

Identificación de rasgos de la personalidad que probabilizan la adicción a Internet

América Genevra Franco Moreno (*) ame.yinebra@gmail.com
Estefanía Martínez Bastida (*) fanny94nanis@gmail.com
Carlos Adolfo Parra Jaimés (*) carlosparra2117@gmail.com
Vianey Ramos Roa (*) vianeyramosroa@gmail.com

*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

Cómo citar este texto: Franco, A. G., Martínez, E., Parra, C. A. y Ramos, V. (2018). Identificación de rasgos de la personalidad que probabilizan la adicción a Internet. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 4(7), 30-35.

RESUMEN

El objetivo del presente artículo fue conocer si la adicción al internet se genera con más facilidad en los universitarios que se encuentran aislados de actividades socioculturales y delimitar si cuentan con problemas psicológicos, académicos o sociales. Se utilizó una muestra de 40 estudiantes de la carrera de psicología, con edades comprendidas de los 18 a los 25 años. Se utilizaron 2 instrumentos para encontrar correlaciones entre el uso del Internet y la personalidad, los cuales fueron el "Internet Addiction Test (IAT)" y el Cuestionario de Personalidad de Eysenck. Los resultados demostraron que no existe como tal una correlación entre el abuso de internet y la personalidad del adulto-joven, ya que se encuentran en los parámetros promedio del abuso de esta tecnología. A manera de solución se plantea limitar el uso de aparatos, fomentar las relaciones sociales y las actividades deportivas y culturales.

Palabras clave: adicción a internet, personalidad, adulto-joven, extroversión, introversión.

ABSTRACT

The objective of this article was to know if Internet addiction is more easily generated in university students that resemble sociocultural activities and to determine if they exist with psychological, academic or social problems. A sample of 40 psychology students was used, with an age of 18 years. Two instruments were used to find correlations between the use of the Internet and personality, which were the "Internet Addiction Test (IAT)" and the Eysenck Personality Questionnaire. The results showed that they do not exist as a correlation between the abuse of the Internet and the personality of the young adult, which are found in the parameters of the abuse of this technology. A way of solution for the use of devices, the promotion of social relations and sports and cultural activities.

Keywords: Internet addiction, personality, adult-young, extroversion, introversion.

1. INTRODUCCIÓN

Presentación de la problemática

La época actual se caracteriza por una evolución significativa a nivel tecnológico. El uso de nuevas herramientas y dispositivos ha revolucionado por completo los medios de comunicación, posibilitando una ruptura de las barreras de distancia, actualmente se puede mantener contacto frecuente con amigos y familiares sin importar donde se encuentren; podemos comunicarnos con prácticamente cualquier persona en el mundo para consultar, conversar o incluso entablar algún tipo de relación. Los medios promueven la creatividad e interacción de diversos tópicos como: política, economía, cultura, salud, etc. En resumen, puede decirse que los

medios permiten la interacción entre la sociedad, por medio de valores, ideales o modelos.

Los medios tienen un impacto directo en el individuo, aunque el modo en que influyen depende de las características de la persona y del grado en que los integre a su vida cotidiana. Creando así identidades donde pueden generar diversas experiencias interpersonales e intrapersonales, que pueden llegar a ser enriquecedoras como destructivas, dependiendo de cómo se utilicen éstos. Existen diferentes dispositivos que permiten mantener la comunicación, como lo son: internet, televisión, cine, periódicos etc. En el presente artículo nos centraremos en una red informática que ha generado gran impacto en la población a nivel mundial: Internet. Al respecto Arab y Díaz (2015), hacen una revisión histórica sobre la

revolución tecnológica, a partir de su inicio en 1969 con la creación de internet por parte del Departamento de Defensa de Estados Unidos, la cual promueve el desarrollo y masificación de nuevos aparatos tecnológicos. La utilidad y las ventajas que ofrece Internet han ocasionado que sea prácticamente inconcebible imaginar la vida sin este medio. El uso del internet, en específico de las redes sociales, se relaciona directamente con la personalidad. Puesto que las redes se alimentan de la interacción entre personas, no podríamos entender el funcionamiento de Internet sin abordar la personalidad de los navegadores (Hamburguer & Vinitzky, 2010).

