencia y se sienten apáticos y cansados. Las personas generativas encuentran significado en el empleo de sus conocimientos y

habilidades para su propio bien y el de los demás; por lo general, les gusta su trabajo y lo hacen bien.

Integridad del yo frente a desesperación. Mientras envejecemos y nos jubilamos, tendemos a disminuir nuestra productividad, y exploramos la vida como personas jubiladas. Durante este periodo contemplamos nuestros logros y podemos desarrollar integridad si consideramos que hemos llevado una vida acertada.

Si vemos nuestras vidas como improductivas, nos sentimos culpables por nuestras acciones pasadas, o consideramos que no logramos nuestras metas en la vida, nos sentimos descontentos con la vida, apareciendo la desesperación, que a menudo da lugar a depresión.

2.6 Emociones en niños

Tirado (2010) menciona que las emociones son un fenómeno muy complejo y difícil de tratar ya que puede ser variable, es privado para cada persona. En ocasiones existen expresiones externas de las emociones como gesticulaciones prototípicas asociadas como la sonrisa, el llanto, la risa, la sorpresa.

Gallardo (2007), menciona que la emoción ha sido definida como una agitación del ánimo acompañada de fuertes conmociones en el ámbito somático; aunque indica que esta definición reduce la emoción y en concreto la respuesta emocional a meros cambios fisiológicos.

El autor refiere que el estado emocional de una persona determina la forma en que percibe el mundo. Indica que una emoción se produce cuando unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro. Como consecuencia se producen respuestas, inconscientes e inmediatas, del sistema nervioso autónomo y hormonales.

Según afirma Zaccagnini (2004)

Las emociones son una compleja combinación de procesos corporales, perceptuales y motivacionales que producen en las personas un estado psicológico global, que puede ser positivo o negativo, de poca o mucha intensidad y de corta o larga duración, y que genera una expresión gestual que puede ser identificada por las demás personas”. (p.31)

Así mismo, Zaccagnini (2004), menciona otra definición de las emociones:

La autopercepción del balance, o evaluación global, que resulta de comparar en cada momento lo que deseamos o necesitamos hacer, y lo que queremos o podemos hacer, evaluación que funciona como un indicador que informa tanto a los que nos rodean como a nuestra propia mente, acerca de las perspectivas a que nos lleva el rumbo vital en que estamos. (p.31)

Tirado, et.al. (2010), menciona que existen emociones básicas las cuales son: miedo, sorpresa, tristeza, disgusto, ira, aceptación, esperanza y alegría. Todas las demás emociones son una combinación de las básicas.

El nivel de intensidad de una emoción puede variar. Dentro de esta variación se forman polos que conlleva a clasificar las emociones en positiva o negativas. Las emociones positivas son deseadas, pueden ser de intensidad alta, como la euforia; o pueden ser de baja intensidad como la tranquilidad. Las emociones positivas, considera el autor que son las que favorecen las relaciones humanas, en cambio las negativas, las debilitan o perjudican.

Para Begoña (2008) las emociones en los niños tienen ciertas características ya que entre los 6 y los 12 años se producen cambios significativos en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los mismo. En estas edades poseen una mejor y más realista comprensión de las emociones. Así mismo, se da una integración más completa y profunda de la personalidad, la cual se evidencia en amistades más sólidas e íntimas.

Según Begoña (2008), en esta etapa se da un avance en la comprensión mentalista ya que los niños en esta edad son más conscientes y sensibles a los motivos que subyacen a las acciones, lo que explica que las opiniones y los juicios de los demás ahora tienen más importancia que en la etapa anterior.

Como se mencionaba con anterioridad, Begoña (2008) refiere que en esta edad los niños se encuentran en la etapa psicosocial de la laboriosidad frente a la inferioridad, en la cual los niños procuran por todos los medios aprender las habilidades que son valoradas en su entorno social y cultural. El objetivo principal de esta etapa es ganarse el respeto y la consideración de los adultos e iguales, por lo que los niños deben desempeñarse con éxito y sentirse productivo.

Durante esta edad, explica la autora, el escolar se expone a nuevos contextos sociales y en cada uno de ellos evalúa su desempeño. Si lo que él o ella evalúan no es positivo, la autoestima se verá afectada.

De acuerdo a Begoña (2008), existen muchas variables que son significativas para el ajuste del niño a las nuevas condiciones de desarrollo, pero hay dos que son las más importantes: el temperamento y la educación emocional que el niño haya recibido desde la familia. Es importante recalcar que la educación emocional que reciben los niños por parte de la familia repercute directamente en su regulación emocional y en su forma de abordar los conflictos. Los padres son quienes modulan la emotividad del niño ya que son ellos los primeros modelos a seguir.

Otra área importante en el desarrollo emocional de los niños son las estrategias de afrontamiento de emociones negativas. Begoña refiere que muchas de las emociones negativas tienen importantes funciones adaptativas.

Dentro de las principales estrategias de regulación emocional, la autora menciona las siguientes:

- La distracción: indica que los niños menores de seis años recurren con frecuencia a la distracción conductual, que supone contrarrestar la emoción con un cambio de actividad.

- La reinterpretación: se refiere a un recurso útil para controlar emociones negativas, en especial, las desencadenadas por factores incontrolables. La reinterpretación exige considerar un problema desde distintas perspectivas por lo que no es habitual antes de los ocho años.
- La búsqueda de apoyo social: Es una estrategia común para afrontar las emociones, pero a partir de los ocho años buscan el apoyo de sus iguales.
- La selección de un contexto afín: Los niños desarrollan su propia red social, con contextos afines a ellos mismos.

Existen diversos factores que influyen en el comportamiento emocional. Dentro de ellos, cabe mencionar que la mayor o menor habilidad de los padres para limitar los aspectos temperamentales más desadaptativos de sus hijos puede ser fundamental para evitar que se produzca un círculo vicioso. En general, menciona la autora, que los estudios encuentran un estilo parental dominado por la expresión negativa, la persistencia de conflictos en la pareja, o la falta de seguridad aportada a los hijos, son factores que, de forma reiterada, se han asociado, entre otros aspectos negativos, con un desarrollo insuficiente de estrategias de regulación emocional y con sesgos en la interpretación de las expresiones ajenas, lo cual se verá reflejado en las interacciones con los iguales (Begoña, 2008).

Del Barrio (2002), indica que a los esfuerzos de los padres por educar a sus hijos se suma su papel como modelos a seguir, esto se conoce como aprendizaje vicario, el cual se refiere al aprendizaje por observación. Por consiguiente, este aprendizaje contribuye a la perpetuación de los patrones emocionales y conductuales de los progenitores.

2.7 Redes sociales

Según Bernete (2010), las redes sociales han existido siempre desde que hay sociedad. Sin embargo, desde que existe la *World Wide Web* (www), este término tiene un uso frecuente recurriendo a la expresión “redes sociales” para identificar estructuras sociales de todo tipo: de delinquentes, amigos, empresas, iglesias, cajeros automáticos, etc. Las redes sociales en Internet, en los últimos años, está adquiriendo una importancia inusitada, las mismas son muy variadas

dependiendo a qué se dediquen específicamente o según cómo funcionen. Antes de finalizar 2009, *Google* señaló las 10 páginas que el buscador consideraba emergentes entre los usuarios hispanohablantes, ubicando a Facebook en tercer lugar, hoy considerada la gran red social mundial.

Según Prato (2010), el concepto de las redes sociales se concibe como sistemas que agrupan usuarios bajo diferentes criterios, y que permiten que las personas se conozcan y establezcan un contacto frecuente. En muchas ocasiones, este tipo de redes son abiertas; es decir, que cualquier persona puede acceder a ellas y contactarse con cualquier otra persona de la comunidad. En otras, se dice que son cerradas, porque cada usuario decide a quién decide admitir o rechazar. Según el autor algunos ejemplos de redes sociales son *MySpace*, *Facebook*, *LinkedIn*, *Whatsapp* entre otras. El fenómeno de las redes sociales se ha propagado rápidamente con una aportación muy vinculada a *Google*, los tags o etiquetas, que no son más que palabras asociadas a una página web, foto o video y que permiten acortar su búsqueda.

Según Requena (2008), una red social es una estructura social formada por personas o entidades conectadas y unidas entre sí, por algún tipo de relación o interés común. Por lo tanto, el ser humano está permanentemente conectado mucho antes de la llegada de internet. Con el surgimiento de la web 2.0 se crean redes sociales como *Facebook*, *Twitter* y *Google+* que agrupan a las personas de acuerdo a sus intereses y actividades, y adquieren una relevancia en el plano personal. El autor agrega la importancia del impacto social que han causado las redes sociales, esto gracias a su inmediatez y apertura para ser un medio de expresión social.

Otros autores definen las redes sociales como “espacios de encuentro entre individuos, grupos y organizaciones, donde pueden intercambiar contenidos, desarrollar aplicaciones y buscar respuesta a sus inquietudes y necesidades” (Tenzer, Ferro y Palacios, 2009, pp3).

Según Merodio (2010), las redes sociales constituyen actualmente una nueva forma de comunicarse y de romper espacio y tiempo en cualquier lugar del mundo. El autor define una red social como una estructura social compuesta por personas, las cuales están conectadas por

diferentes afinidades. Él describe que este tipo de aficiones son las relaciones que pueden ser por amistad, parentesco familiar, por compartir intereses comunes, por llevar a cabo intercambios económicos y de información académica o laboral, además como parte de hobbies o pasatiempos comunes. Él mismo describe el uso de las redes sociales como un espacio para compartir fotos, videos, chats entre otros, a través de todo el mundo. Afirma que las redes sociales en Internet se han convertido en un gran fenómeno social que revoluciona la forma de comunicarse y de interactuar.

