



Universidad
Señor de Sipán

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

TIMIDEZ Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO DE
BAGUA, 2022

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

Autor:

Bach. Alfaro Flores Janneth
ID ORCID: 0000-0002-2519-6826
Bach. Alfaro Flores Luz Magaly
ID ORCID: 0000-0002-5255-8503

Asesor:

Dr. Reyes Baca Gino Job
ID ORCID: 0000-0001-5869-4218

Línea de Investigación

Comunicación y Desarrollo Humano

Pimentel – Perú
2022

**TIMIDEZ Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UN
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE BAGUA, 2022**

Aprobación de la Tesis



Asesor metodólogo



Mg. KARINA PAOLA CARMONA BRENIS

Presidente del jurado de tesis



Mg. CORNELIA YAJAIRA ASENJO ZAPATA

Secretario del jurado de tesis



Dr. GIOCONDA DEL SOCORRO SOTOMAYOR NUNURA

Vocal del jurado de tesis



DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien(es) suscribe(n) la **DECLARACIÓN JURADA**, somos **egresado (s)** del Programa de Estudios de **Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaramos bajo juramento que soy/somos autores del trabajo titulado:

TIMIDEZ Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO DE BAGUA, 2022

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Alfaro Flores Janneth	DNI: 45928146	
Alfaro Flores Luz Magaly	DNI: 44847468	

* Porcentaje de similitud turnitin:13%

Pimentel, 08 de julio de 2023.

NOMBRE DEL TRABAJO
P. FINAL ALFARO FLORES .docx

RECuento DE PALABRAS
9261 Words

RECuento DE CARACTERES
48077 Characters

RECuento DE PÁGINAS
34 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO
137.9KB

FECHA DE ENTREGA
Apr 13, 2023 12:18 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME
Apr 13, 2023 12:19 PM GMT-5

● 13% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 10% Base de datos de Internet
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Cross
- 10% Base de datos de trabajos entregados

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)

Dedicatoria

Dedico este trabajo principalmente a Dios, quien me ha ayudado en cada una de las dificultades que he tenido que superar. A mi padre, quien, a pesar de no estar presente en esta etapa tan importante de mi vida, sigue siendo mi ejemplo a seguir, estoy segura estaría orgulloso de mí, por haber concluido este trabajo de investigación.

Luz Magaly

Dedico este trabajo a Dios de quien son Las fuentes de la sabiduría, a mi señor padre quien ha sido mi fuente de inspiración en el logro de mis metas y sueños. Así Mismo dedico este trabajo a mi familia, Mi esposo e hijos quienes me impulsan a cada día ser mejor.

Janneth

Agradecimiento

Primeramente, dar gracias a nuestro creador por permitirnos adquirir nuevas oportunidades dentro de la vida universitaria en la que hemos adquirido conocimientos y experiencias permitiéndonos desarrollarnos académicamente, agradecer también a la universidad Señor de Sipán por permitirnos formarnos como profesionales en la carrera que nos es una pasión; también dar nuestra especial consideración a nuestro maestro y asesor de Investigación II, dentro de este proceso de aprendizaje y que hizo posible el asesoramiento de este trabajo de investigación.

Finalmente agradecer a la Instituto tecnológico por permitirnos la aplicación de este trabajo de investigación dentro de sus aulas académicas.

Las autoras

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre con la adicción a las redes sociales con la timidez. La investigación se realizó desde un diseño correlacional y, la muestra comprendió a 87 estudiantes de 16 a 45 años ($M=20.8$ [DE=4.4 años], 55.17% hombres) de un instituto técnico de la ciudad de Bagua; además, los instrumentos de recolección de datos fueron la escala ET-R de Cheek y Buss (para evaluar la timidez) y, la escala ARS de Ecurra y Salas (para evaluar adicción a las redes sociales). Los resultados evidenciaron que el 12.6% presentaron un nivel alto de adicción a las redes sociales, siendo la falta de control la que tiene mayor prevalencia (24.1%); por su parte, el 40.2% presentó un nivel alto de timidez. Finalmente, se evidenció que no existe relación entre la adicción a las redes sociales con la timidez en los estudiantes del instituto tecnológico ($r_s=.057$ [95% IC: $-.156, .264$], $p>.05$); asimismo, las dimensiones de la timidez no presentan relación con las dimensiones de la adicción a las redes sociales ($p>.05$).

Palabras clave: adicción a las redes sociales, timidez, correlación

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between addiction to social networks and shyness. The research was carried out from a correlational design and the sample comprised 87 students from 16 to 45 years old ($M=20.8$ [$DE=4.4$ years], 55.17% men) from a technical institute in the city of Bagua; In addition, the data collection instruments were the Cheeck and Buss ET-R scale (to assess shyness) and the Escurra and Salas ARS scale (to assess addiction to social networks). The results showed that 12.6% presented a high level of addiction to social networks, with the lack of control being the one with the highest prevalence (24.1%); On the other hand, 40.2% presented a high level of shyness. Finally, it was evidenced that there is no relationship between addiction to social networks and shyness in students of the technological institute ($r=.057$ [95% CI: $-.156, .264$], $p>.05$); Likewise, the dimensions of shyness are not related to the dimensions of addiction to social networks ($p>.05$).

Keywords: addiction to social networks, shyness, correlation

Índice

Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	10
1.1. Realidad problemática.....	10
1.2. Antecedentes de estudio	13
1.3. Teorías relacionadas al tema	15
1.4. Formulación del problema	26
1.5. Justificación e importancia del estudio	27
1.6. Hipótesis	27
1.7. Objetivos	28
II. MATERIAL Y MÉTODOS	29
2.1. Tipo y diseño de investigación.....	29
2.2. Población y muestra.....	30
2.3. Variables y operacionalización	32
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad ..	33
2.5. Procedimientos de análisis de datos	34
2.6. Criterios éticos	35
2.7. Criterios de rigor científico.....	36
III. RESULTADOS	37
3.1. Resultados de tablas y figuras.....	37
3.2. Discusión de resultados	42
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	46
4.1. Conclusiones.....	46
4.2. Recomendaciones.....	47
Anexos.....	54
ACTA DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	54

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Durante los años de pandemia producida por el covid-19, en el que no solo se ha visto afectada la Salud física de las personas si no también se hizo evidente una afectación en la salud mental de las personas, ello como consecuencia de las restricciones implementadas por muchos gobiernos de los países que se vieron afectados (Broche-Pérez et al., 2021), conllevando a que se hiciera un uso mayor de las tecnologías, entre las que resalta el uso de las redes sociales las mismas que nos permiten la interacción con los demás, en las que según reportes, ha habido un incremento sustancial en sus uso y adicción de las mismas, habiendo un mayor índice en los jóvenes y adolescentes que han encontrado en el uso de las redes una forma de sobrellevar el estrés generado por la pandemia (Zhao & Zhou, 2021), en paralelo la ansiedad en este ámbito ha aumentado en un 25 %,tres veces más de lo reportado antes de la pandemia (Santabárbara et al., 2021), siendo entonces esta ansiedad una de las características más relevantes de la timidez (Fundación Pro Educación de El Salvador, 2021).

La timidez se denomina al temor a ser evaluado de manera negativa por los demás, evitando el tener contacto con personas conocidas como desconocidas (Caycho et al., 2013), la incidencia, anteriores estudios realizados en Estados Unidos a jóvenes de entre 13 a 18 años de edad, muestran que un 64% de padres tenía el pensamiento que sus hijos eran tímidos y, 46.7%, se divisaba a sí misma como tímido (Burstein et al., 2011), estudios actuales realizados en España han concluido que los adolescentes y jóvenes desde los 11 años hasta los 32 años en ocasiones se percibían como tímidos con 70.3% hasta 74.7% (Sierra-Sánchez et al., 2021),observándose una mayor incidencia en las personas del sexo femenino más que en los del sexo masculino. Así mismo es importante mencionar el estudio realizado en China en épocas de pandemia, que establece posibles consecuencias tras el aislamiento domiciliario y usos de pantallas (Sierra-Sánchez et al., 2021; P. Wang et al., 2020).proponiendo como alternativas de solución a esta problemática la orientación educativa oportuna para tratar rasgos de timidez en los jóvenes. En

el caso del Perú se ha notado que un 43 % de jóvenes son tímidos (Calderon, 2021), en tanto en educandos de los institutos, hasta un 45% se auto percibe como tímido (Palomino, 2018).

