

Construcción de la identidad y uso de redes sociales en adolescentes de 15 años

Martha Martínez Venegas (*) ssstar.martha@gmail.com
Elizabeth Sánchez Martínez (*) liz94sm@gmail.com

Cómo citar este texto: Martínez, M. y Sánchez, E. (2016). Construcción de la identidad y uso de redes sociales en adolescentes de 15 años. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 17-23.

RESUMEN

La adolescencia está caracterizada por cambios, es considerada una de las etapas más importantes en el desarrollo del ser humano; una de las razones es que la persona se integra al mundo social y comienza la construcción de la identidad, a partir de las relaciones que establecen los adolescentes; sin embargo, en la actualidad la forma de relacionarse de las personas ha cambiado gracias a la aparición del Internet y con ello las redes sociales, en las que pasan tiempos prolongados. Se trabajó con una muestra de 22 alumnos que cursan el tercer grado de secundaria; se aplicaron los instrumentos IADA y TARS con el objetivo de conocer la relación del uso de las redes sociales y la construcción de la identidad. Los resultados arrojaron que los alumnos poseen una adecuada autodescripción y no presentan adicción a las redes sociales, se concluye que no existe una relación positiva entre las variables.

Palabras clave: Adolescencia, Identidad, Internet, Redes Sociales.

1. INTRODUCCIÓN

Presentación de la problemática

En los últimos años se ha incrementado el uso de Internet, lo que ha permitido un cambio en la forma de relacionarse de los adolescentes, un ejemplo de esto son las relaciones de amistad, donde se mantiene la comunicación por medio de chats en las redes sociales. Sin embargo, las investigaciones revisadas de Echeburúa (2010) y Davis (2013) nos permiten darnos cuenta que a pesar de ser en ocasiones un facilitador de las relaciones sociales, puede ser en ocasiones un factor de riesgo, promoviendo relaciones que resultan patologizantes como lo refiere Morahan (2005).

También la relación familiar sufre una modificación por el uso de Internet, por un lado, puede ser un método efectivo para la interacción con los integrantes de la familia que se encuentran a grandes distancias, sin embargo, cuando se tienen enfrentamientos por el tiempo invertido de estar conectados a la red ya no es óptimo para las relaciones cercanas.

Además, el Internet ha tenido grandes repercusiones en el estado emocional de los jóvenes, como se ha encontrado en las investigaciones realizadas por (Panicker y Sachdev, 2014; García, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges, 2008) en los cuales se demuestra la relación directamente proporcional entre el tiempo que pasan los jóvenes conectados y el estado de salud emocional, provocando principalmente estados de ansiedad, depresión y estrés que posteriormente les traen consecuencias en la forma de relacionarse con los que tienen cerca y en la búsqueda de su identidad. Siguiendo esta línea Guzmán y León (2014) definen la construcción de la identidad como: "...la forma de representarse corporalmente, narrarse a sí mismo y comunicarse con otros"; dentro de esta interacción pueden tomarse en cuenta indicadores como el sentido de pertenencia a distintos grupos, con

los que se considera que se comporten de acuerdo a ciertas características, Es por ello que a partir del uso de las redes sociales se involucra la construcción de la identidad adolescente.

El abuso de Internet afecta al individuo en diferentes esferas de su vida, tiene consecuencias negativas para la formación de identidad de los adolescentes, diversos autores, como (Davis, 2013; Echeburúa, 2010; Morahan, 2005) indican se crea una identidad en un mundo virtual, en muchas ocasiones no saben cómo reaccionar ante los aspectos de realidad; lo que propicia el aislamiento social. Si estas conductas no son reguladas pueden causar problemas psicológicos como son la depresión y la ansiedad.

Otro problema que también es necesario señalar son las conductas de riesgo, como lo indica Morahan (2005) dentro de estas se pueden mencionar la intercepción a para producir pornografía, cultura de ciber-sexo, juegos de azar o con un gran contenido de violencia explícita; cabe mencionar que estas conductas en ocasiones son llevadas a cabo por los jóvenes como una respuesta para definir su identidad dentro de la sociedad.

García, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges (2008) mencionan que se generan por otro lado, problemas que dañan la salud física del individuo, pues en ocasiones pueden presentarse alteraciones en la función de los músculos principalmente en las extremidades superiores por el uso constante de estas sin un descanso, en las extremidades inferiores por permanecer en la misma posición en lapsos de tiempo muy prolongados.