Por otro lado Borja (2010), refiere que existen diversas clasificaciones de redes sociales, que se describen a continuación:

- Redes sociales horizontales (también conocidas como generalistas): El autor describe que son todas aquellas redes sociales dirigidas a todo público y que no se centran en un tema concreto, son muy generales. Dentro de ellas las más populares son: *Facebook, Twitter, Google+, Whatsapp*.
- Redes sociales profesionales (dentro de las redes sociales verticales): Borja las describe como aquellas que están enfocadas exclusivamente al ámbito laboral ya que con ellas se pueden llevar a cabo tareas como realizar contactos profesionales, recomendaciones, gestión de la Hoja de Vida, así como la búsqueda de oportunidades laborales. Dentro de ellas se encuentran: *Linkedin, Viadeo y Xing*.
- Redes sociales de geolocalización: Estas redes, como lo afirma el autor, son todas aquellas que se realizan por medio de la localización física de los usuarios. Dentro de estas se encuentran: *Fousquare, Facebook Places y Google Places*
- Redes sociales de contenidos: Estas redes en sí, menciona el autor, están coordinadas de acuerdo a la divulgación que lleva a cabo el usuario en diferentes formatos tales como: fotografía: como la red *Instagram*, video: como la red *YouTube* y otros como los *Slideshare*
- Redes sociales de ocio (directamente relacionados con las redes sociales verticales o temáticas): Estas redes están enfocadas de acuerdo al ocio y diversión.

Para la presente investigación se utilizaron 4 redes sociales: *Facebook*, *Twitter*, *Whatsapp* e *Instagram*. A continuación se describe cada una de ellas.

2.7.1 Facebook

De acuerdo a Paredes (2008) en febrero de 2004, Marck Zuckerberg, con la ayuda de Andrew McCollum y Eduardo Saverin, estudiantes de Harvard, con el propósito de que los estudiantes pudieran tener contacto entre ellos y así poderse relacionar de manera virtual.

De acuerdo con el anterior autor, esta red social permite que la persona que tiene un perfil esté informado de los acontecimientos más recientes a través de fotos y videos, noticias de eventos, cambiando su estado y modificando su perfil; todo en tiempo real y en cuestión de segundos, promoviendo una interrelación para compartir, preguntar, comentar, etc.

2.7.2 Twitter

Para Caballarm (2011), Twitter es un servicio que permite compartir pensamientos, información, enlaces, etc., con otros usuarios de la web; la define como una red abierta, ya que persona sin restricción puede leer los mensajes que se comparte. Es importante mencionar que únicamente se pueden escribir 140 caracteres. Además, el autor menciona que *Twitter* es una herramienta poderosa pero que no sustituye a otras redes sociales como *Facebook* o *Myspace*.

2.7.3 Whatsapp

Whatsapp se define como una aplicación en la cual la persona puede enviar mensajes de manera gratuita a sus contactos telefónicos al estar conectados a una red de internet. Inició como una alternativa a la mensajería instantánea. Fue fundada por Jan Koum y Brian Acton quienes conjuntamente trabajaron por 20 años en *Yahoo*. *WhatsApp* se unió a *Facebook* en el 2014, pero continúa operando como una aplicación independiente y enfocada en construir un servicio de

mensajería rápido y confiable en cualquier parte del mundo. La página web de la aplicación refiere que sus funciones son:

- Mensajería simple y fiable
- Permite a la persona mantenerse en contacto con grupos de personas, ya que la aplicación permite crear grupos para conversaciones simultáneas.
- Se puede hablar libremente únicamente al estar conectado a internet, incluso internacionalmente sin costo extra.
- Se pueden compartir fotos, videos, documentos, hojas de cálculo, presentaciones, sin la necesidad de tener otra aplicación.
- Es utilizada por más de mil millones de personas alrededor del mundo.

2.7.4 Instagram

Instagram es una aplicación para subir fotos y videos. Actúa como una red social y sus usuarios también pueden aplicar gran diversidad de efectos fotográficos. Filtros, marcos, similitudes térmicas, colores retro, vintage, son algunos de los filtros destacados que se pueden utilizar en la aplicación.

Fue creada en el año 2010 por Kevin Systrom y Mike Krieger. En diciembre de 2010 ya tenía registrado alrededor de 1 millón de usuarios. A finales del año 2011 superaba los 10 millones de usuarios y más de 150 millones de fotos subidas.

Dentro de sus funciones se pueden mencionar:

- Permite sacar o subir fotografías y videos.
- Editar las fotos y los videos con una gran variedad de filtros gratuitos y de diseño personalizado.
- Mejorar las fotos con 10 herramientas creativas avanzadas para cambiar el brillo, el contraste y la saturación, así como las sombras, el resaltado y la perspectiva.

- Encontrar personas a las que seguir en función de las cuentas y las fotos que más les gustan.
- Compartir fotos y videos al instante en *Facebook*, *Twitter*, *Tumblr* y en otras redes sociales.
- Conectarse con usuarios de *Instagram* del mundo entero y mantenerse al día de sus fotos y videos.
- Enviar mensajes con foto y con video privados a sus amigos.
- Se puede utilizar la aplicación completa desde dispositivos móviles, si bien se dispone de una versión para equipos de escritorios es limitada en su uso, ya que no podrás hacer posteos o tomar fotografías.

Capítulo 3

Marco Metodológico

3.1 Método

El presente estudio es de tipo cuantitativo, pues se realizó una recolección científica de datos para realizar una medición numérica y estadística que permitió establecer patrones de comportamiento.

3.2 Tipo de investigación

En el presente estudio el trabajo de campo, se hizo en un lugar determinado. Para éste estudio la información fue recaba por medio de un cuestionario y una Escala de Likert que fueron aplicadas a alumnas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe. Se contó con el apoyo de la Coordinación de Primaria para poder utilizar períodos de clase para que las alumnas pudieran contestar ambos instrumentos. Para ello se analizó el horario, se solicitó a las maestras permiso para utilizar sus períodos y de esa manera se pudieron aplicar los instrumentos para recabar in formación.

3.3 Nivel de investigación

El presente estudio es de tipo descriptivo, según Hernández, Fernández y Baptista (2006), el estudio descriptivo busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisisl. El estudio descriptivo describe tendencias de un grupo o población. (pp. 102-103)

3.4 Pregunta de investigación

¿Cuáles son los efectos emocionales en niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe, cuando sus padres son adictos a redes sociales?

3.5 Variables de la investigación

3.5.1 Variable independiente

En la presente investigación las variables independientes serán las redes sociales utilizadas por los miembros de la familia y la adicción o uso en exceso de las mismas por parte de los padres.

3.5.2 Variables dependientes

- Relación padres e hijos/as
- Desarrollo Psicosocial según Erick Erikson
- Emociones de los niños/as
- Redes sociales (*Facebook, WhatsApp's, Instagram, Twitter, Snapchat*)

3.6 Hipótesis

Para la presente investigación la hipótesis fue:

Las niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe presentan efectos emocionales por la adicción de sus padres a las redes sociales.

Para la presente investigación la hipótesis nula fue:

Las niñas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe no presentan efectos emocionales por la adicción de sus padres a las redes sociales.

3.7 Análisis de factibilidad y viabilidad

La presente investigación fue factible y viable en varios sentidos. La investigadora es orientadora en el Liceo Secretarial Bilingüe, por lo que es accesible el realizar el trabajo de campo. La Dirección del Liceo Secretarial Bilingüe autorizó la realización de la investigación.

3.8 Muestreo

El tipo de muestreo utilizado en la presente investigación es por conveniencia no probabilístico ya que las edades con las que se realizó el estudio son en las cuales las niñas han presentado más quejas en cuanto al uso de las redes sociales por parte de sus padres.

3.9 Técnicas de la investigación

En la presente investigación se realizaron dos técnicas principales. La primera es una Escala de tipo Likert y la segunda será una encuesta de pregunta cerrada.

3.10 Sujetos de la investigación

Los sujetos de la presente investigación son niñas comprendidas entre los 9 y 10 años que cursan el grado de cuarto primaria en el colegio Liceo Secretarial Bilingüe, el cual es una institución privada para señoritas. Pertenecen a un nivel socioeconómico medio y medio alto.

3.11 Instrumentos de investigación

Para la presente investigación se realizó un cuestionario con preguntas cerradas para determinar cuáles son las redes sociales que los padres utilizan con más frecuencia y para determinar quiénes, dentro de la familia, utilizan más las redes sociales.

Para determinar los efectos emocionales que presenta las niñas por el uso en exceso de las redes sociales por parte de sus padres se realizó una Escala de Likert.

3.12 Procedimiento

En la fase preparatoria, se seleccionó del tema de tesis, luego se realizó la revisión de referencias bibliográficas. Como siguiente paso se realizaron los instrumentos a utilizar para el trabajo de campo, se aplicaron los instrumentos a la muestra seleccionada y se procedió a realizar el análisis de la información, tomando en cuenta los aspectos teóricos investigados. Como último paso se realizó la formulación de conclusiones, recomendaciones e informe final.

3.13 Cronograma

JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE-FEBRERO
Entrega de anteproyecto de Tesis	Realizar instrumentos. Solicitar autorización a padres de familia para la realización del estudio.	Realizar recolección de datos	Realizar análisis de datos Realizar conclusiones y recomendaciones. Realizar Propuesta.	Finalizar con revisión de Tesis

Capítulo 4

Presentación y Discusión de Resultados

De acuerdo a los resultados obtenidos con ambos instrumentos se puede identificar que el uso de redes por parte de los padres es del 88% y en las madres es del 94% de la población investigada (ver gráficas No. 1 y 2).