Los descubrimientos muestran que los niveles altos de timidez suelen desencadenar malestares psicológicos (Sierra-Sánchez et al., 2021), siendo conocidos que un funcionamiento óptimo de las emociones posibilita la reducción de la timidez, favoreciendo un mejor rendimiento académico (Zhu et al., 2019), la soledad es un factor que se encuentra estrechamente relacionada al nivel de timidez que muestra la persona, por lo que entre mayor sea el tiempo de soledad tenga la persona mayores serán las dificultades que tendrán que enfrentar la misma (L. Sun et al., 2021), a lo anterior, se le tienen que incorporar la depresión que afecta el grado de timidez, a ello, se agrega que mientras menor sea la exposición a eventos estresantes, la timidez del adolescente serán menor (Bowker et al., 2019).

La adicción a las redes sociales (ARS) se conceptualiza cuando la persona se obsesiona, hace un uso exagerado o descontrolado de las mismas, en deterioro o afectando otras actividades de su interés (Ecurra & Salas, 2014), la incidencia revela que 32 países de las siete regiones del mundo indicaron que el problema va desde 5% hasta un 31%, dependiendo de la concepción cultural de las mismas, siendo que los países colectivistas los que evidencian un índice más alto de adicción, que afecta a adolescentes, universitarios y adultos (Cheng et al., 2021), En nuestro país se menciona que en los estudiantes de institutos puede ir desde el 30.4% en niveles altos de adicción en Tarapoto (Saucedo, 2021), 51.6% en niveles altos en Huancayo (Jesús, 2021) y, un 57% en niveles altos en Cajamarca (Salazar & Sánchez, 2021).

Se ha establecido también la contribución de la adicción a las redes sociales a la manifestación o presencia de problemas psicológicos como depresión, miedo, estrés y ansiedad en adolescentes, además, la forma de crianza establecido por los progenitores o cuidadores también pueden contribuir como un factor en la contribución a la adicción a las redes sociales (Aziz et al., 2021), por lo que, los problemas para comunicarse cara a cara y la aprensión comunicativa son

manifestaciones claras de las desavenencias en las habilidades sociales y estos son predictores de una posible aumento en la adicción de la redes sociales (Larson, 2021) y, otros datos revelan que la misma se relaciona con la soledad (Aribaş, 2022) y con el comportamiento o la conducta de desconocer a los demás por hacer uso del dispositivo telefónico o tics. (Chi et al., 2022).

Entonces, se comprende que la timidez tiene estrecha relación con el inicio o aumento de problemas psicológicos y que estas van en aumento cuando existen factores que generen estrés, como en el caso de una pandemia del covid-19, por otro lado, la Adicción a las Redes Sociales favorecen al desarrollo de problemas psicológicos, aun mas cuando existen dificultades sociales y comunicativas característicos de una persona tímida, tomando esta consideración es posible problemas de comunicación que es característico de la timidez, entonces, es posible que la timidez y la ARS se relacionen entre sí

En relación a lo antes mencionado a nivel internacional muestra que la timidez se relaciona con la adicción al internet (Yu et al., 2019), así como con el uso de las tan famosas ya redes sociales (Appel & Gnamb, 2019), con la utilización de dispositivos telefónicos (Han et al., 2017; Hong et al., 2019) y con la adicción a las redes sociales en los adolescentes (Joel & Vijayalakshmi, 2020). Sin embargo, en el contexto nacional y local no existen estudios relacionados a establecer esta relación, por lo que, se hace necesario u ahondamiento en tal sentido, de ahí la importancia de realizar el presente trabajo de investigación.

En tal sentido, esta problemática evidenciada en un instituto superior no universitario de educación técnica, que alberga estudiantes que oscilan en edades de entre los 16 años a 38 años, en las que el aumento del uso de las tecnologías así como de las redes sociales en los educandos, que vienen afectando las horas de clase en las que prestando más atención a su uso que a las tareas asignadas, así como manifestaciones textuales como: “No puedo conversar personalmente con alguien, mejor se lo digo por medio del chat...”, indicador claro de timidez.

Por todo lo anterior, es que es importante conocer como la Adicción a las Redes Sociales se relaciona con la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

1.2. Antecedentes de estudio

Tian et al., (2021) es su estudio analizaron la relación longitudinal de la timidez y la adicción a internet, siguiendo un diseño correlacional-longitudinal, se aplicaron la Escala de Timidez de Henderson y el TAI de Young en dos tiempos separados de 12 meses a una muestra de 1047 adolescentes de China. Los resultados del estudio mostraron que en la primera aplicación la timidez tuvo relación positiva con la adicción a internet ($r=.31$, $p<.01$), asimismo, en la segunda aplicación se reportó la misma relación positiva con menor magnitud ($r=.24$, $p<.01$), añadido, la timidez es un predictor de la adicción a internet en el tiempo.

Joel y Vijayalakshmi (2020), en su trabajo de investigación realizado en la India, el cual tuvo como objetivo general el conocer la relación la adicción a las redes sociales y la timidez, se contó con una muestra de 1100 universitarios seleccionados de forma estratificada, Los resultados mostraron que existe una relación positiva entre la adicción de las redes sociales y la timidez ($r=.203$, $p<.01$)

Wang y Chen (2020) en su trabajo de investigación realizado en China, que tuvo como objetivo conocer si la frecuencia de uso de las redes sociales se relaciona con la timidez, y el efecto moderador de la timidez en la relación de la frecuencia de uso con la relación con padres y amigos. En el estudio de moderación se contó con 235 adolescentes de entre 9 a 19 años y, los resultados muestran que no existe relación significativa entre la timidez y la frecuencia de uso de redes sociales ($r=.06$, $p>.05$), no obstante, la timidez logro moderar la relación entre la frecuencia de uso de las redes sociales con la relación con padres y compañeros ($p<.01$).

Appel y Gnamb (2019) tuvieron como objetivo general el analizar la moderación del tipo de uso de redes sociales en la relación de la timidez con el uso

de redes sociales. La investigación de meta-análisis agrupó 17 estudios con una muestra total de 6989 casos evaluados de 2009 a 2017, cuya población era de universitarios y adultos, siendo la procedencia en su mayoría de Estados Unidos. Los hallazgos evidencian una relación poco significativa entre la timidez con el uso activo de redes sociales por día ($r=-.11$, $p<.05$), en tanto, el tamaño de contactos en las redes sociales mostró una relación negativa con la timidez ($r=-.26$, $p<.01$), indicativo que los amigos juegan un rol importante en la conducta tímida en las redes sociales.

Janani et al., (2019) tuvieron como objetivo en su estudio conocer la relación entre la actividad en redes sociales con la timidez y otras variables. En la investigación correlacional participaron 179 deportistas nacionales de Irán ($F=82$, $M=97$). Los resultados mostraron que la actividad de uso en las redes sociales como Instagram se relaciona con la timidez en los atletas ($p<.01$).

Satici (2019) tuvo como objetivo en su estudio analizar el efecto mediador de la timidez y soledad en la relación de la adicción a la red social de Facebook con el bienestar subjetivo. En la investigación de mediación participaron 280 jóvenes universitarios de Turquía de 17 a 25 años ($F=57.5\%$, $M=42.5\%$). Los resultados con el método de parcelas comprueban de que existe relación positiva entre la timidez con la adicción a la red social de Facebook ($r=.21/.33$, $p<.01$), asimismo, la adicción a la red social de Facebook tiene un efecto en la timidez.

Ang et al., (2018) en su estudio analizaron la relación entre la timidez y la adicción a internet, siguiendo un diseño correlacional aplicaron la Escala de Timidez de Check y el TAI de Young a una muestra de 286 jóvenes universitarios de Malasia. Los resultados mostraron que la timidez tiene una relación positiva con la adicción a internet ($r=.69$, $p<.01$), además, que la timidez predice a la adicción a internet.

1.3. Teorías relacionadas al tema

En el presente apartado aportaremos el marco teórico que sustenta el estudio de las variables de timidez y adicción a las redes sociales. De esta forma, la variable de timidez se sustenta en el trabajo realizado por Cheek y Buss (1981); mientras que, la adicción a las redes sociales se sustenta en el modelo teórico biomédico. Además, se aborda información relevante para el tema en cuestión.

En lo que respecta a la variable de timidez, el término proviene del inglés *shyness* proveniente del adjetivo *shy* del inglés antiguo *sceoh* que significaba “tímido”, en tanto, *shy* puede ser entendido en el inglés como *timid* que proviene del francés del siglo XVI *timide* y este del latín *timidus*, usado para hacer referencia a las personas que se asustan fácilmente, percibidas como cobardes o como personas tímidas (Harper, 2006b, 2012).

Según Cheek y Buss (1981) definen la timidez como la tendencia que tienen las personas de evitar a otros, sintiéndose mejor con su propia compañía y, llegando a sentir incomodidad o tensión ante la presencia de otros, por lo que, la timidez se contrapone a la sociabilidad.