En la actualidad Internet se ha convertido en un medio imprescindible para entender la cultura y constituye un elemento clave en el proceso de socialización. Permite al joven satisfacer la necesidad de comunicarse con sus iguales, mantener vínculos con los amigos desde su habitación, lugar de empleo, de descanso, etc. Los jóvenes utilizan el contenido de este medio para reafirmar y argumentar sus ideales. Internet permite un acceso rápido y fácil a grandes cantidades de información. Para los jóvenes Internet ya no es solo una ventana que les permita asomarse a la realidad, sino que ha pasado a formar parte de la realidad misma (Naval & Sádaba, 2005).

Algunos autores como Vera (2005) se han interesado por analizar la influencia de los medios de comunicación en la socialización de los jóvenes. Rocher (citado en Vera, 2005) menciona que la socialización es el proceso mediante el cual la persona aprende a interiorizar los elementos socioculturales del ambiente y los integra conformando la personalidad; éstos a su vez son valores, símbolos o ideas que constituyen nuestra manera de actuar, pensar, y que determinan en gran medida la forma en que el individuo se integra a la sociedad o grupo al que pertenecemos. Vera señala que los medios se imponen de forma susceptible en la “educación” de las personas. Internet, es un potencial difusor de recursos para la representación simbólica y la construcción de las identidades de los individuos y de los grupos, quienes se apropian de sus materiales para darles sentido mediatizados por su cultura y su personalidad. Los significados están conformados socialmente por ello varían según el tiempo y el espacio (Vera, 2005).

Aunque Internet es una herramienta sumamente útil ha ocasionado cambios nocivos en el comportamiento individual. Con la aparición de diferentes aplicaciones se han desarrollado conductas adictivas en algunos individuos con determinadas características, creándose a partir de ello el concepto de Conducta Adictiva a Internet (Arab & Díaz, 2015)

La adicción a internet puede tener repercusiones perjudiciales para los jóvenes, quienes en ocasiones incluso pueden llegar a requerir intervención profesional. Los investigadores han identificado una serie de

actividades y rasgos de personalidad asociados con la adicción a internet. En adolescentes, se ha informado que adicción a Internet puede tener comorbilidad con la depresión, el insomnio, ideación suicida, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, fobia social, y la hostilidad. Así como con la esquizofrenia, trastorno obsesivo-compulsivo, agresividad, el consumo de drogas y alcohol (Kuss, D., et al, 2013). Coincidiendo con estos hallazgos Arab & Díaz (2015), señalan que el abuso de las redes sociales se asocia con la depresión, trastorno de déficit de atención con hiperactividad, insomnio, abandono escolar, entre otras

Otro aspecto negativo es el aislamiento, este repercute en la forma de vivir. Los actos presenciales, consejos, consuelo y confianza de alguien han sido suplantados por conexiones virtuales. Ahora preferimos videollamadas en vez de una reunión cara a cara, mensajes en chats o plataformas en vez de una llamada telefónica, incluso las interacciones presenciales se ven afectadas por preferir estar dentro de redes sociales como Facebook, Twitter o Instagram, por mencionar algunas. Irónicamente, el uso excesivo de los medios digitales ha convertido a sus usuarios en una generación antisocial, muchas veces carente de autorreflexión, y crítica.

Amedie (2015) se interesó en conocer el impacto negativo que pueden llegar a tener las redes en diferentes entornos de la vida diaria, específicamente se centró en “La depresión de Facebook”, ésta se puede originar cuando una persona pasa demasiado tiempo en dicha red social al grado de manifestar los síntomas de una depresión normal, estar conectado o en línea siempre se convierte en algo vital. Permanecer dentro de la plataforma exige un compromiso constante, el cual crea una autoconciencia de los problemas que se tengan, ya que se exhibe de manera pública cualquier situación que se presente. Esto lleva a aceptar comentarios positivos o negativos, lo que genera aún más ansiedad al estar pensando constantemente en ese asunto, e incluso a buscar “ayuda” en sitios de internet donde se promueven el consumo de sustancias tóxicas, prácticas sexuales de riesgo o comportamientos agresivos y destructivos. Formalmente Facebook no es el único causante de este padecimiento, pero ya que es el medio social más utilizado en el mundo, éste fenómeno ha llevado su nombre.