En la pregunta acerca de si las alumnas sienten que sus papás les prestan poca atención por estar utilizando las redes sociales (ver gráfica No. 7), un 27% refiere sentirse de esta manera. Según los resultados obtenidos un 17% de las alumnas se sienten ignoradas por sus padres debido al uso de las redes sociales. Según Echeburúa y de Corral (2010) define algunas señales de alarma en las personas expuestas a la adicción de las redes, dentro de las cuales cabe mencionar:

- Revisar *Facebook* a diario, varias veces al día, o todo el día.
- Pasan las horas antes que la persona se dé cuenta que realizado las tareas que debía, excepto navegar en *Facebook*, *Twitter*, o enviando mensajes por *Whatsapp*, entre otras más.

Con esto se hace evidente que los padres no se percatan, por estar inmersos en el uso de las redes sociales, que no les están prestando la atención que sus hijas requieren.

Aunque según los resultados obtenidos, hay un 50% que cree que su familia es unida a pesar del uso de las redes sociales, existe un 20% que siente que hay desunión familiar debido al uso de las mismas (ver gráfica No. 14). Las alumnas encuestadas refieren en un 62% que les gustaría que sus papás utilizaran menos las redes sociales, (ver gráfica No. 15) Por otro lado, un 60% refiere que les gustaría que sus mamás utilizaran menos las redes sociales (ver gráfica no. 16). Según Begoña (2007), en esta edad los niños se encuentran en la etapa psicosocial de la laboriosidad frente a la inferioridad, en la cual los niños procuran por todos los medios aprender las habilidades que son valoradas en su entorno social y cultural.

El objetivo principal de esta etapa es ganarse el respeto y la consideración de los adultos e iguales, por lo que los niños deben desempeñarse con éxito y sentirse productivo. Si las niñas se encuentran en la etapa de ganarse el respeto y la consideración de los adultos, pero de acuerdo a los resultados obtenidos, se hace evidente que no están obteniendo de los adultos la atención necesaria para poder pasar satisfactoriamente a la siguiente etapa psicosocial.

En relación a las emociones generadas por el uso en exceso de las redes sociales, según los resultados obtenidos existe un 21% de niñas que sienten tristeza porque sus papás utilizan durante mucho tiempo las redes sociales, (ver gráfica No. 17). De acuerdo a Begoña, existen muchas variables que son significativas para el ajuste del niño a las nuevas condiciones de desarrollo, pero hay dos que son las más importantes: el temperamento y la educación emocional que el niño haya recibido desde la familia. Si lo que está recibiendo en la familia son emociones negativas, como se evidencia en relación a la tristeza, éste porcentaje de niñas no está aprendiendo a regular sus emociones adecuadamente. Esto mismo se hace evidente con el resultado a la pregunta si sienten que a sus padres no les importa para lo cual hay un 11% que tienen ese sentimiento (ver gráfica No. 18).

De acuerdo a los resultados obtenidos se observa que un 35% cree que su vida familiar sería mejor si sus papás no utilizaran en exceso las redes sociales (ver gráfica No. 19). Así mismo, un 46% indica que quisieran que sus papás les prestaran más atención (ver gráfica No. 20). Según Begoña, la educación emocional que reciben los niños por parte de la familia repercute directamente en su regulación emocional y en su forma de abordar los conflictos. Los padres son quienes modulan la emotividad del niño ya que son ellos los primeros modelos a seguir. Según los resultados obtenidos, existe un porcentaje considerable de niñas que no están recibiendo este modelo a seguir, ya que sienten que sus padres no les prestan atención.

En lo que se refiere al tiempo que utilizan las redes sociales el 52% de las niñas refieren que su mamá utiliza las redes sociales entre 1 y 2 horas, el 19% indican que las utilizan entre 2 y 3 horas, el 12% dice que las utilizan entre 3 y 4 horas y el 14% de la población investigada refiere que sus mamás utilizan las redes sociales más de 4 horas.

En cuanto al uso que su papá da a las redes sociales las alumnas refieren que el 39% las utilizan de 1 a 2 horas, el 22% de 2 a 3 horas, indican que el 22% las utilizan de 3 a 4 horas y un 8% más de 4 horas (ver gráfica No.1 y 2). Según Labrador y Echeburúa (2009), la adicción es una patología que afecta al ser humano y que le resta libertad e independencia al limitarlo en la expresión saludable de sus intereses. Según los resultados anteriormente mencionados, se puede verificar que existe un porcentaje alto de padres de familia que pueden presentar adicción a las redes sociales.

En relación a cuál es la red social más utilizada por los padres de familia, los resultados obtenidos indican que un 48% de las madres utiliza *WhatsApp*, seguido de un 43% que utiliza *Facebook* (ver gráfica No. 6). Los resultados obtenidos en la misma pregunta, pero refiriéndose a papá, indican que un 42% utiliza *WhatsApp* y un 40% utiliza *Facebook* (ver gráfica No. 7). Merodio (2010), describe el uso de las redes sociales como un espacio para compartir fotos, videos, chats entre otros, a través de todo el mundo. Afirma que las redes sociales en Internet se han convertido en un gran fenómeno social que revoluciona la forma de comunicarse y de interactuar, lo cual se comprueba con el uso que los padres de familia están haciendo de las redes sociales antes mencionadas. Se hace evidente que el uso de las redes sociales no es solo en jóvenes, sino en adultos que son padres de familia.

Capítulo 5

Propuesta de solución a la problemática

5.1 Introducción

La relación tanto entre madre e hija como entre padre e hija es de suma importancia para el desarrollo adecuado de las niñas.

De acuerdo a Begoña, existen muchas variables que son significativas para el ajuste del niño a las nuevas condiciones de desarrollo, pero hay dos que son las más importantes: el temperamento y la educación emocional que el niño haya recibido desde la familia. (Begoña 2008)

Para la autora, la educación emocional que se brinda en casa es la que permite que las niñas adquieran la regulación emocional. La relación de los padres con sus hijas se convierte en algo fundamental para el sano desarrollo de la emocionalidad de las niñas.

En el presente estudio se demostró que la relación padres-hijas se ve afectada desde diversos puntos de vista por la adicción de los padres a las redes sociales.

Según Echeburúa y Corral, (2009) cualquier inclinación desmedida hacia alguna actividad puede desembocar en una adicción, exista o no una sustancia química de por medio. La adicción es una afición patológica que genera dependencia y resta libertad al ser humano al estrechar su campo de conciencia y restringir la amplitud de sus intereses. De acuerdo con este concepto, se hace evidente que un porcentaje considerable de padres muestra algún grado de adicción a las redes sociales, y, por consiguiente, la relación con sus hijas se ve afectada haciendo que las niñas se sientan en ocasiones tristes, sienten que sus papás no les prestan atención y quisieran que sus papás utilizaran las redes sociales menos tiempo para que la relación familiar no se vea afectada.

5.2 Justificación

Al analizar los resultados de la presente investigación se determinó la necesidad de ayudar a padres e hijas a crear un apego más sano. Según los resultados obtenidos las niñas refieren sentir que sus padres no les prestan atención por el uso en exceso a las redes sociales. Ambos necesitan realizar un reaprendizaje de su relación. De esta manera se formará un vínculo de nuevo, el cual, aunque se haya creado en algún momento, debido a la adicción a las redes sociales por parte de los padres se fue perdiendo.

Es por esta razón que se propone realizar una terapia utilizando técnicas de *Theraplay*, que es un método para fortalecer el vínculo, la conexión, la autoestima y la confianza. Está basado en patrones naturales de sana interacción padre e hijo. Es personal, físico, de mucha conexión, respetuoso y entretenido.

El *Theraplay* según Booth y Phyllis (2009) es un tratamiento terapéutico basado en el juego, el compromiso, enfocado en la relación, que es interactivo, físico y divertido. Sus principios están basados en la teoría del apego y en la sana relación entre padres e hijos, lo que lleva a un sentimiento de seguridad en los niños.

Según los autores antes mencionados, el *Theraplay* está diseñado para reconectar y comprometer completamente a los miembros de la familia. Ayuda a los padres de familia a responder adecuadamente a las necesidades de sus hijos.

5.3 Objetivos de la propuesta

5.3.1 Objetivo general

Generar un vínculo de apego más sano de las niñas con sus padres utilizando técnicas de *Theraplay*.

5.3.2 Objetivos específicos

- Aumentar autoestima en niñas utilizando técnicas de *Theraplay*.
- Mejorar comunicación entre padres e hijas utilizando técnicas de *Theraplay*.
- Disminuir los efectos emocionales de sentimientos de abandono en las niñas debido a la adicción a las redes sociales por parte de sus padres utilizando técnicas de *Theraplay*.

5.4 Desarrollo de la propuesta

Se propone trabajar en 8 sesiones, 2 semanales.

No. De sesión: 1

Objetivo: Presentar los resultados obtenidos en la investigación. Explicar los objetivos del programa.

Duración: 45 minutos

Participantes: Padres de familia

Materiales: Presentación Powerpoint, cañonera y laptop.

No. De sesión: 2

Objetivo: Trabajar con las niñas la dimensión de Estructura. Observación por parte de los padres.

Duración: 45 minutos

Participantes: Terapeuta, padres y niñas

Materiales: Recurso humano

Desarrollo de la sesión:

Actividades que fijan límites, definen fronteras corporales, establecen expectativas. El adulto dirige y controla la situación. El mensaje para el niño es: tu estas seguro conmigo porque yo te cuidare bien. Conozco muchas maneras de divertirnos juntos.