Posterior, Briggs et al., (1986) define a la timidez como una tensión nerviosa y excesiva que siente la persona al estar expuesto a entornos sociales, lo que conlleva a comportamientos abiertamente tímidos e incluso inapropiados, pudiendo causar, angustia emotiva y cognitiva.

Caycho et al., (2013) toma la definición hecha por de Cheek y Buss, quienes definen timidez como el temor a ser evaluado de forma negativa por los demás, por ello las personas evitan reunirse o relacionarse con conocidos o desconocidos.

Por otro lado, la American Psychological Association (APA) hace una descripción de la timidez, definiéndola como la ansiedad o inhibición que siente la persona al encontrarse en eventos sociales; la cual presenta tres elementos: A) excitación emocional y respuestas fisiológicas el cual abarca todos las

manifestaciones físicas como por ejemplo ruborización o palpitaciones; B) percepción de ser evaluado negativamente por los demás; C) retraimiento social y evitación del contacto visual; siendo que si la timidez es elevada , puede generar fobia social (APA, 2010; VandenBos, 2015).

Finalmente, Carducci (2016, 2017) define timidez como las reacciones de ansiedad y timidez excesiva las cuales son producto de las evaluaciones negativas pudiendo ser reales o imaginarias, lo que provoca que una persona se inhiba socialmente.

Sobre la teoría explicativa de la timidez, Caycho et al., (2013) establece que existen diferentes teorías explicativas sobre la timidez:

- A. Teorías psicobiológicas. Las cuales sustentan que la timidez tiene una predisposición en el temperamento de las personas, dado que, los estudios mencionan que porcentaje de la población son tímidos desde edades muy tempranas, teniendo una carga biológica materna, llegando a la conclusión que niños con madres poco sociables, tienden a ser más tímidos (Caycho et al., 2013).
- B. Teorías psicosociales y ambientales. Las cuales plantean la socialización interviene en el inicio, mantenimiento y consecuencia de la timidez, contribuyendo a esta formación el apego con los progenitores y la familia (Caycho et al., 2013).
- C. Teorías interaccionistas. Las cuales plantean que el temperamento y la el tipo de crianza se relaciona con timidez durante la primera infancia por lo que el temperamento de este se relaciona con la personalidad extrovertida de la madre (Caycho et al., 2013).

Además, Caycho et al., (2013) explica que la teoría de Cheek y Buss en 1981 es el modelo que más es utilizado para explicar la timidez, no solo por el respaldo en su evidencia estructural sino también porque en base a esta teoría se ha hecho

diversas verificaciones y estudios tanto a nivel internacional y nacional (ver Cipriani, 2021); para Caycho, este modelo es el más objetivo para evaluar timidez, pues ha sido adaptado a diversos lugares incluidos nuestro país, además, que es un modelo que tiene estabilidad temporal.

Por otro lado, para Cheek y Buss (1981) la timidez está empíricamente relacionada con la sociabilidad, formando además parte de una de las características de la personalidad; siendo esta una respuesta de las personas ante desconocidos. según Buss en 1980, la timidez puede caracterizarse por tensión, preocupación, incomodidad, malestar, aversión a hacer contacto visual e inhibición del comportamiento, en cambio, la sociabilidad, es la tendencia de la persona a estar en contacto con otros en vez de la soledad.

De esta forma, Cheek y Buss (1981) diferencia a la timidez con la ansiedad social, explicando que la timidez presenta tres elementos claros que se plasman cuando la persona está en contacto con otros en las interacciones sociales:

- a. La timidez presenta componentes afectivos tales como la presencia de tensión o preocupación ante el contacto social o la idea de ser percibido de manera negativa. por otro lado, presenta componentes instrumentales como la sensación de incomodidad o aversión cuando se hace contacto visual.
- b. La timidez sucede durante la interacción social, es decir cuando una persona se encuentra o se ve expuesta a otras personas desconocidas o poco conocidas.
- c. La timidez difiere de la sociabilidad, por lo que, no se considera las preferencias personales de estar con personas específicas.

Por otro lado, Cheek y Buss (1981) mencionan a otras variables que pueden estar relacionadas con la timidez además de la sociabilidad, siendo estas: 1) autoconciencia, refiriéndose a que las personas son conscientes de ser parte de las interacciones sociales, y por ellos es consciente de sí mismos y de estar expuesto ante otros; 2) autoestima, dado que la inhibición social puede ser indicador de la

existencia de una autoestima baja o la ausencia de esta misma; 3) temor o miedo, pues la timidez ocurre muchas veces por el miedo a ser calificado negativamente o de estar expuesto al escrutinio de otros. Buss afirma que timidez y sociabilidad son disposiciones de personalidad independientes que se asocian entre sí.

La evidencia respalda las hipótesis hechas por Cheek y Buss (1981) afirmando que la timidez no es la presencia de una sociabilidad baja, sino que, esta presenta sus propias características, las cuales se ponen a prueba cuando las personas están expuestas a situaciones sociales, por ello, algunas personas que son tímidas pero que tienen grados de sociabilidad, pueden sentirse mucho más tensos que las personas tímidas y que son poco sociables. En base a ello se muestra que hay una clara diferencia entre las personas tímidos y sociables, y las que son tímidas y poco sociables; estableciéndose que cada uno de estos tipos de timidez tiene sus propias disposiciones de personalidad, las personas tímidas y sociales pueden sentirse más ansiosos y desorganizados al intentar interactuar con otras personas, aunque, esto puede disminuir si las personas con las que interactúan son tímidos y sociables, por otro lado las personas tímidas y poco sociables no presentan este rasgo de ansiedad y desorganización, pues no están al pendiente o preocupados de lograr interactuar con otros

En base a la teórica de Cheek y Buss (1981), esta se sustenta en el trabajo previo iniciado por Buss sobre la timidez que luego publicaría en 1980 y 1985, es así, Buss (1986) esta teoría brinda aportes y concepciones sobre la timidez temerosa y timidez de autoconciencia, que previamente sustentó en sus obras y, que toma en cuenta el trabajo desarrollado con su par Cheek en 1981, aunque, aportando mayores datos.

- A. Timidez temerosa. Buss, la define como la timidez que va a tener un inicio en la primera infancia, ya que en esta el bebé se va a sentir cohibido ante las personas que no conoce o no son de su entorno conocido, por lo suele recurrir al refugio de la imagen materna, llegando muchas veces a manifestar llantos y miedo ante el contacto con otros. es importante mencionar que esta sensación de retraimiento es producto de la novedad

del contacto con la persona desconocida o poco conocida, también se puede dar por la intrusión física o psicológica de otra persona al espacio personal del bebe. Cuando el bebe crece es esta evaluación o experiencias sociales en sus primeros años, los que los vuelven cautelosos y desconfiados. este retraimiento o inhibición se puede acentuar o estar presente en edad adulta (Buss, 1986)

- B. Timidez autoconsciente. Al referirse a esta Buss, menciona que esta forma de timidez, que se produce cuando la persona se da cuenta de que es un objeto social y que por lo tanto está expuesto al escrutinio, apreciaciones o evaluaciones de otros, por lo que, cuando más aguda es dicha autoconsciencia existe un mayor sentimiento de estar expuesto, esto genera vergüenza y cuando el grado vergüenza es más intenso, esta desencadena la timidez. Según Buss, el motivo más importante de este tipo de timidez es la posible conspicuidad, es decir, la persona es consciente de ser visible o de ser observado por otros. Es este miedo a estar expuesto a la crítica sobre sus errores que pueda cometer en su proceso de ajuste, especialmente cuando la persona es notablemente diferente al resto, que le da una notoriedad que no desea (Buss, 1986)

En base a lo anterior, Buss hace una comparación entre los dos formas de timidez: 1) la timidez temerosa, afirmando que este tipo de timidez tiene una reacción afectiva manifestada en la presencia de miedo y angustia, además existe un auto involucramiento sensorial, siendo este tipo de timidez característico de los infantes y mamíferos, ocurre en el primer año de vida y las causas de esta son la novedad del contacto y la intrusión en el espacio del infante; 2) la timidez autoconsciente, se caracteriza por que tiene una reacción afectiva de autoconsciencia pública, siendo el involucramiento primordialmente cognitivo, es característico solo de las personas (niños, adolescentes y adultos), tiende a ocurrir durante el quinto año de vida y las causas principales es la conciencia de estar siendo examinado, sentir diferente, sentimiento de estar siendo violada su privacidad y las situaciones formales.