Dentro de las problemáticas que se pueden mencionar dentro de este tema es la procrastinación, es decir, se dejan de realizar actividades cotidianas, pero también se comienzan a jerarquizar de manera diferente las responsabilidades de los jóvenes, poniendo como principal preocupación el estar tiempo dentro de

la red, tal como lo mencionan (Young, 2004; Panicker & Sachdev, 2014).

Presentación del problema específico

Hoy en día se han originado nuevas formas de organización social gracias a las tecnologías de la comunicación, que poco a poco se ha consolidado también como medio clave de la configuración de la identidad de los jóvenes, de esta manera, el Internet es considerado como uno de los mayores medios de comunicación y creación de contenido, donde las redes sociales existentes en la web han propiciado la configuración de relaciones virtuales, ya que tienen la facilidad de poder recibir mensajes de una sola persona o pertenecer a un grupo, también se puede compartir música e imágenes, sugerir páginas, jugar o realizar video llamadas, todo lo anterior es actualizado por medio de notificaciones (Guzmán y León, 2014; Ruiz y De Juanas, 2013).

De acuerdo con Ruiz y De Juanas (2013) el rápido crecimiento de la utilización de las redes sociales se debe a la facilidad de su uso, acceso, movilidad, ubicuidad, conexión permanente, el cada vez más bajo coste y en especial, el sentimiento de pertenencia que genera y las enormes posibilidades de participación en tiempo real, ya sea a nivel individual o grupal.

De esta manera como lo indica Dobrowsky (2012) los individuos desarrollan cada vez más una identidad por medio de la comunicación en las redes sociales ya que tienen una gran relevancia para la socialización.

Para Ruiz y De Juanas (2013) las redes sociales son entendidas como medios que ofrecen servicios específicos para crear perfiles de usuario propios y operar en función de criterios de interés. Facebook es la red más extendida, al contar con más de 750 millones de usuarios en todo el mundo y en la que se ofrecen múltiples servicios todos ellos basados en el concepto de "amistad". Sin embargo, las redes sociales no pretenden profundizar en las relaciones, sino establecerlas y mantenerlas, con comentarios, fotos, respuestas a otros comentarios, compartiendo enlaces de interés, entre otras.

La información que se publica en las redes sociales es la expresión de las creencias y gustos de las personas, por lo tanto, son una fuente de recursos que son utilizados para cubrir necesidades psicológicas y sociales, también generan un contexto favorable para que se puedan ejercer roles simultáneos por lo que se permite construir una identidad más flexible y ajustada a la sociedad, lo anterior principalmente en adolescentes (Renau, Oberst y Carbonell, 2013; Cólás, González y Pablos, 2013).

Renau, Oberst y Carbonell (2013) mencionan que el contenido que cada usuario decide compartir no es estático, sino que conforme a la interacción con los otros usuarios se desarrollan memorias compartidas, comentarios o diarios compartidos que retroalimentan y dan continuidad a la identidad.

2. MARCO CONCEPTUAL

Perspectiva

El cambio trascendente en las formas de comunicarse y relacionarse de las personas, se ha dado gracias a que el Internet permite tener un contacto directo, eficiente y rápido con las personas, no obstante, Panicker y Sachdev (2014) consideran que, debido a esto, la comunicación cara a cara ha pasado a un plano inferior de la interacción social.

Echeburúa (2010) menciona que el uso y abuso del Internet están relacionados con diferentes variables psicosociales, como estar

expuestos a factores estresantes, el apoyo familiar y social, así como una vulnerabilidad psicológica.

De acuerdo con Panicker y Sachdev (2014), algunas variables asociadas con la adicción a Internet pueden agruparse en dos categorías; sociales (como la disminución del círculo social) y psicológicas (depresión, baja autoestima, soledad). Existen factores de riesgo que propician el abuso de Internet como por ejemplo algún problema de identidad considerando que en el desarrollo de esta intervienen una serie transiciones entre la persona y el contexto social en que se desenvuelven (Davis, 2013; Echeburúa, 2010).

En una investigación realizada por García, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges (2008) permiten entender que el uso generalizado, y la frecuencia del uso del Internet aumenta si existe la disponibilidad de este recurso en casa.