Apretón de mano creativo:

Cada participante del grupo crea un apretón de manos. Lo pasa a la persona al lado de él, quien pasa el mismo apretón a la siguiente persona a su lado. El apretón pasa alrededor del grupo, hasta que la persona que lo dio lo recibe. La siguiente persona ahora crea un apretón de manos, el cual es pasado alrededor del grupo de la misma manera. Todos los participantes tienen la oportunidad de crear un apretón de manos y todos los apretones diferentes apretones son pasados alrededor del grupo.

No. De sesión: 3

Objetivo: Trabajar la dimensión de reto. Observación por parte de los padres.

Duración: 45 minutos

Participantes: Terapeuta, padres y niñas

Materiales: Recurso humano, lazo, vasos, agua, limones, cucharas

Desarrollo de la sesión:

Actividades que hacen énfasis en las destrezas, habilidades y capacidades del niño. Se planifican según nivel de edad. Son actividades que invitan a dar un paso más, a hacer un esfuerzo. El mensaje es: tú eres capaz de crecer y dejar tu huella en el mundo.

Las actividades a trabajar son de competencia y serán las siguientes:

- Competencia de lazo: se forman dos grupos y cada uno hala de cada extremo el lazo, el grupo que logre pasar la marca que estará en el piso será el ganador.
- Competencia de vasos con agua: deberán pasar un vaso con agua, sin botarla y llenar los recipientes en el otro extremo.
- Competencia de limones: Deberán llevar un limón en una cuchara sosteniéndola con la boca, gana el participante que logre llevar más limones al otro extremo sin botarlo.

Previo a la sesión, se solicitará a los padres que escriban una carta a sus hijas en la cual les hagan ver porqué ellas son capaces de dejar una huella en el mundo, que describan qué características ven en ellas que las hacen ser especiales e importantes en la vida de su familia.

No. De sesión: 4

Objetivo: Trabajar la dimensión de nutrición. Observación por parte de los padres

Duración: 45 minutos

Participantes: Terapeuta, padres y niñas.

Materiales: compotas, cucharitas, cepillos para el pelo.

Desarrollo de la sesión:

Actividades relajantes, tranquilas, reconfortantes, de alguna manera regresiva, que hagan sentir al niño que el mundo es un lugar seguro, predecible y cálido. El terapeuta es físicamente activo, cariñoso corporal y verbalmente, positivo, afirmativo. El mensaje es: tú eres digno de amor y cariño. Yo responderé a tus necesidades de cuidado con atención, amor y devoción.

La terapeuta les dará de comer en la boca a las niñas, acariciándoles el pelo, diciéndoles frases bonitas y cariñosas.

Reflexión

No. De sesión: 5

Objetivo: Los padres realizarán con sus hijas la actividad para trabajar la dimensión de estructura.

Duración: 45 minutos

Participantes: Padres, hijas y terapeuta

Materiales: Recurso humano

Desarrollo de la sesión:

Papá y mamá, ¿puedo?

Papá y mamá se sientan uno al lado del otro, recostados contra una pared con almohadas en la espalda. El niño está en el medio del cuarto, de frente a ellos, al lado del terapeuta. Los padres deben decidir entre ellos lo que le pedirán al niño que haga (por ejemplo, que salte en un pie, etc.)

Ellos deciden sin que el niño los escuche. Luego, hablando al unísono, los padres le piden. “Sally, queremos que _____”. Al niño se le ha dicho que responda “Papá y mamá, ¿puedo?”. Los padres al unísono responden “Si Sally, tu puedes”. El niño hace lo que se le pidió. Si no responde “Papá y mamá, ¿puedo?” antes de comenzar la acción, el terapeuta le pide inmediatamente que se detenga, y le pide que responda.

Reflexión

No. De sesión: 6

Objetivo: Que los padres trabajen con sus hijas la dimensión de reto.

Duración: 45 minutos

Participantes: Padres, hijas, terapeuta

Materiales: globos, recurso humano.

Desarrollo de la sesión:

En esta sesión los padres trabajarán con las niñas. Se trabajará la dimensión de Reto

Se les dará un globo a cada madre/padre e hija, el reto consiste en pasarse el globo cuantas veces sea posible, sin botarlo y sin usar las manos. Si el globo cae, deberán empezar de nuevo.

Reflexión

No. De sesión: 7

Objetivo: Que los padres de familia trabajen con sus hijas la dimensión de nutrición

Duración: 45 minutos

Participantes: Padres, niñas y terapeuta

Materiales: Los padres deberán traer ingredientes de una receta sencilla que cocinarán con sus hijas. Cepillo para pelo

Desarrollo de la sesión:

En esta sesión los padres trabajarán con las niñas. Se trabajará la dimensión de Nutrición

En esta sesión se cocinará algo que ellos quieran hacer con sus hijas y deberán comer juntos, de preferencia que los padres les den de comer a las niñas. Recordar que debe ser algo divertido, que deben utilizar caricias y palabras positivas de cariño. Por último, peinar a sus hijas.

No. De sesión: 8

Objetivo: Despedida

Duración: 45 minutos

Participantes: padres, niñas y terapeuta

Materiales: Refacción brindada por la terapeuta.

Desarrollo de la sesión:

Se compartirá una refacción para dar cierre a la terapia. Se les dará la siguiente lectura:

Hija: ¡Mamá, papá, me gustaría ser tu teléfono celular!

Mamá: ¿Por qué te gustaría ser eso?

Hija: Para que me cuiden de no caes, para que no me suelten de sus manos, para que rian cada vez que me vean, para que me lleven a todos lados, para que vean si tengo energía, para que tomen un trapo y me limpien la carita cuando me ensucie, para que duerman a mi lado y ser lo primero que vean al despertar. ¡Sólo por eso quiero ser tu celular!

Puesta en común, reflexión acerca de la lectura, pueden participar también las niñas.

5.5 Presupuesto de la propuesta

MATERIAL	COSTO APROXIMADO
Lazo	Q10.00
Vasos plásticos	Q15.00
Limones	Q15.00
Cucharas	Q10.00
Compotas	Q50.00
Cepillos para el pelo	Q30.00
Globos	Q25.00
Refacción	Q150.00
TOTAL	Q305.00

Fuente: elaboración propia, 2016

Conclusiones

Se concluye que las alumnas de cuarto y quinto primaria del colegio Liceo Secretarial Bilingüe presentan diversos efectos emocionales tales como sentimientos de poca atención por parte de sus padres, sentirse ignoradas, que no son importantes, desunión familiar, rechazo, sienten que las redes sociales son más importantes que ellas para sus padres.

Según los resultados obtenidos se puede concluir que las alumnas no están generando una relación adecuada con sus padres ya que sienten que no les prestan atención por el uso en exceso de las redes sociales.

La etapa de desarrollo psicosocial que experimentan las alumnas es la de laboriosidad versus inferioridad, la cual se está viendo afectada en un porcentaje considerable de niñas debido a la adicción de sus padres a las redes sociales.

Existe un porcentaje alto de alumnas que refieren sentir falta de apoyo y sentimientos de tristeza por la poca atención que le prestan sus padres por estar utilizando redes sociales.

Los resultados de la investigación, muestran que las redes sociales que más utilizan los padres de familia de las alumnas encuestadas son *Facebook* y *WhatsApp*.

Referencias

- Barella, J.L.; Mesa, I. y Cobeña, M. (2002). “*Conocimiento y actitudes sobre la sexualidad de los adolescentes de nuestro entorno*” Medicina Familiar (2da Edición) Madrid: Editorial, Narcea S.A.
- Bargelli, M. (2013). *Influencia de la red social Facebook en las relaciones interpersonales en jóvenes de 13 a 18 años*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de: <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/2013/05/42/Bargelli-Mariana.pdf>
- Begoña Delgado, E. y Antonio Contreras, F. (2008) *Desarrollo social y emocional*. En red: (disponible en): <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2724861>
- Bernete, F. (2010). *Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de los jóvenes*. Revista de estudios de juventud, N° 88, pp. 97-114.
- Bolio E. (1991). *Relación entre Padres e Hijos*. (2da ed.). México: Trillas
- Brizuela, M., Fernández, D. y Murillo, J. (2009). *Adicciones. Trabajo de monografías*. Universidad Nacional de Lanús. Argentina. Recuperado de: <http://www.aadaih.com.ar/publicaciones/monografias-09/adicciones.pdf>
- Castro, P. (2012) *La influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja*. Recuperado de: <http://www.blogellos.com/la-influencia-de-las-redes-sociales-en-las-relaciones-depareja/>
- Collantes, B. (2016) *Estilos de paternidad*. Recuperado de: <http://www.cieipse.com>
- Croft, Ch. (2007). *A brief story of the Facebook*. Recuperado de: <https://charlenegagnon.files.wordpress.com/2008/02/a-brief-history-of-the-facebook.pdf>

- Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*. Adicciones. Vol. 22 Num.2. 91-96
- García del Castillo, J. A. *Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales* Salud y drogas (2013) Fecha de consulta: 21 de octubre de 2016. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83928046001>> ISSN 1578-5319
- Griffiths, M.D. (2005). *A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework*. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191– 197.
- Hernández Morales, G. y Jaramillo, G. *La educación sexual en niñas y niños de 6 a 12 años*. Ministerio de Educación y ciencia. Concepción. 2006
- Labrador, F. y Echeburúa, E. (2009) “*Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*”. Primera edición. Editorial Pirámide. España. Página 20
- Montes-Sotelo, A. Artículo: *Adicción a las Redes Sociales*. Fecha de consulta 15 de octubre del 2016. Recuperado de: www.eprints.rclis.org/29200/
- Muñoz, A. Artículo: *Desarrollo psicosocial: las teorías de Erick Erickson*. Fecha de consulta 8 de julio del 2016. Recuperado de: <http://www.cepvi.com/articulos/erikson.shtml>
- Odrizola, E. (2012). *Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes*. Revista española de drogodependencias. Recuperado de: www.ehu.es/echeburua/pdfs/
- Organización Mundial de la Salud OMS (2010) *Estrategia mundial para reducir el uso nocivo del alcohol*. Italia.: Servicio de Producción de Documentos de la OMS.