Buss explica que estas formas de timidez representan dos rasgos de personalidad y que a estas dos formas de timidez tienen un impacto en el comportamiento social, de esta manera ambos rasgos de timidez tienen sus características particulares cada uno de ellos: 1) el rasgo resaltante de timidez temerosa son la sensibilidad a la intrusión al espacio del bebe y evaluación social, el miedo que se ha desarrollado durante la infancia producto del condicionamiento y por últimos el relativo aislamiento que no permitió el ajuste al entorno; 2) por otro lado el rasgo de timidez autoconsciente es la presencia de sensibilidad al escrutinio o crítica del público, en la que su privacidad se vea afectada, se origina principalmente por la sobreexposición social que produce un rechazo a ser objeto social.

Por su parte, las dimensiones de la timidez que se consideran son las desarrolladas por Cheek y Buss (1981), cuya estructura teórica ha sido replicada en el contexto peruano en los estudios de Caycho et al., (2013) y Cipriani (2021), presentando dos dimensiones:

Inadecuación de relaciones interpersonales. Esta dimensión hace referencia a que la persona siente incomodidad al estar expuesto a eventos sociales, las personas tienden a sentirse raros socialmente; y cuando acuden a reuniones, actúan con timidez, no encuentran tema de que hablar con los demás, debido a esto, el tiempo que necesita para no sentirse tímido o cohibido socialmente es mayor, además, que se le dificulta poder pedir información a otros, pudiendo ser muy tímido con el sexo opuesto.

Evitación de contacto social. Esta dimensión hace referencia a que la persona presenta una sensación de tensión cuando esta con otras personas a las que no conoce bien, esta tensión se hace más notoria ante personas nuevas, durante la interacción no logra actuar con naturalidad, y le resulta complicado hablar, esta dificultad es mucho mayor si la persona con la que se relaciona o habla es importante, lo que causa que se sienta nerviosa durante la interacción.

Por otro lado, en lo que respecta la variable adicción a las redes sociales, su definición implicó revisar los términos por separado: 1) adicción, 2) redes sociales.

El término de adicción (*addiction*) tiene sus orígenes en los años 1600, en las que se usaba para hacer referencia a “tendencia o inclinación”, el término adicción proviene del latín *addictionem* el cual hace referencia a “adjudicación, entrega o consagrarse” a algo, posteriormente, el término en 1906 se utilizó para compulsión o necesidad de consumir una droga, debido a que hizo un consumo previo de esta droga o sustancia.(Harper, 2011).

La American Psychiatric Association (2008) no hace uso del término adicción, sino del término dependencia, la cual agrupa tanto a síntomas psicobiológicos , así como conductuales producto del consumo de sustancias, posteriormente, American Psychiatric Association (2014) retira el término dependencia , para hablar directamente del consumo de sustancias.

En tanto, Consuegra (2010) define la adicción como como la predisposición urgente que tiene una persona por consumir algún tipo de droga o hacer uso de objetos puesto que ha perdido la capacidad de dominio. Mientras que la APA lo define como un estado de dependencia psico-biológica o por separado, al uso de drogas y, que este se aplica tanto a la dependencia de sustancias, así como también a comportamientos adictivos tales como el sexo, internet, juegos (VandenBos, 2015).

En cambio, el término de redes sociales hace referencia a las *social media*, es decir, a las diferentes las redes que se forman en la virtualidad. Es así que el término se refiere a: 1) *social*, este término es usado desde el año 1400 para referirse a todo lo relacionado con la vida de hogar, del latín *sociales* que significa compañerismo; 2) *media*, este término es empleado desde 1927 para referirse a los distintos medios de comunicación (Harper, 2006a, 2007).

Según Aichner et al., (2021) las redes sociales (*social media*) es un término acuñado en 1994 en Tokio, ya que aquí ocurrieron los primeros lanzamientos de

dichas plataformas de interacción y comunicación, refiriéndose a las distintas plataformas en línea, desde foros, microblogs, redes empresariales en los que se intercambia fotos, videos o se tiene acceso a descripciones de diversos productos, musica, juegos, entre otros.

Por su parte, Kaplan (2018) define las redes sociales como el conjunto de las diversas aplicaciones que se basan en internet y en la web 2.0, estas permiten la creación e intercambio de contenidos creados por sus usuarios.

Entonces, cuando se hablamos de adicción a las redes sociales, hacemos referencia a la dependencia o a la presencia de comportamiento adictivo al uso de las distintas plataformas y aplicaciones que permiten el intercambio de contenido como fotos, vídeos, juegos, música, etc. Aunque, tomando en cuenta lo que establece Escurra y Salas (2014), que definen a la Adicción a las Redes Sociales como la conducta de la persona que se obsesiona, hace un uso excesivo y tiene una falta de control de las redes sociales en detrimento de otras actividades.

Sun y Zhang (2021) en su teoría explicativas de la Adicción a las Redes Sociales, hace referencia a que existen un total de 25 teorías explicativas que se agrupan en ocho enfoques o categorías de modelos:

- A. Modelos de diferencia disposicional. Estas son las que agrupan a las teorías que explican que las interacciones tempranas moldean las relaciones futuras (teoría de apego), asimismo, toma en cuenta que las cogniciones se ven afectadas por la temporalidad (perspectiva temporal) y, que la estructura cognitiva permite la interpretación de la información, la cual sirve en la resolución de problemas y toma de decisiones (perspectiva sociocognitiva de la identidad).
- B. Modelos motivacionales. Las cuales hacen referencia a que las personas buscan recompensas por hacer uso de las redes sociales (teoría de uso y gratificación), interviniendo en esta la motivación intrínseca y extrínseca (teoría de autodeterminación), las personas se inmerjan por las experiencias (teoría de flujo), así como también buscan sentido de

pertenencia (teoría de pertenencia), buscan eliminar las emociones negativas cuando sus expectativas caen (teoría del auto escape).

- C. Modelos neurobiológicos. Esta hace referencia a que la adicción ocurre porque las neuronas se adaptan a un estímulo progresivo y constante dado por el uso repetido (teoría de incentivo-sensibilización), un sistema impulsivo y un sistema inhibitorio moderan todas las decisiones (teoría del sistema dual).
- D. Modelos de toma de decisiones. La cual hace referencia a que en cuanto mayor sea la gratificación actual y futura se puede desarrollar adicción (teoría de adicción racional), la intención de realizar una conducta va a conllevar a la realización de la otra conducta real (teoría de conducta planeada).
- E. Modelos de aprendizaje. Este tipo de modelos hace mención a que en el ambiente presenta distintos estímulos incondicionados que generan respuestas (teoría condicionamiento clásico), estas conductas se van a ver fortalecidas o van a disminuir según los refuerzos o castigos (teoría condicionamiento operante), mientras mayor sean la presentación de un estímulo gratificante, la respuesta se va a ver reforzada y por lo tanto tiene mayor probabilidad a que se repita (teoría del refuerzo estímulo-respuesta), la conductas se aprenden por observación e interacción (teoría de aprendizaje social), la persona aprende por su interacción con el entorno y los comportamientos (teoría cognitiva social).
- F. Modelos centrados en el uso de TIC. Las cuales hacen referencia a que las representaciones cognitivas hacia las TIC aumentan el uso de estos (teoría de marcos tecnológicos), el uso de las TIC está influida por su facilidad de acceso a si como su utilidad (teoría de aceptación TIC), así como también por la posibilidad de satisfacer necesidades básicas (teoría de necesidades-beneficios TIC).
- G. Modelos centrados en la red social. Según este modelo La conducta y cognición se van a ver influenciados por las expectativas de los demás, la correspondencia de las metas propias en referencia con las del grupo social, así como la identificación con este grupo de interacción (teoría de

influencia social), la red de relaciones proporciona capital social (teoría de capital social).

H. Modelos específicos de internet. El uso patológico de internet son productos de las distintas cogniciones desadaptativas, así como la falta de apoyo y guía social y el aislamiento (teoría cognitiva conductual de Davi's), las personas que presentan problemas psicosociales tienden a desarrollar la tendencia a preferir las interacciones en línea que las que se dan de manera presencial (teoría de habilidades sociales de Caplan's) y, el uso problemático de internet se debe a factores neurobiológicos-personalidad, las formas de afrontamiento, así como los sesgos cognitivos, esto junto con respuesta afectivas (teoría de interacción de ejecución afecto-cognición de la persona).

Además, Ecurra y Salas (2014) explica que el modelo que desarrolla se basa en lo que establece el DSM sobre la dependencia a las sustancias, criterios que están dentro del modelo biomédico.

Por su parte, la National Research Council (US) Committee on New and Emerging Models in Biomedical and Behavioral Research (1998) mencionan que el modelo biomédico busca comprender las funciones normales o anormales de los genes o fenotipos de la persona con el fin de proveer de una intervención preventiva y terapéutica que permita el tratamiento de enfermedades, en tanto, Rocca y Anjum (2020) explican que, el modelo biomédico se ubica entre el modelo psicológico y el modelo biológico, ya que, estos abordan el tratamiento de mente como del cuerpo, por lo que, usa la psicoterapia y medicina.