Para poder conocer los factores que llevan a caer en adicción a Internet y otros trastornos relacionados con uso desmedido de medios digitales se ha analizado la capacidad predictiva de diversos factores de carácter sociodemográfico, psicológico, educativo, familiar y tecnológico. Encontrándose que la edad, la victimización escolar off-line, la falta de control parental, las prácticas de riesgo en Internet, el uso desmedido de redes sociales o programas de mensajería instantánea el acceso excesivo a Internet durante fin de semana son riesgos estadísticamente significativos. Es importante que los

padres se informen y que estén constantemente adquiriendo conocimientos para poder supervisar a sus hijos (Álvarez, Núñez, Dobarro, y Rodríguez 2015).

La supervisión familiar actúa como factor de protección, es necesario alentar tanto a los adolescentes, como a los padres de familia y educadores sobre la importancia de conocer los riesgos del abuso de las tecnologías. (Arnaiz, D., et al, 2016).

Presentación del problema específico

De acuerdo con Young (1998) con la rápida expansión del Internet, algunos de sus usuarios se han convertido en adictos. Dicho autor señala que los usuarios dependientes reportan problemas similares a los documentados en otro tipo de adicciones y patologías. Las problemáticas son de carácter: académico, relacional, financiero, ocupacional y físico. Siendo más concurrentes y severos los académicos y relacionales. Aunque no se niega que Internet es una herramienta sumamente útil que ha revolucionado nuestras vidas, su uso excesivo para atender cuestiones irrelevantes conlleva a dificultades para completar tareas académicas, trastornos de sueño, y problemas de atención. Los dependientes gradualmente intercambian el tiempo compartido con la familia y amigos por horas frente a dispositivos electrónicos, se muestran molestos cuando se les pide apartarse de los dispositivos y encubren la cantidad de horas que pasan frente a ellos.

Cualquier conducta placentera es susceptible a convertirse en adicción según su intensidad, frecuencia, inversión económica, y grado de interferencia en relaciones sociales. Internet no posee en sí mismo una capacidad intrínseca de adicción, pero algunas características psicológicas aumentan la vulnerabilidad a las adicciones, como los déficits cognitivos, de personalidad, de relaciones interpersonales y las alteraciones psicológicas (Villafuerte & Mainé 2005).

Propósito

Identificar si existe una relación entre las características psicológicas de las personas y la vulnerabilidad a caer en la adicción a internet. Así mismo se pretende identificar las implicaciones que tiene el uso excesivo de Internet en algunos jóvenes, así como señalar posibles medidas para prevenir y solucionar dicha problemática.

2. MARCO CONCEPTUAL

Perspectiva

Los medios trascienden las barreras del espacio posibilitando el contacto con aquellos que se encuentran alejados geográficamente, promueven la creatividad e interacción de diversos tópicos, transmitiendo valores, ideales y modelos. Internet, se ha convertido en un medio imprescindible para entender la cultura y para socializar.

Vera (2005) lo define como un potencial difusor de recursos para la representación simbólica y construcción

de identidad de los individuos o grupos, los cuales se apropian de un material para darle sentido de acuerdo con su personalidad y cultura.

Los avances tecnológicos promovidos por la revolución tecnológica y el abaratamiento de costos han contribuido a un crecimiento exponencial de usuarios. Aunque esto ha traído consecuencias favorables, también ha ocasionado fenómenos desfavorables, uno de ellos es la existencia del desorden de adicción a Internet, que puede definirse como un trastorno impulsivo que no envuelve la presencia de intoxicantes.

Se considera que una persona es adicta a Internet cuando su uso genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales. Las tareas que suelen abandonarse debido al uso de Internet son las de esparcimiento, tareas académicas y dormir.

Los síntomas más comunes de dicha adicción son: no poder controlar el tiempo que se tiene planeado para estar conectado, dificultad para mantenerse sin conexión, quejas de personas cercanas respecto a su uso, preferencia por entablar relaciones en línea, afectaciones en el ámbito laboral o escolar, encubrimiento de las horas dedicadas a estar en la red, y cambios en el estado de ánimo al estar desconectados (Villafuerte & Mainé 2005).