Ort Unix (1999), *Revista médica Argentina Cambios Físicos en la preadolescencia*. Buenos Aires, Argentina.

Papalia, W y D (2005) *Desarrollo Humano*. 9na edición. Editorial McGraw Hill. México, D.F.

Paurina, L. (2015) *¿Qué es y para qué se usa Instagram?* Recuperado de: <http://www.codedimension.com.ar/noticias-sobre-tecnologia>

Plutchik, R. y H. Kellerman (1980) *Emotion: Theory, research, and experience. Vol. 1. Theories of emotion*. Nueva York: Academic.

Prato, L. (2010). *Web2.0: Redes Sociales*. Editorial Eduvim. Buenos Aires, Argentina.

Rayo, A. (2014). *Influencia del uso de las redes sociales en las relaciones familiares de jóvenes de 18 y 24 años que presentan adicción a las mismas*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rayo-Alejandra.pdf>.

Salvat, J. (2012) *Dependencia de las Redes Sociales*. Recuperado de: <http://www.redaccion1.bligoo.com.ar/la-dependencia-a-las-redes-sociales>

Tenser, S., Ferro, O., y Palacios, N (2009). *Redes Sociales: personas, sociedad y empresas*. Recuperado de: <http://www.ccee.edu.uy/ensenian/catcomp/material/RSVa.pdf>

Tirado, F., Martínez, M., Covarrubias, P., López, M., Quesada, R., Olmos, A. y Diaz Barriga, F. (2010). *Psicología Educativa, Para afrontar los desafíos del siglo XXI*. Primera edición. Editorial McGraw Hill. México, D.F.

Theraplay. Recuperado de: <http://www.theraplay.org/index.php/articles-about-theraplay/84-french-and-spanish-translations/41-article-theraplayr-familiar>

Whatsapp group. *Acerca de Whatsapp*. Recuperado de: <https://www.whatsapp.com/about/>

Young, K. (1996). *Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder*. Comunicación presentada en el 104th Annual Convention of the American Psychological Association. Toronto, Canada.

Zaccagnini, J.L (2004). *Inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Primera edición. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid, España.

Anexos

Anexo 1

CUESTIONARIO 1 “Emociones que genera el uso de las redes sociales”

Edad: _____ Año escolar que cursa: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo a la siguiente tabla:

1	Nada de acuerdo
2	Algo de acuerdo
3	Ni de acuerdo ni en desacuerdo
4	De acuerdo
5	Totalmente de acuerdo

Marca con una X debajo del número (de acuerdo a la tabla anterior) que se acople más a lo que tú sientes.

	PREGUNTA	1	2	3	4	5
1.	Siento que mi mamá pasa mucho tiempo utilizando Facebook					
2.	Siento que mi papá pasa mucho tiempo utilizando Facebook					
3.	Siento que mi mamá pasa mucho tiempo hablando por Whatsapp					
4.	Siento que mi papá pasa mucho tiempo hablando por Whatsapp					
5.	Creo que las redes sociales hacen que pierda el tiempo					
6.	Creo que las redes sociales hacen que no cumpla con mis responsabilidades					
7.	Mis papás me prestan poca atención por estar utilizando las redes sociales					
8.	En mi casa todos utilizan las redes sociales					
9.	Siento que para mi mamá es más importante estar en Facebook que hablar conmigo					

10.	Me siento ignorada por mis padres por culpa de las redes sociales					
11.	Siento que para mi mamá es más importante estar en su teléfono o Tablet que conmigo					
12.	Siento que para mi papá es más importante estar en su teléfono o Tablet que conmigo					
13.	Creo que las redes sociales crean adicción					
14.	Siento que mi familia no es unida debido a las redes sociales					
15.	Me gustaría que mi papá utilizara menos las redes sociales					
16.	Me gustaría que mi mamá utilizara menos las redes sociales					
17.	Me siento triste porque mis papás no me ponen atención por utilizar mucho tiempo las redes sociales					
18.	Siento que a mis papás no les importo					
	PREGUNTA	1	2	3	4	5
19.	Mi vida familiar sería mejor si mis papás no utilizaran en exceso las redes sociales					
20.	Quisiera que mis papás me prestaran más atención					
21.	Me da vergüenza que mis papás publiquen en las redes sociales					
22.	Siento ansiedad de saber qué publican mis papás en las redes sociales					
23.	Estar en Facebook es más importante para mis papá que hablar conmigo					
24.	Mi mamá habla más con sus amigas por whatsapp que conmigo cuando estoy en casa					
25.	Siento que yo tendría mejores calificaciones si mis papás me prestaran más atención a mí que a las redes sociales					
26.	Cuando hablo con mis papás, siento que no me ponen atención por estar pendientes de su teléfono					
27.	Creo que mi mamá es adicta a las redes sociales					
28.	Creo que mi papá es adicto a las redes sociales					

29.	Siento que mis papás me rechazan					
30.	Siento que mis papás me ignoran					
31.	Siento que a mis papás no les importa la convivencia familiar					
32.	Siento que mis papás no me apoyan					

Anexo 2

Cuestionario 2 “Uso de las redes sociales”

Edad: _____ Año escolar que cursa: _____ Fecha: _____

Responde el siguiente cuestionario de acuerdo marcando con una X la respuesta que se acople más a lo que tú piensas.

1. ¿Mi mamá utiliza las redes sociales (Facebook, whatsapp, twitter, Instagram)?

SI

NO

2. ¿Mi papá utiliza las redes sociales (Facebook, whatsapp, twitter, Instagram)?

SI

NO

3. ¿Cuánto tiempo creo que mi mamá utiliza las redes sociales al día?

De 1 a 2
horas

De 2 a 3
horas

De 3 a 4
horas

Más de 4
horas

4. ¿Cuánto tiempo creo que mi papá utiliza las redes sociales al día?

De 1 a 2
horas

De 2 a 3
horas

De 3 a 4
horas

Más de 4
horas

5. ¿Cuánto tiempo utilizo yo las redes sociales al día?

De 1 a 2
horas

De 2 a 3
horas

De 3 a 4
horas

Más de 4
horas

6. ¿Qué red social utiliza más mi mamá? (Puede ser más de una)

Facebook

Whatsapp

Twitter

Instagram

7. ¿Qué red social utiliza más mi papá? (Puede ser más de una)

Facebook

Whatsapp

Twitter

Instagram

Lista de Gráficas

Cuestionario 1

Gráfica 1



Fuente: elaboración propia, 2016

Gráfica 2



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 3



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 4



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 5



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 6



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 7



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 8



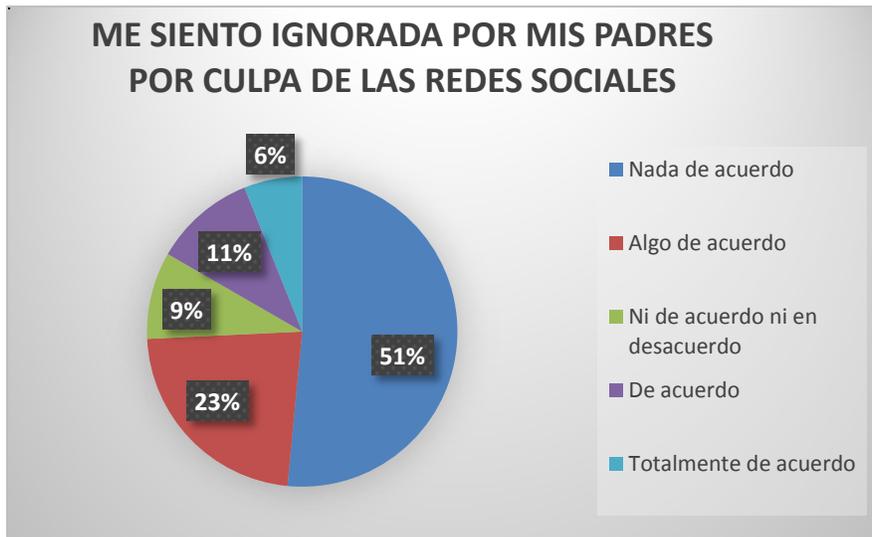
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 9



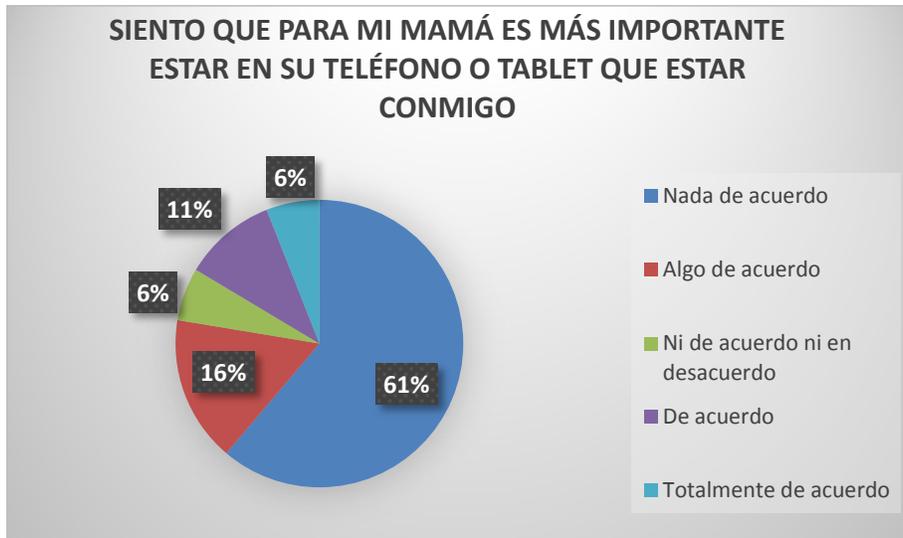
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 10