Además, Apud y Romaní (2016) explican que el modelo biomédico se refiere a la adicción como una enfermedad que se produce a nivel cerebral, y que está especialmente vinculada con el alcoholismo en sus inicios, lo que posteriormente pasa a describir la predisposición que tienen las personas a desarrollar adicciones producto de su predisposición biológica, el aumento exagerado en su uso, el desarrollo de tolerancia a la sustancia y la pérdida de control.

Como lo explica Apud y Romaní (2016), la adicción tiene un componente neurológico, ya que este involucra el descubrimiento de receptores de opioides, esta perspectiva se ve fortalecida debido al debacle del psicoanálisis, toda vez, que el cerebro desarrolla diversos mecanismos de recompensa que están vinculados al placer.

En tanto, como indica Ecurra y Salas (2014) el desarrollo de una medida del Adicción a las Redes Sociales se sustenta en los criterios del DSM-IV-TR sobre la dependencia de sustancias, estos criterios se agrupan en siete y, para que una persona cumpla con el diagnóstico, debe presentar tres o más de estos criterios en un periodo mínimo de 12 meses.

En ese sentido, la American Psychiatric Association (2008) indica que según el DSM IV el 1er criterio es la tolerancia al consumo; 2do criterio, desarrollo de abstinencia; 3er criterio, aumento en la frecuencia de consumo; 4to criterio, deseos de poder controlar lo la cantidad que se consume; 5to criterio, aumento en el tiempo dedicado para consumir; 6to criterio, hay una reducción notable de las actividades comunes y, 7mo criterio, la persona sigue consumiendo a pesar de la presencia de otros problemas.

Por su parte, la American Psychiatric Association (2014) hace una descripción del consumo de sustancias , refiriéndose a este como un patrón patológico de consumo , de esta manera los criterios de diagnóstico aumentan a 11: 1er criterio, dificultad para controlar el consumo y el tiempo dedicado; 2do criterio, esfuerzo por dejar el consumo; 3er criterio, dedicación de tiempo prolongado para el consumo; 4to criterio, las actividades de la persona se centran en el consumo; 5to criterio, la persona incumple sus deberes a nivel académico, laboral o familiar; 6to criterio, a pesar de los problemas, la persona continúa con el consumo; 7mo criterio, hay abandono de actividades; 8vo criterio, a pesar del riesgo físico, la persona sigue consumiendo; 9no criterio, la persona a pesar de tener enfermedad física o psicológica consume; 10mo criterio, desarrollo de tolerancia; 11avo, desarrollo de abstinencia.

Referente a las dimensiones que se consideran dentro de la Adicción a las Redes Sociales son las que fueron desarrolladas por Ecurra y Salas (2014) en su instrumento de evaluación, la cual tiene una adecuada estructura teórica que permite medir a la variable, estas dimensiones son:

Obsesión. Ecurra hace referencia a la conducta la cual se caracteriza por que las personas dedican una mayor atención a las redes sociales, necesitando para este un mayor tiempo porque ya no siente satisfacción con el tiempo que actualmente dedica a este, cuando no se conecta a las redes, no sabe qué actividades debe realizar, por lo cual tiende a mostrar síntomas de malhumor, ansiedad, aburrimiento, inclusive deja de prestar atención a su círculo de amistades y familiares, los cuales le han indicado que tiene un problema.

Falta de control. Esta conducta se ve caracterizada que se caracteriza a que las personas están muy pendientes de lo que ocurre en las redes sociales, tanto así a que ni bien empieza el día y tiene la necesidad de ingresar a estas para poder enterarse de lo que pasa, está constantemente pensando en lo que ocurre, además es consciente de percibe que debe tener mayor control sobre el tiempo que emplea en las redes sociales, ya que, está descuidando sus tareas y estudios por estar conectado a estas.

Uso excesivo. Conducta está caracterizada porque la persona ha desarrollado la necesidad de quedarse conectado en alguna red social, por lo que, repetir el ciclo de ingresar y salir de la misma para sentir un grado de alivio y satisfacción, la persona adicta a las redes sociales pierde la noción del tiempo por su uso constante, siempre está atento a las notificaciones incluso al estar en horario de clase busca la manera de estar conectado.

1.4. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre timidez y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022?

1.5. Justificación e importancia del estudio

El trabajo de investigación resulta conveniente, pues permitió establecer la relación entre la timidez y la adicción a las redes sociales, en ese aspecto, ayudó a llenar un vacío de conocimiento por la carencia de estudios correlacionales en el contexto regional y local.

Su relevancia a nivel social, pues sus hallazgos resultan beneficiosos para futuros investigadores, los mismos que podrán tomar como antecedentes estas líneas de investigación, estos podrán plantear nuevos enfoques de discusión entre las variables, así como proponer otras variables que ayuden a explicar la relación nula encontrada en esta investigación realizada.

Del valor teórico o de conocimiento, resulta importante pues se discutió la relación entre las variables; la variable de timidez se sustentó en el modelo teórico de timidez temerosa y timidez de autoconciencia de Cheek y Buss, mientras que, la adicción a las redes sociales se sustentó en el modelo biomédico de las adicciones del DSM-IV.

Utilidad metodológica, la investigación respondió a la interrogante de la relación entre la Adicción a las Redes Sociales con la timidez en estudiantes adolescentes y jóvenes.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis general

Hi1. Existe relación entre la adicción a las redes sociales con la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

1.6.2. Hipótesis específicas

Hi2. Existe relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con la inadecuación de relaciones interpersonales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

Hi3. Existe relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con evitación de contacto social en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

1.7.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de la adicción a las redes sociales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

Identificar el nivel de la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

Establecer la relación entre las dimensiones de la variable adicción a las redes sociales con la dimensión inadecuación de relaciones interpersonales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

Establecer la relación entre las dimensiones de la variable adicción a las redes sociales con la dimensión evitación de contacto social en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022.

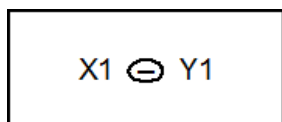
II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Tipo y diseño de investigación

La investigación es de tipo cuantitativa, dado que se profundizó en el conocimiento de las dos variables mediante la formalización de las hipótesis de estudio Hi1, Hi2 y Hi3, que se comprueban con la aplicación de métodos estadísticos de inferencia a los datos recopilados (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Del diseño de estudio fue no experimental, dado que ninguna de las dos variables sufrieron modificación alguna, solamente se procedió a la recolección de datos, mediante la aplicación de los instrumentos; asimismo, es transversal, ya que, la acumulación de datos se hizo en un solo instante, sin replicación del mismo en los participantes; finalmente, es correlacional, puesto que, el estudio se centró en comprobar si la Adicción a las Redes Sociales se relaciona con la timidez (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Entendiendo el diseño anterior es que, con base a lo que grafica Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) se planteó el siguiente diagrama del diseño de estudio correlacional:



Donde:

X1: timidez

Y1: adicción a redes sociales

⊖: relación posible entre X1 y Y1

2.2. Población y muestra

La población estuvo constituida por estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Bagua, la misma que contaba con 129 estudiantes de tres carreras técnicas: administración de empresas, contabilidad y computación, de los cuales, 81 fueron mujeres y 48 fueron varones, distribuidos de la siguiente forma:

Ciclo	Carrera	Mujeres	Varones	Total
I	Administración de empresas	9	5	14
	Contabilidad	4	3	7
II	Administración de empresas	8	3	11
	Contabilidad	2	7	9
III	Administración de empresas	11	8	19
	Contabilidad	8	3	11
	Computación	8	1	9
IV	Administración de empresas	9	4	13
V	Administración de empresas	8	3	11
	Contabilidad	5	4	9
	Computación	2	1	3
VI	Administración de empresas	4	4	8
	Contabilidad	3	2	5
Total		81	48	129

Se tuvo en cuenta un criterio de carácter censal debido a que no es una muestra porque se está trabajando con toda la población de esta forma, se encuestaron a 87 estudiantes de 16 a 45 años ($M=20.8$, $DE=4.4$ años), entre hombres ($n=48$) y mujeres ($n=39$) del primer a cuarto ciclo.

Criterios de inclusión: estudiantes de un instituto tecnológico privado, comprendidos dentro del rango de edad de 16 a 45 años de edad y que aceptaron su participación voluntaria con el consentimiento informado.

Criterios de exclusión: estudiantes fuera del rango de edad de 16-45, aquellos que se negaron al consentimiento informado y, lo que dejaron tres o más ítems sin responder en los instrumentos de Escala de Timidez Revisada o Escala de Adicción a las Redes Sociales.