La motivación que tiene una persona para exceder su tiempo conectado a la red puede ser muy diversos, aunque Echeburúa (2010) especifica que la mayoría de las ocasiones sirve para relacionarse con otras personas sin la necesidad de ser auténticos, el anonimato es una de las cuestiones más atractivas para los usuarios. Siguiendo esta línea Davis (2013) encontró en su investigación que los estudiantes utilizaban el Internet para comunicarse y mantener una relación con sus amigos, además tenían mayor facilidad de expresar lo sus sentimientos.

Una de las poblaciones que tiene más vulnerable son los estudiantes ya que no se controlan los tiempos que se conecta a la red promoviendo la procrastinación pues muchas personas utilizan el Internet como una manera de evitar las tareas, responsabilidades y actividades en las que tiene que participar. (Young, 2004; Panicker y Sachdev, 2014).

Causas del problema

El uso inadecuado del Internet y específicamente de las redes sociales, puede afectar en gran medida a la construcción de la identidad adolescente, por ser esta la etapa inicial y quizá más importante para formar la identidad, ya que el joven está inmerso en diversas esferas que le permiten tener contacto con el mundo que lo rodea. En relación con lo anterior Guzmán y León (2014) llevaron a cabo un estudio donde analizaron la construcción de la identidad de los y las jóvenes en las redes sociales, los resultados arrojaron que en el mundo digital es cada vez más frecuente la descarga e intercambio de información, también en las narraciones se constataron que la expresión de pensamientos y emociones también es mayor. Las personas se pueden mostrar en diferentes escenarios y se construye una "ciberidentidad" a partir de la cotidianidad virtual.

Desde la perspectiva cuantitativa Colás, González y Pablos (2013) realizaron una investigación en la cual obtuvieron que el 94.99% de los participantes tienen su primer contacto con las redes sociales entre los 12 y 15 años, por lo menos el 64.4% de los participantes revisan las redes sociales diario. En relación a los motivos para utilizar este medio son el compartir las experiencias con sus amigos, también les interesa saber qué es lo que ocurre con las fotografías que publican y les sirve para interactuar con otras personas.

No obstante, esto ha ocasionado un cambio sustancial en las familias se muestran desconcertadas y desprotegidas ante esta gran transformación, ocasionando que la mayoría de las veces son los hijos quienes educan a sus padres sobre el uso de dispositivos y la red; lo que no permite tener una adecuada supervisión del uso del Internet, así como el acceso a las redes sociales (Arab y Díaz, 2015; Ruiz y De Juanas, 2013).

La adolescencia es considerada como el momento en el que la identidad personal es configurada con la inserción en el contexto social en el que se vive y la relación que se tiene con los iguales, por lo cual las redes sociales funcionan como un elemento mediador de estas actividades cotidianas y están determinando el modo de configurar la identidad adolescente, al permitir la socialización. (Arab y Díaz, 2015; Ruiz y De Juanas, 2013).

Dentro de los posibles riesgos que podría tener el uso inadecuado de las redes sociales, De Juanas (2013) mencionan que en las redes sociales se "juega" con la imagen que se muestra a terceros, por lo que existen perfiles virtuales que se muestran como quienes no son. Por otro lado, predomina lo inmediato, todo es en tiempo real; lo cual enfrenta a los adolescentes a una situación potencial de estrés ante la exigencia de respuestas inmediatas.

Asimismo, Arab y Díaz (2015) mencionan que el feedback virtual puede ser perjudicial para algunos adolescentes que puede tener consecuencias negativas en la construcción de la identidad. A partir de esto, Ruiz y De Juanas (2013) consideran que dentro de la educación digital en redes debe procurar el desarrollo de valores sólidos, en donde la familia tiene que tener un papel predominante para educar y acompañar a los adolescentes en la construcción de su identidad, y aún más en el conocimiento, acceso, utilización de las redes sociales; también se les ha de enseñar a los adolescentes a autorregularse en cuanto al uso de las redes sociales. Por su parte Arab y Díaz (2015) mencionan que es necesario que se les ayude a comprender los riesgos que pueden presentarse por la información pública compartida, las repercusiones físicas y psicológicas que tiene el pasar tiempos excesivos en Internet, así como hacerlos responsables de lo que publican en sus perfiles en las redes sociales.