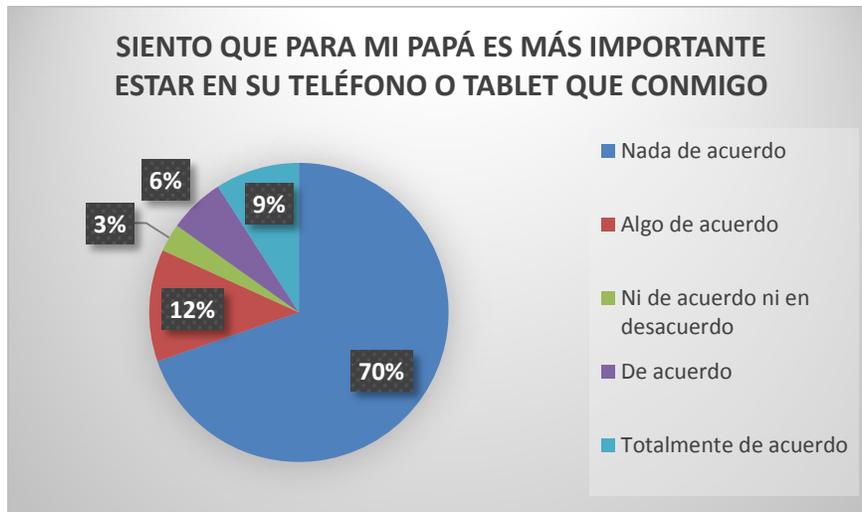
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 11



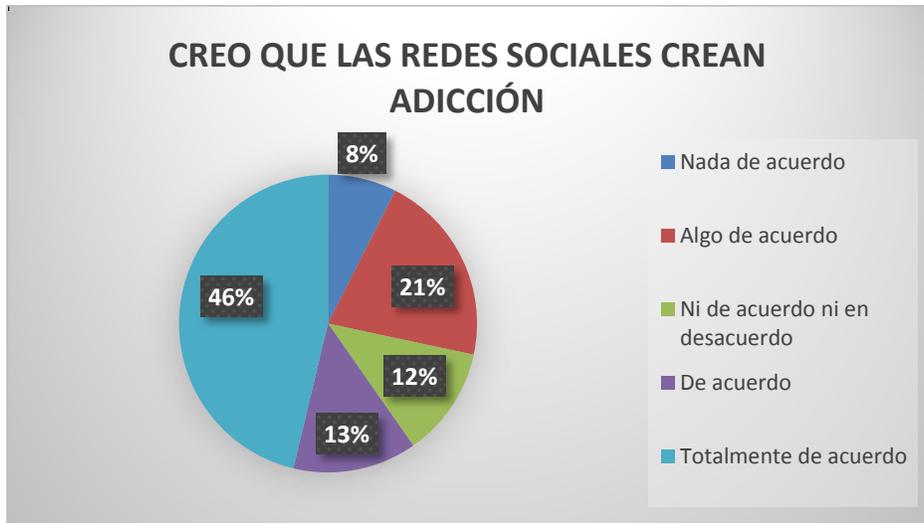
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 12



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 13



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 14



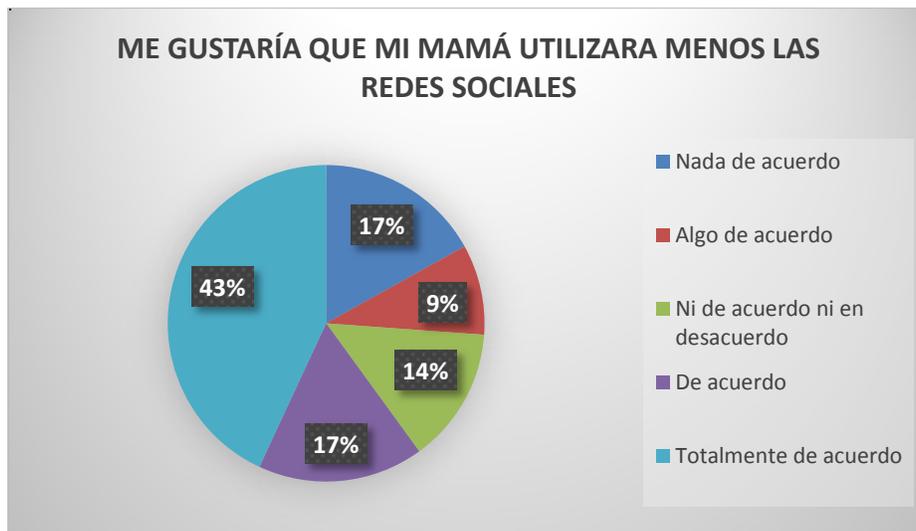
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 15



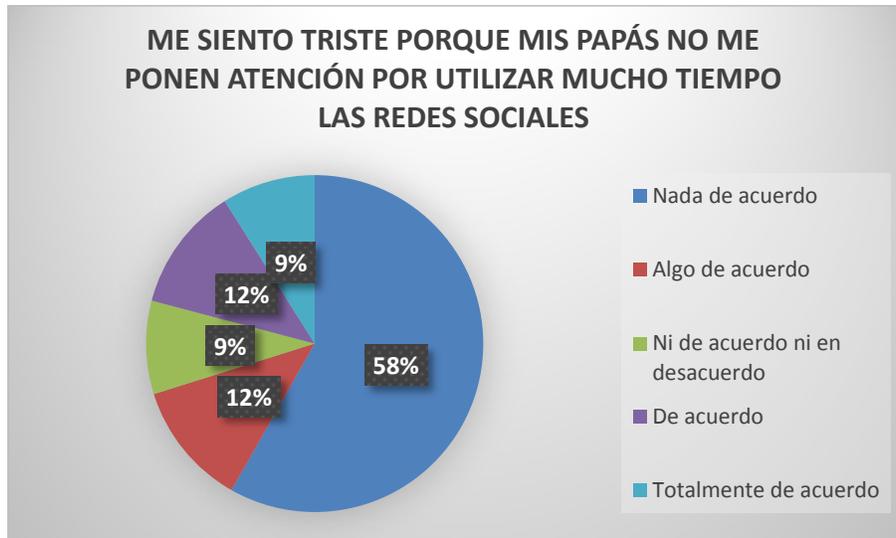
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 16



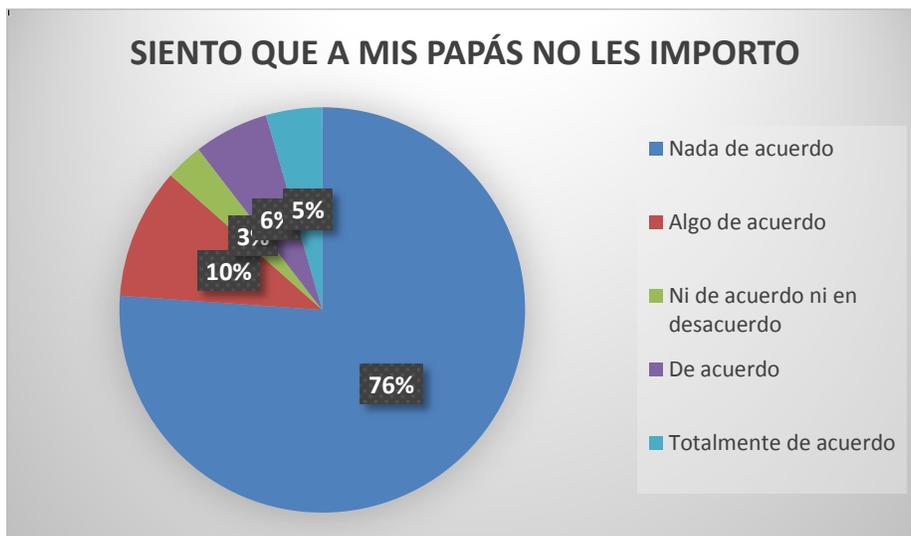
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 17



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 18



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 19



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 20



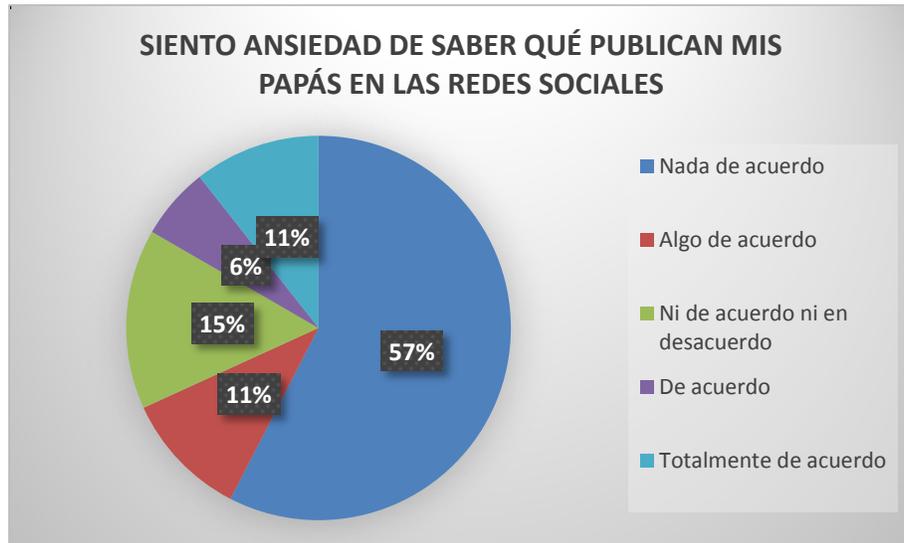
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 21