2.3. Variables y operacionalización

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Medida	Instrumento
Adicción a las redes sociales	Se define como la conducta de la persona que se obsesiona, hace un uso excesivo y tiene una falta de control de las redes sociales en detrimento de otras actividades (Ecurra & Salas, 2014)	Se obtuvo a partir de la sumatoria de los 24 ítems que evalúan un nivel general de la ARS y, a su vez, mide tres dimensiones con la aplicación del Cuestionario ARS de Ecurra y Salas (2014).	Obsesión Falta de control Uso excesivo	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23 4, 11, 12, 14, 20, 24 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	Ordinal y cuantitativa	“Cuestionario de Adicción a Redes Sociales” de Ecurra y Salas (2014).
Timidez	Se define como el temor a ser evaluado de forma negativa por los demás, por lo que la persona evita encontrarse con conocidos o desconocidos (Caycho et al., 2013)	Se obtuvo a partir de la suma de las puntuaciones obtenidas en la escala ET-R con base a las dimensiones de inadecuación de las relaciones interpersonales y evitación de contacto social.	Inadecuación de relaciones interpersonales Evitación de contacto social	2, 3, 4, 5, 6, 9, 11 1, 7, 8, 10	Ordinal y cuantitativa	“Escala de Timidez Revisada – ETR” de Cheek y Buss (1981), validado por Caycho et al., (2013)

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Se utilizó como Técnica de encuesta, la cual es una técnica que utiliza como instrumentos de recolección de datos al cuestionario o encuestas, en nuestra investigación se utilizaran dos instrumentos como son el cuestionario ARS y la escala ET-R, las mismas que han sido probadas y validadas y resultan confiables (Bernal, 2016; Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Instrumento 1 – “Escala de Timidez Revisada (ET-R)”. Instrumento diseñado por Cheek y Buss (1981) y que fue validado por Caycho et al., (2013) tomando como base a una muestra 400 universitarios de 16 a 25 años de edad, para medir la timidez. Presenta 11 ítems de respuesta en escala de Likert, contando con 5 alternativas con una puntuación más baja de 1 (totalmente en desacuerdo) y una más alta de cinco (totalmente de acuerdo), estas están orientadas a la medición global, así como sus dos dimensiones

Validez. Caycho et al., realizó la validez de criterio en el modelo inicial de 13 ítems, en ese proceso se eliminaron dos por no ser significativos, los restantes tuvieron una $r \geq .430$, además, se aplicó la validez de constructo con el análisis factorial con valores $KMO = .884$ y $Bartlett < .01$, la extracción por componentes principales con el método Varimax permite explicar el 49.15% de la varianza total, con pesos factoriales $> .455$

Confiabilidad. La confiabilidad por Cronbach arrojó un $\alpha = .781$ para inadecuación de relaciones interpersonales, $\alpha = .736$ para evitación de contacto social y, $\alpha = .842$ para la escala total.

Así este instrumento fue validado por las autoras en el campo de estudio de trabajo de investigación para optar el grado de bachiller, demostrando la estructura del mismo, añadido, en el presente estudio el ET-R pasó por validación de cinco expertos psicólogos, dando como resultado valores V de Aiken igual a 1 ($V \geq .75$), indicador de que es válido (ver Anexo I).

Instrumento 2 – “Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)”.

Instrumento diseñado por Ecurra y Salas (2014) con base a una muestra de 380 adolescentes y adultos de 16 a 42 años, para medir el grado de Adicción a las Redes Sociales, está constituida por veinticuatro ítems de respuesta en la escala Likert contando con cinco alternativas con puntuación de 5 (siempre) a 1 (nunca), permitiendo una medición global del cuestionario, así como sus tres dimensiones: obsesión, falta de control y uso excesivo de las redes sociales.

Validez. El análisis psicométrico fue desarrollo desde: 1) la teoría clásica de los test, aplicando el análisis factorial exploratorio determinaron tres factores que explica el 57.9% de la varianza, en tanto, los valores KMO y Bartlet fueron adecuados y, el método de rotación mostró pesos factoriales $\geq .39$, a su vez, el análisis factorial confirmatorio demostró que los tres factores detectados en el AFE se cumplían con valores RMSEA=.04 y GFI=.92.

Confiabilidad. La confiabilidad por Cronbach mostró índices de .88 a .95 entre los factores y la escala total; 2) teoría de respuesta al ítem, Ecurra y Sales aplican el modelo Samejima, cuyos resultados de la correlación poliseriales fueron significativas y, la confiabilidad marginal osciló entre .89 hasta .92 para los tres factores.

Así mismo, a este instrumento se le realizó una validación con cinco expertos psicólogos, dando como resultado valores V de Aiken igual a 1 ($V \geq .75$), indicador de que es válido (ver Anexo I).

	Obsesión	Control	Uso	Total
Bajo	0-7	0-6	0-8	0-22
Medio	8-18	7-12	9-15	23-45
Alto	19-30	13-21	16-25	46-67

2.5. Procedimientos de análisis de datos

Para el procesamiento de la información se utilizó Microsoft Excel 2019 para la tabulación de datos y sumatoria de las puntuaciones de cada prueba, obteniendo el valor general como las sumas por dimensión.

También, se empleó el SPSS v26 donde se sometió a una prueba de verificación de normalidad de datos, mediante asimetría-curtosis y contrastado con resultados de Kolmogórov-Smirnov, dependiendo de esto, se aplicará Pearson o Spearman, además, de las medidas de correlación se obtendrá los intervalos de frecuencia y, las medidas de prevalencia se obtendrán mediante el análisis de la media, mediana, desviación estándar y el rango.

2.6. Criterios éticos

El presente estudio se adhiere a lo establecido por el comité de investigación de la Universidad Señor de Sipán (2022) que indica los criterios éticos:

Protección de los participantes, se cumple manteniendo sus datos de forma confidencial.

Tener su expreso consentimiento, se cumple con la entrega y firma por escrito del consentimiento informado.

Ser transparentes en todo el proceso del estudio, se cumple proporcionando toda la información a los revisores de la investigación y, explicando a detalle las implicancias del estudio a los participantes.

Cumplir con el código de la USS, se cumple aplicando lo expresado por la USS respecto a la ética en investigación.

Difundir los datos, se cumple difundiendo los resultados tal cual arroja el análisis de datos.

Someterse al rigor científico, se cumple aplicando los criterios de validez de la investigación.

Respetar el copyright de otros, se cumple otorgando la cita y referencia respectiva, para lo cual, se ha usado el software Mendeley.

Así mismo consideramos lo expresado por el Colegio de Psicólogos del Perú (2018) el cual indica que se debe de respetar la normatividad vigente cautelando el beneficio de los participantes

Además, se ha cumplido con los criterios del Informe Belmont, que son el respeto a la autonomía (Consentimiento informado), maximizar los beneficios (entregando reporte consolidado a la institución) y, el trato equitativo a todos los participantes (justicia) (Sánchez et al., 2021)

2.7. Criterios de rigor científico

En el marco del cumplimiento de lo expuesto por Sarriá (2020) sobre estudios cuantitativos se cumple con:

Validez de conclusión estadística, en cuál es el uso adecuado del análisis de información las cuales conllevan a las conclusiones empíricas de un estudio, para el estudio, se cumple con establecer la normalidad de las variables antes de someter a la aplicación del coeficiente de correlación.

Validez de constructo, donde este es el uso adecuado del manejo teórico y, que se permita la medición del mismo, en el estudio se cumple con el criterio, puesto que, utilizamos usan instrumentos con evidencia empírica que demuestra su estructura psicométrica y, esto apoya el modelo teórico desarrollado por Ecurra y Salas, como el modelo teórico de Cheek y Buss.

III. RESULTADOS

3.1. Resultados de tablas y figuras

Tabla 1

Relación entre la adicción a las redes sociales y timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022

	Timidez			
	r	IC 95%		p
		Inferior	Superior	
Adicción a las redes sociales	0.057	-0.156	0.264	0.602

Nota: r= Pearson; IC= Intervalo de confianza; p= significancia; n=87

En los resultados de la tabla 1, evidencian que no existe relación significativa entre las variables adicción a las redes sociales y la variable timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022; toda vez que la significancia es de 0.602; siendo este mayor a lo requerido, para establecer una correlación significativa entre las variables, en consecuencia, se rechaza la hipótesis de investigación general.