3. PLANTEAMIENTO

Método

Para la realización de este trabajo, la muestra utilizada fue de 22 alumnos que cursan el tercer grado de secundaria en el Colegio Pedagógico "La Paz", de los cuales 59% eran hombres y 41% mujeres; con una media de edad de 14.45 años (Rango: 14-15 años). Respecto a los datos sociodemográficos es necesario mencionar que los alumnos cuentan con un nivel socioeconómico alto, la escuela a la que asisten es privada y católica.

Para poder realizar la evaluación de las dos variables: el abuso de las redes sociales y esto como influye en la identidad del adolescente, utilizaremos las siguientes pruebas psicométricas:

-Test Adicción a las Redes Sociales. Es un cuestionario que consta de 36 ítems que evalúan el abuso de las redes sociales, están presentados en un formato dicotómico de verdadero y falso, en donde los participantes deben indicar si presentan o no cada una de las conductas planteadas. Con una fiabilidad de 0.90.

-Inventario Autodescriptivo del Adolescente (IADA). Es un inventario que consta de 129 reactivos, de elección forzosa de SI-NO, que permiten evaluar cinco dimensiones de la vida del adolescente: familiar, social, personal, salud, y escolar. Está diseñado para responder a dos objetivos, uno es obtener una descripción de diversas dimensiones del ambiente del participante basado en las descripciones de sí mismo, también se evalúa la presencia de algunos indicadores de riesgo de conductas problemáticas. Tiene una confiabilidad de 0.90. Para conocer la validez se le solicitó a una serie de expertos que evaluaran los ítems, también se utilizó una validez de constructo y discriminante.

Obtención de datos

Se les solicitó a los participantes que contestaran el Test de Adicción a las Redes Sociales (TARS) con el objetivo de identificar si existe un uso inadecuado de las redes sociales, una vez terminado el primer cuestionario respondieron el Inventario Autodescriptivo del Adolescente (IADA), para conocer cómo es que los estudiantes se desarrollan en las áreas familiar, social, académico y de la salud, ya que estas dimensiones tienen gran en la formación de la identidad del adolescente.

Resultados

A partir de la información sociodemográfica obtenida en el IADA, se reporta el porcentaje de con quién viven los estudiantes, lo que representa la estructura familiar, pues consideramos que es un factor importante para conocer el entorno en el que se desarrollan los adolescentes ya que en la construcción de la identidad tiene gran impacto. Como se puede observar en la tabla 1 el 95% de los participantes viven con sus padres, el 82% con sus hermanos, el 4% con uno de sus padres y el 36% con otros familiares.

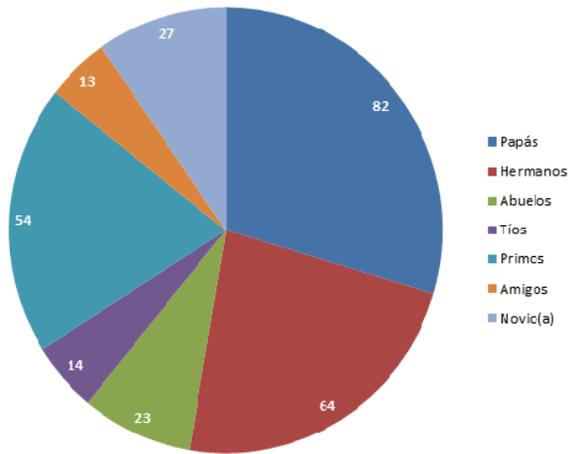
Tabla 1
Con quién viven los estudiantes

Viven con	Porcentaje
Ambos padres	95%
Sólo madre o padre	4%
Hermanos	82%
Hijos únicos	14%
Otros	36%

Porcentaje de con quién viven los estudiantes

En la figura 1 está representado con cuales personas conviven a parte de la familia nuclear, al menos el 54% de los estudiantes pasan tiempo con sus primos, el 27% con su pareja, 23% con sus abuelos, el 14% con sus tíos y el 13% con sus amigos. Es importante destacar que a pesar de que al menos el 95% de los participantes viven con sus padres, sólo el 82% conviven con ellos, es decir que al menos el 12% no tienen una convivencia cercana.