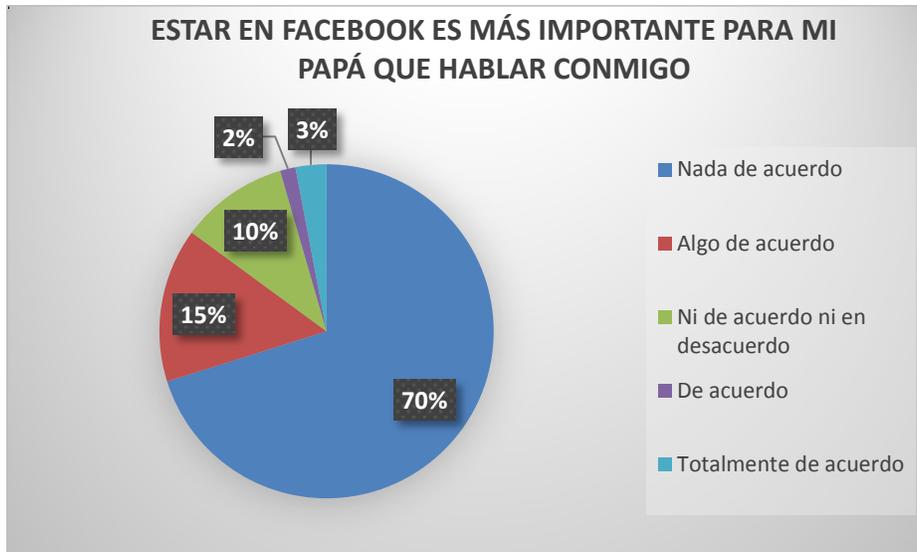
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 22



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 23



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 24



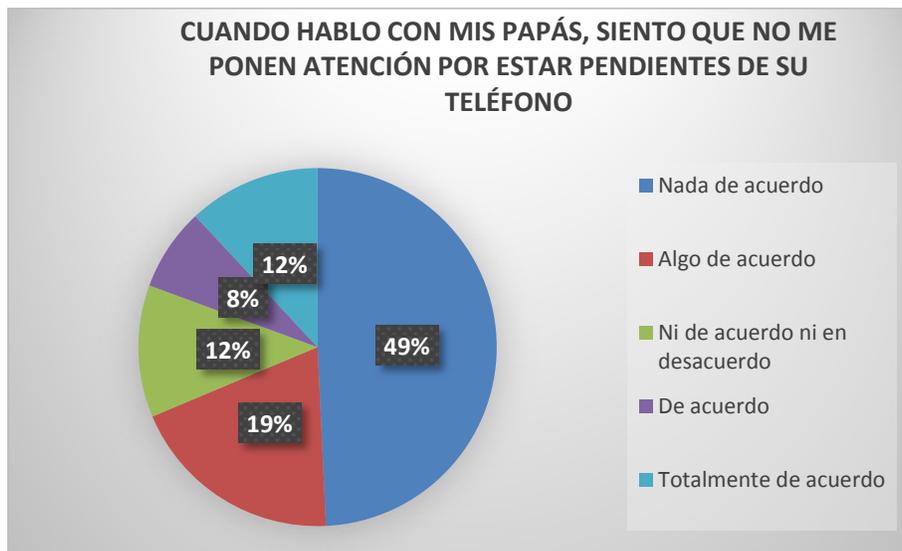
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 25



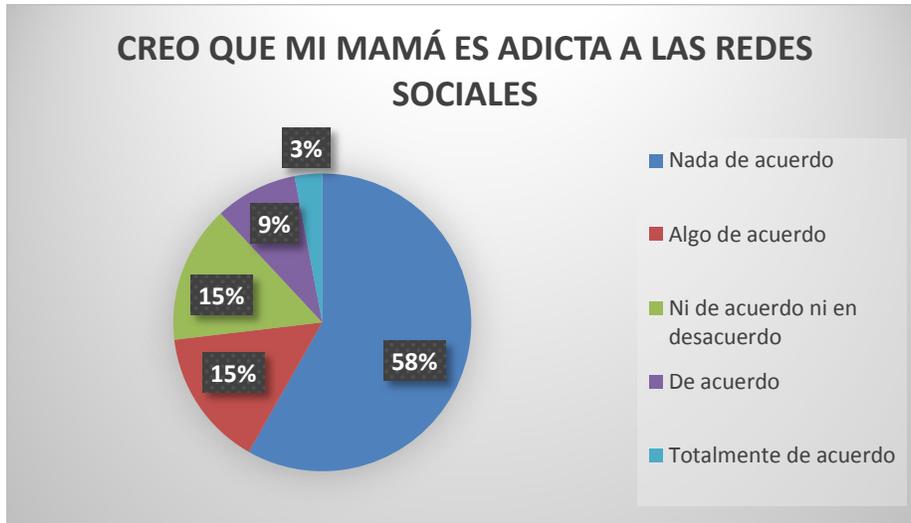
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 26



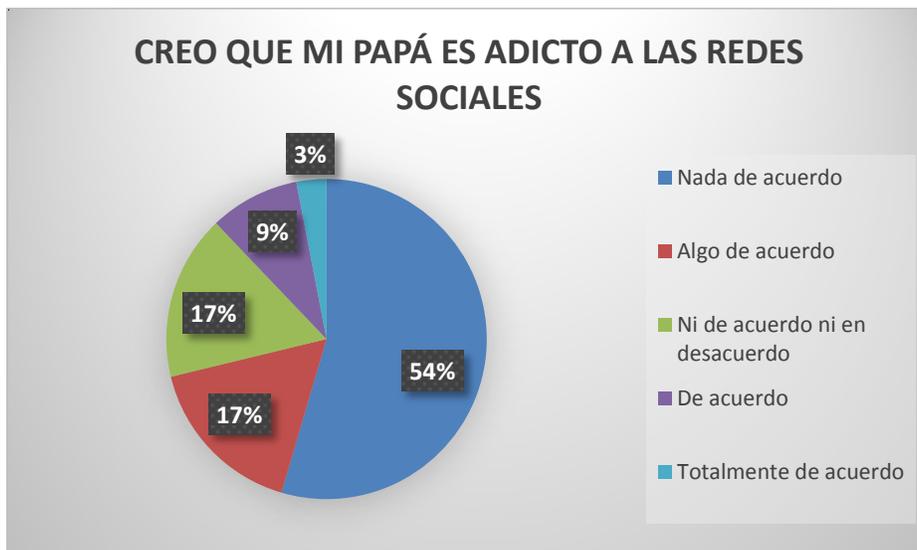
Fuente: elaboración propia, 2016.

Grafica 27



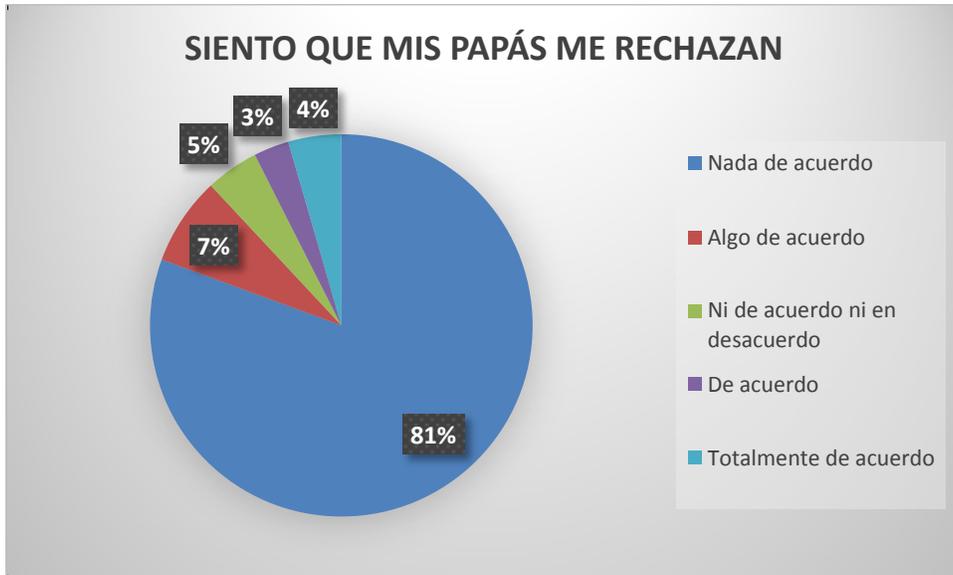
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 28