Tabla 2

Nivel de la adicción a las redes sociales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022

Adicción a las redes sociales	Bajo		Medio		Alto	
	F	%	F	%	F	%
General	33	37.9%	43	49.4%	11	12.6%
Obsesión	33	37.9%	43	49.4%	11	12.6%
Falta de control	28	32.2%	38	43.7%	21	24.1%
Uso Excesivo	36	41.4%	35	40.2%	16	18.4%

En los resultados de la tabla 2, evidencian que a nivel general de la adicción a las redes sociales prevalece el nivel medio con el 49.4%, haciendo referencia al uso moderado de las redes sociales en nuestra población de estudio; del mismo modo en las dimensiones obsesión y falta de control prevalece el nivel medio con el 49.4% y 43.7% respectivamente; demostrando que tanto la dependencia al uso de las redes sociales y la preocupación por estas están dentro de rangos aceptables. Por otro lado, en la dimensión de uso excesivo, el cual busca determinar el nivel de tiempo que la población de estudio hace uso de las redes sociales, prevalece el nivel bajo con el 41.4%, lo que evidencia que a pesar de que el uso de las redes sociales en la muestra de estudio ha aumentado en los últimos dos años, este aumento no es realmente significativo.

Tabla 3

Nivel de la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022

Timidez	Bajo		Medio		Alto	
	F	%	F	%	F	%
General	11	12.6%	41	47.1%	35	40.2%
Inadecuación de relaciones interpersonales	14	16.1%	38	43.7%	35	40.2%
Evitación de contacto social	10	11.5%	50	57.5%	27	31.0%

En los resultados de la tabla 3, evidencian que a nivel general de la timidez prevalece el nivel medio con 47.1%, demostrando que, en la muestra de estudio el temor a ser evaluado de forma negativa por los demás está dentro de un rango aceptable; asimismo, en las dos dimensiones de inadecuación y evitación prevalece el nivel medio con el 42.7% y 57.5% respectivamente, lo que evidencia que en la muestra de estudio la tendencia a evitar los contactos sociales o el rechazo de estos mismos no influye significativamente en su nivel de interacción social.

Tabla 4

Relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con la inadecuación de relaciones interpersonales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022

Adicción a las redes sociales	Inadecuación de relaciones interpersonales			p
	r	IC 95%		
		Inferior	Superior	
Obsesión	0.115	-0.099	0.317	0.289
Falta de control	-0.014	-0.224	0.197	0.899
Uso excesivo	0.082	-0.131	0.288	0.449

Nota: r= Pearson; IC= Intervalo de confianza; p= significancia

En los resultados de la tabla 4, evidencian que las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control y uso excesivo, no tienen relación con la dimensión de inadecuación de relaciones interpersonales, de la variable timidez; correspondiente a los ítems: 2,3,4,5,6,9 y 11; debido a que, en cada correlación el valor de significancia es mayor .05, en consecuencia, se rechaza la H_2 .

Tabla 5

Relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con evitación de contacto social en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022

Adicción a las redes sociales	Evitación de contacto social			
	r	IC 95%		p
		Inferior	Superior	
Obsesión	0.061	-0.152	0.268	0.576
Falta de control	-0.098	-0.302	0.115	0.366
Uso excesivo	0.033	-0.179	0.241	0.764

Nota: r= Pearson; IC= Intervalo de confianza; p= significancia

Los resultados de la tabla 5, evidencian que las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control y uso excesivo, no tienen relación con la dimensión de evitación de contacto social; de la variable timidez, correspondiente a los ítems: 1,7,8 y 10; debido a que, en cada correlación el valor de significancia es mayor .05, en consecuencia, se rechaza la H_3

3.2. Discusión de resultados

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua. Los resultados obtenidos en la tabla 1 mostraron que el valor de correlación Pearson fue de .057 y la significancia de .602, los datos recabados establecieron que no existe relación significativa entre las dos variables, por lo que, se entiende que la conducta de usar de forma obsesiva, excesiva y sin control de las redes sociales (Escrura & Salas, 2014), no se corresponde con el temor de que los demás tengan una evaluación negativa de ellos mismos (Caycho et al., 2013); este resultado coincide con los hallazgos de Wang y Chen (2020) quienes en adolescentes de 13 a 19 años determinó que la timidez no se relaciona con el uso de las redes sociales ($r=.06$, $p>.05$); por otro lado, los hallazgos demuestran que la investigación presentan discrepancia con los resultados de Joel y Vijayalakshmi (2020) quienes establecen en estudiantes universitarios de la India, que la adicción a redes sociales se relaciona con la timidez ($r=.203$, $p<.01$), también, hay discrepancia con los resultados de Satici (2019) que en jóvenes turcos estableció que la adicción a la red social de Facebook se relaciona con la timidez ($r=.21/.33$, $p<.01$). Además, encontramos discrepancia con los resultados de Ang et al., (2018) quienes establecieron en 286 jóvenes universitarios de Malasia que la timidez tiene una relación positiva con la adicción a internet ($r=.69$, $p<.01$), además, que la timidez predice a la adicción a internet; y con los resultados de Tian et al., (2021) quienes establecieron en muestra de 1047 adolescentes de China que la timidez tuvo relación positiva con la adicción a internet ($r=.31$, $p<.01$), en la primera aplicación del instrumento, asimismo, en la segunda aplicación se reportó la misma relación positiva con menor magnitud ($r=.24$, $p<.01$), añadiendo, la timidez es un predictor de la adicción a internet en el tiempo.

Estas diferencias encontradas en los hallazgos pone en relieve la pertinencia de aceptar la correlación o no, una aproximación a esclarecer la duda se aborda desde los valores de correlación, que indican una relación muy baja y, que al no presentar los intervalos de confianza de la correlación, podría haber un sesgo en la significancia real de la asociación, sobre todo, en correlaciones muy débiles (Santabárbara, 2019), otra aproximación tiene que ver con el contexto a la

pandemia, puesto que, los estudios de discrepancia son con datos recogidos anteriores, esto plantea que durante la emergencia el uso de las redes sociales se normalizó como herramienta de interacción y trabajo, siendo una herramienta para sobrellevar el estrés (Zhao & Zhou, 2021). Además, desde un punto de vista teórico Cheek y Buss (1981) explican que la timidez ocurre en la interacción social, lo cual se vio reducido en la pandemia, siendo el uso de las redes sociales la forma que es menos personal, a ello, se agrega que Sun y Zhang (2021) detallan que desde la teoría centrada en la red social la adicción se adquiere porque se generan expectativas, situación que también fue cambiando por el contexto de la pandemia, al normalizarse el uso de estas herramientas tecnológicas. En conclusión, el contexto de la pandemia ha cumplido un rol normalizador del uso de las redes sociales lo que se expresa en la no existencia de relación con la timidez en estudiantes de un instituto.

Sobre la relación entre la inadecuación de relaciones interpersonales y las dimensiones de las redes sociales (obsesión, falta de control y uso excesivo), los resultados mostraron que no hay relación entre dichas variables ($p > .05$); esto representa que los estudiantes que dedican una mayor atención a las redes sociales, están muy pendientes de lo que ocurre en las redes sociales y han desarrollado la necesidad de quedarse conectado en alguna red social, por lo que, repetir el ciclo de ingresar y salir de la misma le produce alivio (Eскурра & Salas, 2014), no se corresponde con la incomodidad que pueda sentir en los eventos sociales, o sentirse que es raro a nivel social por lo que se le dificulta pedir información a otros (Caycho et al., 2013); del mismo modo que el resultado anterior, el hallazgo coincide con el trabajo Wang y Chen (2020) quienes evidenciaron que no hay relación entre las variables de la timidez con las variables de la adicción a las redes sociales; no obstante, contradice los hallazgos en los que se estableció que si hay relación, aunque, estas son muy débiles (Joel & Vijayalakshmi, 2020; Satici, 2019), aunque, dichas relaciones son muy débiles, por debajo del $r = .25$, a entender de Santabárbara (2019), las correlaciones muy débiles puede presentar intervalos de confianza por debajo del $.10$, que vendría a ser valores de ausencia de relación, esto podría explicar la ausencia de correlación; además, Cheek y Buss (1981) explica que inadecuación de relaciones interpersonales ocurre en contextos

de reuniones sociales que requieran el intercambio, algo que, dado el incremento de uso de las redes sociales, dicha situación no ocurre, por la ausencia de contacto directo, además, desde el punto de vista de la teoría centrada en la red social, para que se genere la adicción es preciso que la persona busque asemejarse al grupo de referencia y, por influencia de este es que usa las redes sociales (Sun & Zhang, 2021); esa situación descrita por Sun y Zhang no contempló que las redes sociales en el contexto de la pandemia hayan sido usadas como herramientas educativas o de trabajo, entonces, se entiende que la normalización de uso pueda tener que ver con la ausencia de relación.