Causas del problema

De acuerdo con Villafuerte y Mainé (2015) cualquier conducta placentera es susceptible a convertirse en adicción según su intensidad, frecuencia, inversión económica, y grado de interferencia en relaciones sociales. El Internet no posee en sí mismo una capacidad intrínseca de adicción, pero puede generar abuso en personas psicológicamente vulnerables. Algunas de las características psicológicas que aumentan la vulnerabilidad a la adicción a Internet son los déficits: cognitivos, de personalidad, de relaciones interpersonales y las alteraciones psicológicas.

Coincidiendo con lo anterior Echeburúa y De Corral (2010) mencionan que el uso y abuso de Internet están relacionados con variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y la carencia de apoyo familiar y social. Bajo esta misma línea Fernández (2013) señala que el aislamiento, la falta de contactos presenciales, así como la dificultad para establecer lazos interpersonales potencia el riesgo de caer en la adicción a Internet.

Por su parte Álvarez, Núñez, Dobarro, y Rodríguez (2015) señalan que diversos factores de carácter sociodemográfico, educativo, familiar y tecnológico, pueden convertirse en potenciadores de las prácticas adictivas. Ejemplo de ello son: la edad, la victimización escolar off-line, la falta de control parental, deficiencias en la comunicación con la familia, las conductas de riesgo en Internet, el uso excesivo de redes sociales o programas de mensajería instantánea y el uso frecuente de Internet.

3. PLANTEAMIENTO

Método

Pregunta de investigación

¿Qué implicaciones tiene la adicción a internet en la personalidad y estilo vida del joven universitario?

Hipótesis de Trabajo

Puesto que el abuso en el uso de Internet está relacionado con factores psicosociales, tales como: la vulnerabilidad psicológica, la carencia de apoyo familiar y social, el aislamiento, la falta de contactos presenciales, así como la dificultad para establecer lazos interpersonales. Se espera que los jóvenes universitarios que estén involucrados en actividades culturales y deportivas, y que además cuentan con habilidades sociales y posean lazos familiares de comunicación estrecha sean menos propensos a manifestar adicción a Internet, en comparación con aquellos que establecen poca comunicación con su familia y no tienden a inmiscuirse en actividades culturales o deportivas.

Los principales indicadores de que alguien es adicto a Internet son:

Privación del sueño, descuido de actividades relevantes, pensar constantemente en estar conectado, mentir sobre el tiempo dedicado a Internet, perder la noción del tiempo cuando se está conectado y mostrar rasgos de irritabilidad.

Muestra: Se utilizó una muestra compuesta por 40 estudiantes de la carrera de Psicología, inscritos en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

Instrumentos:

Adicción a internet: "Internet Addiction Test" (IAT)

Personalidad: "Cuestionario de Personalidad Eysenck" (EPQ)

Obtención de datos

Se utilizaron 2 instrumentos para encontrar correlaciones entre el uso del Internet y la personalidad (Internet Addiction Test); este test determina la adicción a Internet, midiendo si el uso excesivo de éste afecta la productividad en el aspecto laboral, en el plano social, en la rutina diaria, así como en los patrones de sueño, y si produce o exacerba sentimientos de ansiedad o depresión.

El segundo instrumento fue el Cuestionario de Personalidad de Eysenck, el cual se encarga de medir de dos de las más importantes dimensiones de la personalidad: introversión- extroversión (E) y neurotismo (estabilidad- inestabilidad) (N).

La muestra estuvo conformada por 40 alumnos de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, de los cuales 10 fueron de 1er semestre, 10 de 3er semestre, 10 de 5to semestre y 10 se 7mo semestre.