Figura 1. Porcentaje de las personas con las que conviven los estudiantes



El IADA evalúa diferentes dimensiones de la vida de los participantes, y el promedio del puntaje obtenido después de la aplicación resultó con 164 en la dimensión familiar, siguiendo con 147 en el área de salud, después la dimensión personal con 141, posteriormente con 97 el área escolar y finalmente con 70 en la dimensión social (Ver figura 2).

Para un análisis más detallado en la figura 3, se muestra el promedio de las puntuaciones de cada una de las dimensiones que evalúa el IADA por sexo. Respecto a la dimensión familiar los alumnos del sexo masculino obtuvieron una media de 169 y las mujeres 159. En la dimensión social la media de ambos sexos fue de 70. En el área escolar la media de los hombres fue de 96 y el de las mujeres de 98. En cuanto a la dimensión personal, el sexo femenino obtuvo una media de 133.33 y el masculino de 152. Y por último en el área de salud las mujeres obtuvieron una media de 139 y los hombres de 160. A partir de lo anterior, es posible afirmar que los hombres tienen mejor convivencia y comunicación con sus familias; cuentan con un estado de salud más óptimo que las mujeres, cabe mencionar que es la dimensión en la que existe una diferencia más significativa, además de obtener un puntuación más alta en el área personal, es decir poseen una mejor valoración de sí mismos, han establecido metas y proyectos a futuro; no obstante, gracias a las puntuaciones más altas que las mujeres tuvieron en la dimensión escolar, se puede decir que tienen un mejor rendimiento académico escolar.

Por otro lado, en el Test de Adicción a las Redes Sociales (TARS) la calificación máxima que se obtuvo fue 22 de 36 puntos y el mínimo de 5. La mayoría de las puntuaciones oscilan entre los 10 y 15 puntos, y sólo un valor de 7 y otro de 8, al menos 4 participantes con 10 puntos (Ver figura 4). Las puntuaciones no resultaron alarmantes, la mayoría de los participantes obtuvieron calificaciones bajas.

Figura 2. Promedio de las puntuaciones obtenidas del IADA según la dimensión

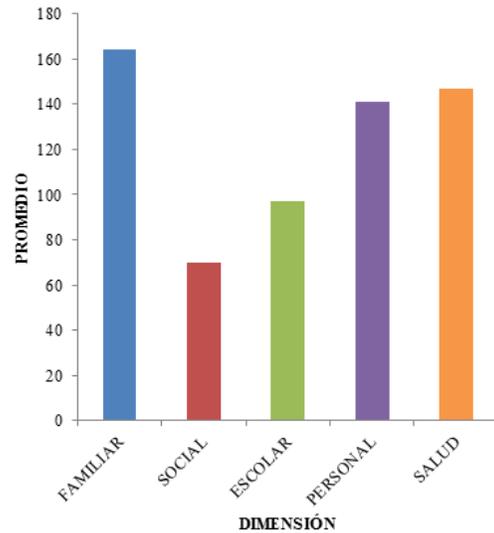
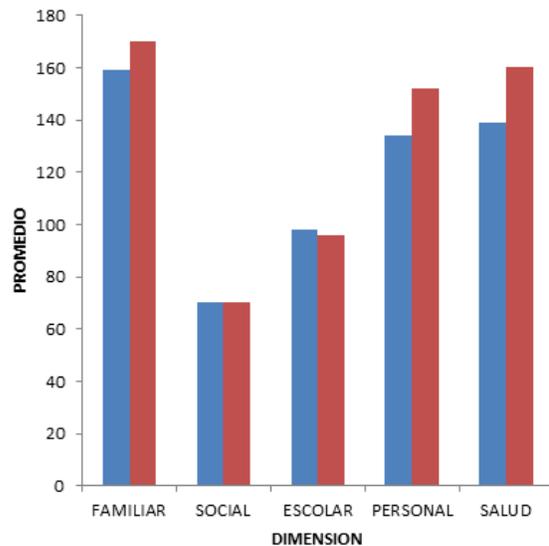


Figura 3. Promedio de las puntuaciones del IADA por sexo



Se muestra el promedio de las puntuaciones de cada una de las dimensiones que evalúa el IADA por sexo, el azul representa lo femenino y el rojo lo masculino

En la figura 5 se puede apreciar el promedio de las puntuaciones obtenidas en el TARS agrupadas por sexo. Los alumnos del sexo masculino obtuvieron una media de 10 y las del sexo femenino con una media de 13.30, donde las mujeres obtuvieron una media más alta que los hombres, lo que indica un nivel más alto de adicción.