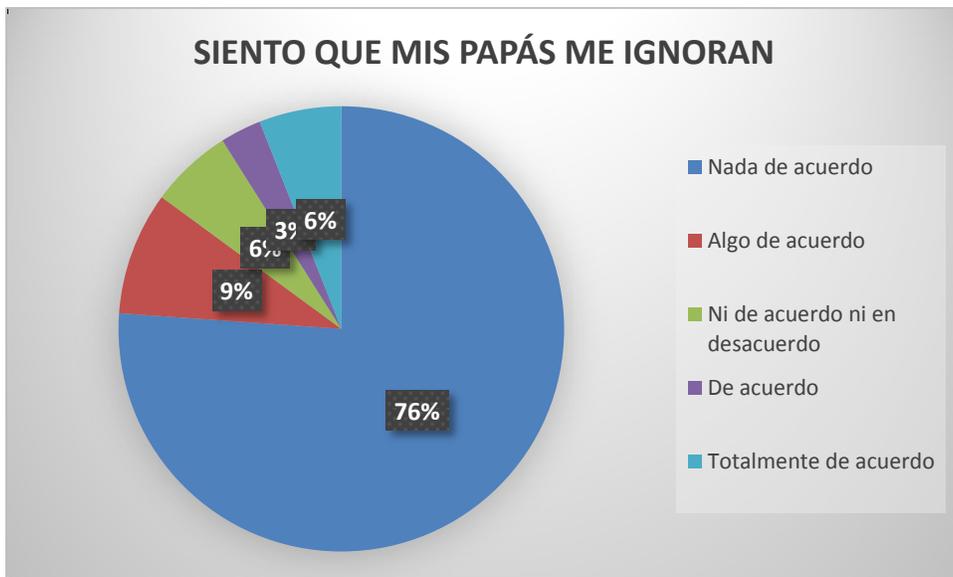
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 29



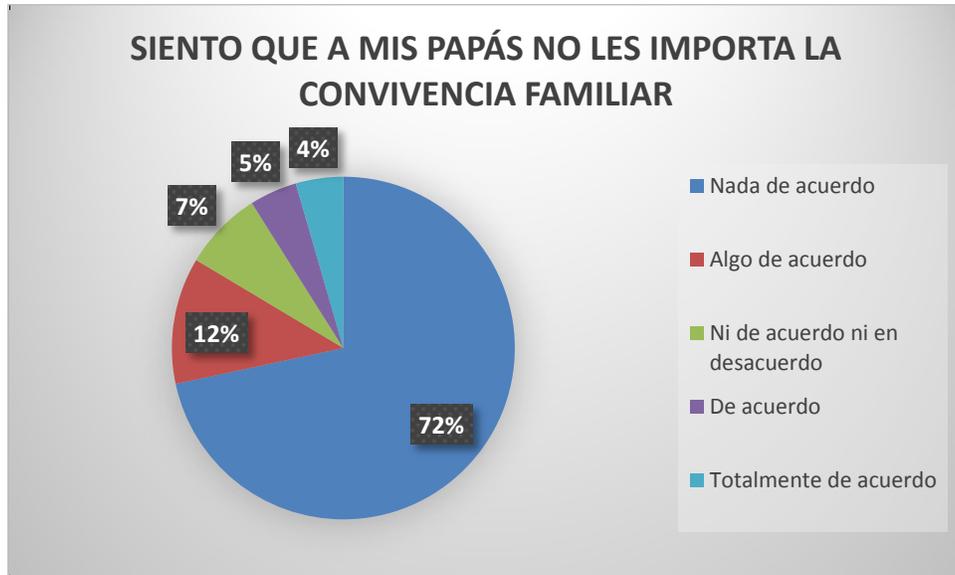
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 30



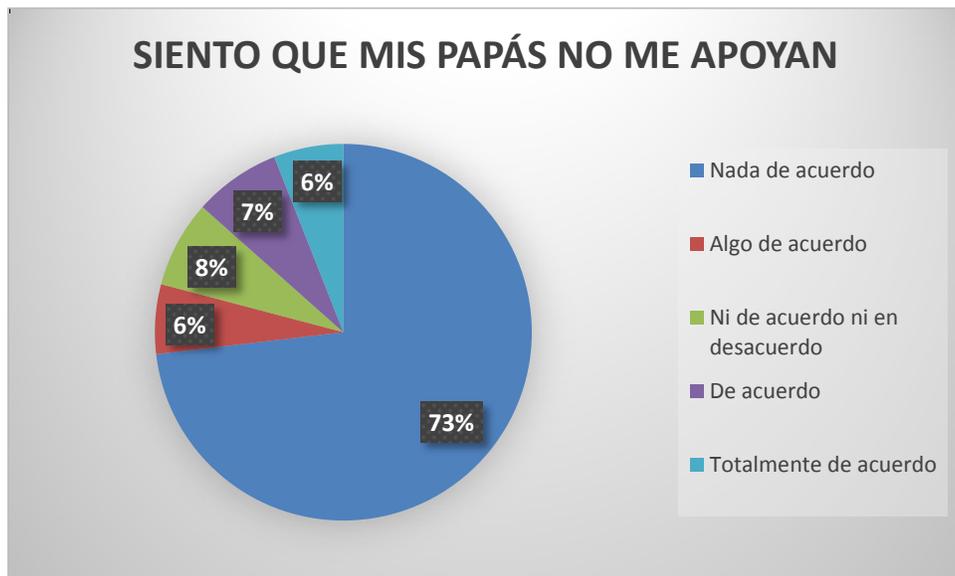
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 31



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 32



Fuente: elaboración propia, 2016.

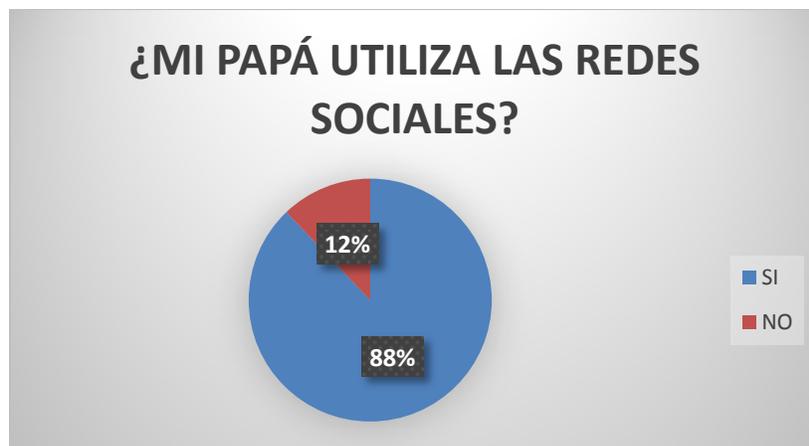
Cuestionario 2

Gráfica 2.1



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.2



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.3



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.4



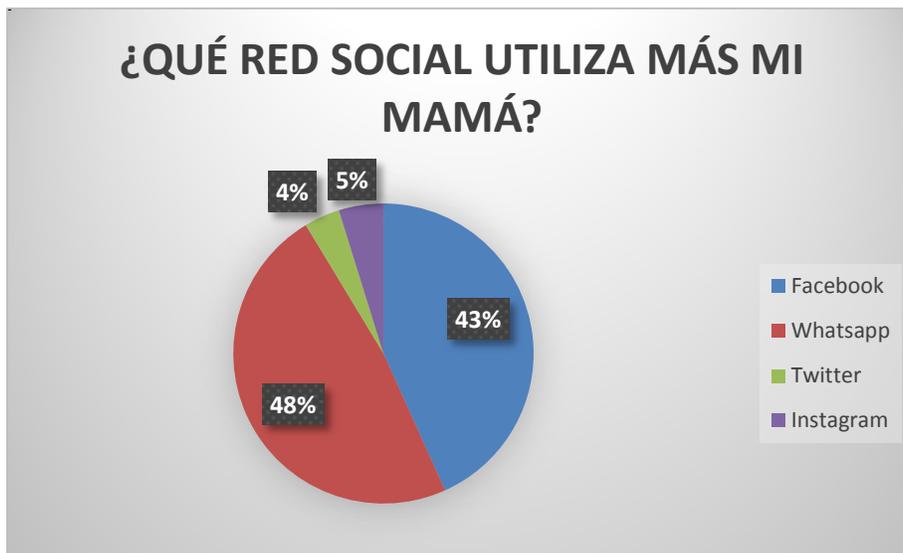
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.5



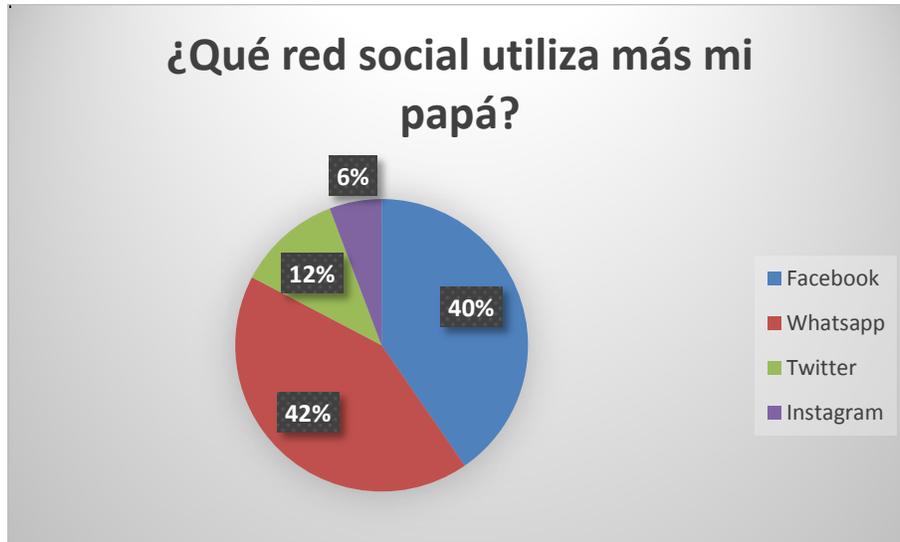
Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.6



Fuente: elaboración propia, 2016.

Gráfica 2.7



Fuente: elaboración propia, 2016.