Resultados

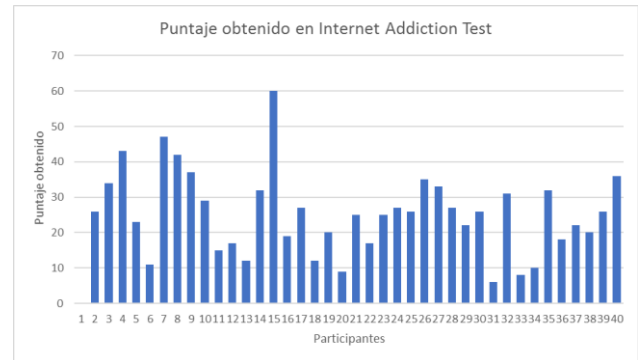


Figura 1. Puntaje obtenido en el Test de Adicción a Internet.

Young (1998) sugiere que una puntuación entre 20 y 39, refleja a un usuario promedio del internet, que tiene control completo sobre el tiempo de uso que le da.

Una puntuación entre 40 y 69 refleja que el usuario tiene problemas frecuentes por el uso de internet, finalmente una puntuación entre 70 y 100 significa que existe una adicción al internet y que está causando problemas significativos.

En base a este criterio se puede observar que los participantes 4, el 7, el 8 y el 15 obtuvieron un puntaje de entre 40 y 69, lo cual representa que tienen problemas en el uso del Internet. (Figura 1)

Solo un participante obtuvo un puntaje de 0 (el número 1) y otro participante obtuvo un puntaje de 6 (el número 31); debido a esto se puede afirmar que no representan ningún problema con el uso del Internet.



Figura 2. Puntaje obtenido en Cuestionario de Personalidad; categoría de extroversión.

Se realizó un criterio, el cual consta de dividir las 2 categorías medidas en el Cuestionario de Personalidad, se obtuvieron puntajes por separado y ambas categorías tienen un puntaje máximo de 25 cada una.

En la figura 2 se observa que 2 participantes (el número 14 y 19) registraron un puntaje de 8, el cual fue el mínimo, mientras tanto el participante número 4 obtuvo

un puntaje de 20. Los participantes 20 y 27 obtuvieron un puntaje de 19 y 18 respectivamente. La media de esta categoría fue de 15, esto quiere decir que la mayoría de los participantes tienen una extroversión con un nivel normal.



Figura 3. Puntaje obtenido en Cuestionario de Personalidad; categoría de inestabilidad.

En la figura 3 se puede observar que solo un participante (el número 28) obtuvo un puntaje de 22, y por el contrario el menor puntaje registrado fue de 3 con el participante número 33. A su vez 4 participantes (número 12, 16, 20 y 22) obtuvieron un puntaje de 4. La media de esta categoría fue de 17, lo que quiere decir que la mayoría de los participantes tiene inestabilidad en su vida.

Se realizó una R de Spearman, en la cual se obtuvo una correlación entre el uso de Internet y Extroversión de 341 y del uso de Internet e Inestabilidad de 453.

Solución del caso

Ante la creciente problemática de adicción a Internet en jóvenes, la supervisión familiar puede actuar como factor de protección. Es necesario informar a los jóvenes sobre los riesgos del abuso de las tecnologías. (Arnaiz, D., et al, 2016).

De acuerdo con Ramón y Cortés (2010) citados en Echeburúa y De Corral (2010) algunas estrategias que se pueden implementar en jóvenes son:

- 1.- Limitar el uso de aparatos y pactar las horas de uso del ordenador.
- 2.- Fomentar la relación con otras personas.
- 3.- Potenciar aficiones tales como la lectura, el cine y otras actividades culturales.
- 4.- Estimular el deporte y las actividades en equipo.
- 5.- Desarrollar actividades grupales, como las vinculadas al voluntariado.
- 6.- Estimular la comunicación y el diálogo en la propia familia.