Figura 4. Puntuaciones de los estudiantes en el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales

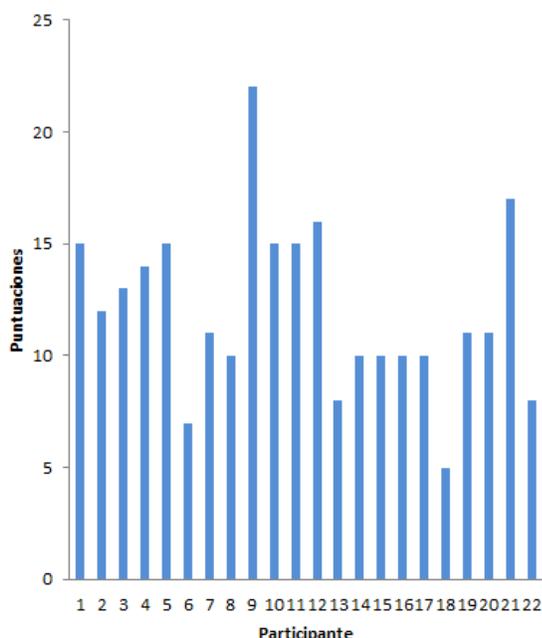
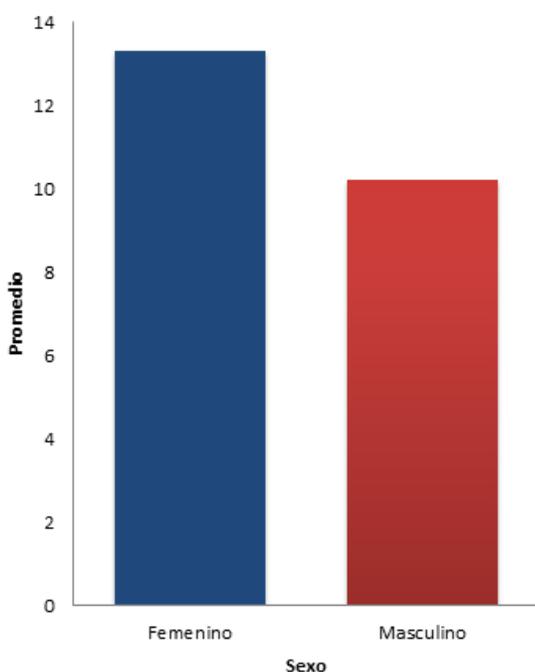


Figura 5. Promedio del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales por sexo



Por otro lado, se puede observar en la tabla 2 las puntuaciones T que fueron convertidas a partir del promedio obtenido por la muestra en las diferentes dimensiones. Las dimensiones con las puntuaciones más altas fueron la familiar y social que muestran una puntuación T de 90 lo cual nos indicaría que sólo el 10% de los alumnos se encuentran por debajo de la media; seguida de la dimensión de salud con 89, con lo que es posible decir que el 89%

de los alumnos se encuentran por arriba de la media y sólo el 11% por debajo. Después encontramos a la dimensión personal con una puntuación T de 87, mostrando que únicamente el 13% de los estudiantes se encuentran por debajo de la media y el 87% por arriba de esta; por último, la dimensión con la puntuación T más baja fue la escolar con 84 indicándonos que el 16% de la muestra está ubicada por debajo de la media y el resto por arriba. Sin embargo, es posible notar que, en todas las dimensiones, las puntuaciones T indican que más del 50% de los estudiantes se encuentran por encima de la media, a partir de esto podemos decir que los adolescentes poseen una adecuada autodescripción y formación de su identidad.

Tabla 2. Puntuaciones T de cada una de las dimensiones del IADA

Dimensión	Puntuación
FAMILIAR	90
SOCIAL	90
ESCOLAR	84
PERSONAL	87
SALUD	89

Para finalizar, se realizó para conocer si existía alguna relación entre la adicción a las redes sociales y la formación de la identidad del adolescente, se obtuvo una correlación fue de -0.22, a partir de esto es posible decir que no se encontró relación entre estas dos variables, debido a que las puntuaciones totales del TARS no indicaban una posible adicción a las redes sociales y por consecuencia no afecta a las dimensiones evaluadas en el IADA. A partir de la correlación negativa que resultó al relacionar los dos instrumentos en su totalidad, se decidió realizar la correlación del TARS y del IADA por las dimensiones que evalúa, encontrando nuevamente correlaciones que fluctúan entre -0.13 a -0.32, en las dimensiones: personal, familiar y escolar. En las dimensiones de salud y social se obtuvieron correlaciones de 0.07 y 0.08 respectivamente; sin embargo, a pesar de ser positivas, no resultan estadísticamente significativas, por lo que se descarta la relación entre ambas variables.

Tabla 3. Correlación del IADA y el TARS en cada una de las áreas

FAMILIAR	-0.2663068
SOCIAL	0.08426939
ESCOLAR	-0.32803732
PERSONAL	-0.13760311
SALUD	0.07259878

Solución del caso

A partir de los resultados obtenidos planteamos que no existe una relación positiva entre la adicción a las redes sociales con la formación de la identidad en las diferentes áreas evaluadas por el IADA, sin embargo, a partir de la literatura revisada consideramos importante realizar una propuesta de prevención respecto a la adicción a las redes sociales, así como los efectos negativos que está teniendo en la construcción de la identidad en los adolescentes, que consiste en:

- Taller acerca del autoconcepto y la autorregulación, enfocados en los temas: control de emociones, pensamientos y conductas, atención a tareas, establecimiento de objetivos y metas, desarrollo de la autonomía, expresión de emociones, interiorización de reglas, solución de problemas.
- Actividades dentro del grupo escolar para el desarrollo de habilidades sociales.
- Programas para el cuidado de la salud integral.
- Programa de tutorías por parte de los maestros de clase, para favorecer el rendimiento académico de los alumnos.
- Asesoramiento a padres de familia acerca de la promoción del autoconcepto en los hijos, así como el establecimiento de límites para el uso de las redes sociales.

En cuanto a la prevención de la adicción de las redes sociales, será necesario realizar actividades como:

- Proyección de videos que promuevan un uso adecuado de las redes sociales.
- Campaña de concientización acerca del abuso de las redes sociales y los efectos negativos que podría traer.
- Grupos de discusión entre los alumnos acerca de las ventajas y desventajas del uso de las redes sociales.
- Lograr que los estudiantes comprendan los riesgos de un mal uso

Aportaciones

Después de analizar los resultados se formuló la propuesta para la prevención de adicción a las redes sociales para evitar las consecuencias negativas en la construcción de la identidad en adolescentes consideramos que uno de los aspectos más importantes es la educación de medios para los padres, ya que la familia es el espacio inmediato de interacción y aprendizaje para el adolescente, es en este contexto donde deben educarle en primera instancia para no caer en la adicción, sin embargo la tecnología digital resulta una innovación tanto para adultos y jóvenes, por lo anterior la orientación para los padres de familia del uso adecuado de estas herramientas resulta vital.

Incluyendo la propuesta anterior consideramos necesario también instruir a los profesores sobre las consecuencias negativas del abuso de Internet para que estos a su vez puedan brindar una educación para los medios, a pesar de que requiere de más recursos humanos y económicos es importante para lograr un efecto real en el adolescente.

Otro aspecto característico de la serie de normas que proponemos es que no negamos la utilidad del Internet, sino que la potencializamos, es decir invitamos a una autorregulación para el uso de esta herramienta, para evitar una adicción, por anterior la importancia de abordar también temas sobre la autorregulación.

Respecto a la construcción de la identidad el autoconcepto es un aspecto protagonista en nuestra propuesta, ya que los resultados de la presente investigación nos indican que cuando se tiene un buen autoconocimiento es menos probable que se origine una adicción a las redes sociales, resaltando la importancia la autorregulación.

Discusión

La propuesta de prevención tiene diferentes ventajas entre las cuales destacan: la atención a todos los factores determinantes para la construcción de la identidad, el trabajo conjunto de alumnos, maestros y padres de familia, la dinamicidad de las actividades, la promoción de la concientización individual y colectiva. Cabe resaltar que las propuestas servirán de apoyo a los adultos que estén a cargo de los adolescentes, dando una adecuada instrucción sobre la construcción de la identidad y del uso de las redes sociales.