4. CONCLUSIÓN

Discusión

Aunque Internet no posee en sí mismo una capacidad intrínseca de adicción, puede generar abuso. La adicción no es directamente a Internet sino a acciones específicas, o a los contenidos que suministra. Se considera que una persona es adicta a Internet cuando su uso genera una distorsión de sus objetivos personales, familiares o profesionales. El análisis estadístico obtenido en esta investigación, arrojó que a medida que incrementa el tiempo que los jóvenes pasan conectados, también disminuye significativamente su productividad, es decir, dejan de efectuar actividades de la vida cotidiana y decae su desempeño académico. Además, conforme aumenta el tiempo dedicado a actividades online también se complica la disminución de uso, quienes pasan más tiempo en internet señalaron sentir malestar y ansiedad cuando se interrumpe su conexión, igualmente señalaron que temen que la vida sea aburrida sin internet. El uso excesivo de Internet tiene un impacto significativo en la salud de los jóvenes, ya que quienes ocupan más tiempo en estar conectados indicaron que frecuentemente pierden horas de sueño y sienten cansancio sin razón aparente. En cuanto a sus relaciones sociales, aquellos que pasan más tiempo conectados se sienten mejor al establecer relaciones amistosas por Internet que al entablar relaciones con amigos de verdad. Así mismo quienes establecen relaciones amistosas por Internet tienden a sentir más excitación por Internet que con su propia pareja.

A pesar de las repercusiones del uso de Internet en la vida cotidiana de los jóvenes Young, K. (2007) menciona que la terapia cognitivo-conductual es todavía sólo un enfoque de tratamiento, por lo que las áreas para las investigaciones futuras también deben explorar las comparaciones sistemáticas con otras aproximaciones psicológicas de tratamiento como el psicoanálisis, la Gestalt, la terapia de grupo, o el asesoramiento en vivo dentro de una comunidad en línea para determinar su impacto terapéutico y eficacia. Aún se debe ahondar en la investigación del tratamiento adecuado para los diversos tipos de abuso de Internet.

A pesar de que la problemática de la adicción a Internet es un tópico común en la actualidad, no se encontró un instrumento que permitiera medir la relación existente entre adicción a Internet y personalidad. Por lo que fue necesario emplear dos instrumentos: Eysenck (personalidad), y el IAT (adicción a Internet). Existieron algunas dificultades para la interpretación del test de Eysenck, ya que este no está especialmente diseñado para la población mexicana.

Se sugiere que para futuras investigaciones se incluya el abordaje del uso de redes sociales, ya que el IAT no permite abordarlo cabalmente. Así mismo cabe destacar

que los hallazgos del presente estudio no son generalizables, ya que la muestra fue elegida de forma no probabilística y no es representativa de la población estudiantil de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. Sin embargo, los resultados permiten ampliar el panorama de futuras investigaciones y dan una idea de la problemática de adicción a Internet en jóvenes universitarios.

Aportaciones

La adicción a Internet y los rasgos de personalidad como introversión y extroversión han sido ampliamente abordados por separado, sin embargo, aún no queda clara la correlación que existe entre ambos aspectos. Por ello en este estudio se buscaron las correlaciones existentes entre ambos aspectos.

Colofón

Aunque los hallazgos de la presente investigación deben ser abordados con cautela y no pueden generalizarse el estudio abre nuevas interrogantes en el abordaje de la adicción a Internet en jóvenes universitarios. Así mismo se plantea la necesidad de rediseñar los inventarios de adicción a Internet, a fin de adaptarlos a un contexto más actual de la sociedad mexicana.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, D., Núñez, C., Dobarro, A. & Rodríguez, C. (2015). Risk factors associated with cybervictimization in adolescence. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(3), 226-235.
- Amedie, J. (2015). The impact of social media on society. *Advanced Writing: Pop Culture Intersections*, 1-19.
- Amichai-Hamburger, Y. & Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1289-1295.
- 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.
- Arnaiz, P., Cerezo, F., Giménez, A. & Maquilón, J. (2016). Conductas de ciberadicción y experiencias de cyberbullying entre adolescentes. *Anales de psicología*, 32(3), 761-769.
- Naval, C. & Sádaba, C. (2005). Juventud y medios de comunicación frente a frente. *Revista Juventud*, 68, 9-18.
- Kuss, D., Van Rooij, T., Shorter, G., Griffiths, M. & Van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers In Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.

Vera, J. (2005). Medios de comunicación y socialización juvenil. *Revista de estudios de juventud*, 68, 19-31.

Villafuerte, A., & Mainé, L. (2005). Personalidad, hábitos de consumo y riesgo de adicción al Internet en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 23 (1), 65-112.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3), 237-244.