No obstante, estamos conscientes que existen también ciertas limitaciones para llevar a cabo la propuesta de prevención como: la falta de compromiso por alumnos, maestros y padres de familia, la dificultad de espacios y tiempos para realizar las actividades. También las autoridades encargadas de las instituciones educativas pueden no estar en la disposición de otorgar este tipo de talleres, ya sea porque se verían afectados los intereses económicos y del mismo personal, pero esperamos que hagan caso a las necesidades actuales de los estudiantes. Sin embargo, consideramos que respecto a la falta de motivación de los alumnos y profesores los psicólogos tenemos que invitar por medio de propuestas innovadoras y atractivas, que inviten al trabajo en equipo entre padres, maestros y alumnos.

4. CONCLUSIÓN

En la actualidad el abuso del Internet y sus consecuencias negativas en la construcción de la identidad en los adolescentes es un problema que no se atiende y que además va en crecimiento. Es de gran importancia poner atención al mencionado problema para poder afrontarlo, y disminuir estos efectos negativos, por lo tanto, los adultos del entorno social, familiar y escolar deben involucrarse, cómo guía principal para los adolescentes, representando un apoyo en todos los aspectos de su vida. Lo anterior por medio de una educación de los medios para los padres, profesores y tutores.

También es importante fomentar la autorregulación, aspecto fundamental en la construcción de la identidad, para que las consecuencias no sean negativas respecto al uso de Internet, ya que cuando los adolescentes tienen acceso ilimitado de esta herramienta en diferentes dispositivos es vital que cada uno decida cuanto tiempo invierte en esta actividad, y de cuál es el contenido que revisa, ya que las redes sociales son de gran atractivo para ellos por la facilidad de interacción y de acceder a la información de las personas. Lo anterior se sustenta con los resultados encontrados en la presente investigación, donde la adecuada construcción de la identidad no tenía relación con la adicción a las redes sociales.

Para futuras investigaciones se propone realizar el mismo estudio, pero con alumnos que asistan a escuelas pública, para considerar las similitudes o diferencias dependiendo del estrato socio-económico, utilizando la propuesta de prevención aquí presente e investigando si sus efectos son positivos para combatir la problemática.

La adecuada construcción de la identidad a pesar del ambiente social, familiar y académico del adolescente debe ser la principal tarea que tenemos como profesionales, evitando así dificultades futuras.

5. REFERENCIAS

- Arab, E y Díaz, A. (2015) Impacto de las redes sociales e Internet en la adolescencia: Aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 26(1), 7-13.
- Colás, P., Gonzáles, T. y Pablos, S (2013) Young People and Social Networks: Motivations and Preferred Uses. *Scientific Journal of Media Education*. 20 (40), 15-23.
- Davis, K. (2013) "Young people's digital lives: The impact of interpersonal relationships and digital media use on adolescents' sense of identity" *Computers in Human Behavior, University of Washington*. 29, 2281-2293.
- Dobrowsky, D. (2012) *Constructing identity on social networks. An analysis of competences of communication constituted on Facebook.com*. Central European Journal of communication. 1, 91-103.
- Echeburúa, E. (2010). "Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto" *Adicciones, Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías Palma de Mallorca* 22 (2), 91-95.
- García, J., Terol, M., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M y Sitges, E. (2008) "Uso y abuso de internet en jóvenes universitarios" *Adicciones*. 20(2), 131-142.
- Guzmán, O. y León, V. (2014) *Construcción de identidad de los y las jóvenes en las redes virtuales*. Proyecto de investigación formativa. Universidad Piloto de Colombia.
- Morahan, J. (2005) "Internet Abuse. Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations?" *Social Science Computer Review*. 23(1), 39-48.
- Panicker, J y Sachdev, R. (2014) "Relations among loneliness, depression, anxiety, stress and Problematic internet use" *International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences*. 2(9), 1-10.
- Renau, V., Oberst, U y Carbonell, X. (2013) Construcción de la identidad a través de las redes sociales online: una mirada desde el construccionismo social. *The UB Journal of Psychology*. 43 (2), 159-170.
- Ruiz, M y De Juanas, A. (2013) Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la familia. *Estudios sobre educación*. 2(5), 95-113.
- Young, K. (2004) "Internet addiction. A new Clinical Phenomenon and It's Cosequences" *American Behavioral, St. Bonaventure University*. 48 (4), 402-415.