Finalmente, sobre la relación entre la evitación de contacto social con las dimensiones de la adicción a las redes sociales, los resultados mostraron que no hay relación entre ambas variables ($p > .05$), esto es, a que los estudiantes que dedican una mayor atención a las redes sociales, están muy pendientes de lo que ocurre en estas y han desarrollado la necesidad de quedarse conectado en alguna red social, por lo que, repetir el ciclo de ingresar y salir de la misma le produce alivio (Escurra & Salas, 2014), no se corresponde con la sensación de tensión cuando se está con otras personas a las que no se conoce bien, algo que, se hace más notorio cuando está frente a personas nuevas (Caycho et al., 2013); sin bien hay hallazgos previos que evidencia que no hay relación entre las variables (Wang & Chen, 2020), también, hay otros estudios que si comprueban la relación (Joel & Vijayalakshmi, 2020; Satici, 2019), no obstante, al ser relaciones muy débiles, es posible que presenten sesgos de error que no han sido reportados dentro del análisis (Santabárbara, 2019). Además, la teoría de timidez temeroso y autoconsciente, explican que esto ocurre cuando hay una intrusión o evaluación social hacia la persona (Buss, 1986), situación que no suele ocurrir cuando se está en las redes sociales, a no ser que dicha persona sea persona pública que es objeto de opinión.

Prospectivamente, si bien los resultados muestran la ausencia de relación, es necesario que este estudio se replicado en población más robusta y representativa, asimismo, que contemple poblaciones de distinto contexto y ámbito (adolescentes, jóvenes universitarios etc.), para así poder tener mayor conocimiento sobre la asociación de las mismas. Se debe tener en cuenta, que, como limitación del

estudio, es que esta no es representativa de su población, añadido, la muestra ha sido pequeña.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

Se determina que en cuanto a la relación de la variable adicción a las redes sociales y la variable la timidez en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022; esta no existe, toda vez que la significancia entre los ítems de las dimensiones es mayor a lo requerido; por lo que se rechaza la hipótesis general de investigación ($p > .05$).

Se identificó el nivel de la variable adicción a las redes sociales, en el nivel medio con el 49.4%, igual situación para las dimensiones de obsesión y falta de control; siendo únicamente la dimensión de uso excesivo la presenta una prevalencia baja del 41,4%.

Se identificó el nivel de la variable timidez, en el nivel medio con el 47.1%, del mismo modo para las dimensiones de inadecuación de las relaciones interpersonales y evitación de contacto social, prevalece el nivel medio; además, cabe indicar que entre el 30% a 40% presenta indicadores de timidez altos.

No se establece relación entre las dimensiones de la variable adicción a las redes sociales con la dimensión inadecuación de relaciones interpersonales en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022; las cuales corresponden a los ítems 2,3,4,5,6,9 y 11. Por lo que se rechaza la hipótesis específica Hi2 ($p > .05$).

No se establece relación entre las dimensiones de la variable adicción a las redes sociales con la dimensión evitación de contacto social en estudiantes de un Instituto Tecnológico de Bagua, 2022; las cuales corresponden a los ítems 1,7,8 y 10. Por lo que se rechaza la hipótesis específica Hi3 ($p > .05$).

4.2. Recomendaciones

Diseñar y aplicar un programa cognitivo-conductual que aborde la problemática de la prevalencia de adicción a las redes sociales, para así disminuir la incidencia de la misma, en la que se puedan usar técnicas como las de control de impulsos, reducción de estímulos entre otras convenientes.

Diseñar y aplicar un programa de entrenamiento de habilidades sociales con la finalidad de hacer frente a la timidez de los estudiantes, de esta forma se contribuye a la mejora de las herramientas profesionales que van a ser de utilidad para que se inserten en el mundo laboral.

Revisar el estudio actual en una muestra más amplia, teniendo en cuenta otros contextos como de población de las regiones de la costa y sierra del Perú; asimismo, verificar si estos hallazgos se replican en adolescentes, niños y adultos trabajadores.

Motivar a los estudiantes a la participación en actividades que involucre el intercambio social presencial, evitando de esta forma el uso repetitivo de las redes sociales como forma típica de comunicación, posibilitando el desarrollo de estrategias de relación interpersonal.

Referencias

- Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O., & Jegeni, D. (2021). Twenty-Five Years of Social Media: A Review of Social Media Applications and Definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 215–222. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>
- American Psychiatric Association. (2008). *DSM-IV-TR: manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Elsevier.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Editorial Médica Panamericana. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- American Psychological Association. (2010). *APA. Diccionario Conciso de Psicología*. Editorial El Manual Moderno.
- Appel, M., & Gnambs, T. (2019). Shyness and social media use: A meta-analytic summary of moderating and mediating effects. *Computers in Human Behavior*, 98, 294–301. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.018>
- Apud Peláez, I., & Romani, O. (2016). La encrucijada de la adicción. Distintos modelos en el estudio de la drogodependencia. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 16(2), 115–126. <https://doi.org/10.21134/haaj.v16i2.267>
- Aribaş, A. N. (2022). İş Yaşamında Yalnızlığın Sosyal Medya Bağımlılığına Etkisinin İncelenmesi. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(1), 37–46. <https://doi.org/10.52791/aksarayiibd.992255>
- Aziz, A. R. A., Kasmani, M. F., & Ab Razak, N. H. (2021). Implikasi Ketagihan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja Semasa Pandemi Covid-19. *E-BANGI Journal*, 18(8), 66–81. EBSCOhost
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (4th ed.). Pearson.
- Bowker, J. C., Santo, J. B., & Adams, R. E. (2019). A Dynamic Examination of the Associations between Shyness, Psychological Difficulties, and Stressful Life Events during Early Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(7), 1183–1195. <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00520-x>

- Briggs, S. R., Cheek, J. M., & Jones, W. H. (1986). Introduction. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on Research and Treatment* (pp. 1–14). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0525-3_1
- Broche-Pérez, Y., Fernández-Castillo, E., & Reyes Luzardo, D. A. (2021). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*, *46*(1).
- Burstein, M., Ameli-Grillon, L., & Merikangas, K. R. (2011). Shyness Versus Social Phobia in US Youth. *Pediatrics*, *128*(5), 917–925. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-1434>
- Buss, A. H. (1986). A Theory of Shyness. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on Research and Treatment* (pp. 39–46). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0525-3_4
- Calderon Candro, N. M. (2021). *La timidez y la expresión oral en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria “Bolivariano de las Américas” del centro poblado de Ccapalla - Ácora* [Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. <https://bit.ly/3mKLjBV>
- Carducci, B. J. (2016). Shyness. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of Mental Health* (2nd ed., pp. 147–151). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00222-6>
- Carducci, B. J. (2017). Everything you ever wanted to know about shyness in an international context: A discussion on shyness and its cultural explanations. *Psychology International*, *28*(2). <https://bit.ly/3OiNaJB>
- Caycho Rodríguez, T., Castilla Cabello, H., Urrutia Félix, C. M., Valdivia Quintanilla, A., & Shimabukuro, M. (2013). Análisis psicométrico preliminar de la escala de timidez revisada de Cheek y Buss en adolescentes y jóvenes peruanos. *Psychologia*, *7*(2), 13–24. <https://doi.org/10.21500/19002386.1201>
- Cheek, J. M., & Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, *41*(2), 330–339. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.41.2.330>
- Cheng, C., Lau, Y., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive Behaviors*, *117*, 106845. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>

- Chi, L.-C., Tang, T.-C., & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: a cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current Psychology*, *41*(2), 1112–1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>
- Cipriani Delgado, C. S. (2021). *Escala de timidez revisada (ETR-13): propiedades psicométricas y datos normativos en adolescentes de Lima metropolitana, 2021* [Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. <https://bit.ly/3NwvmL8>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de Ética y Deontología*. Colegio de Psicólogos del Perú. <https://bit.ly/3zRHWRd>
- Consuegra Anaya, N. (2010). *Diccionario de Psicología* (2nd ed.). Ecoe Ediciones.
- Escurra Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *LIBERABIT*, *20*(1), 73–91. <https://bit.ly/3rKnVI9>
- Fundación Pro Educación de El Salvador. (2021). *Efectos Socioemocionales de la Pandemia por Covid-19 en Estudiantes de Cuarto Grado a Primer Año de Bachillerato del Sistema Educativo Salvadoreño*. <https://bit.ly/3zfiWhF>
- Han, L., Geng, J., Jou, M., Gao, F., & Yang, H. (2017). Relationship between shyness and mobile phone addiction in Chinese young adults: Mediating roles of self-control and attachment anxiety. *Computers in Human Behavior*, *76*, 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.036>
- Harper, D. (2006a, April 5). *Media*. <https://www.etymonline.com/word/media>.
- Harper, D. (2006b, May 28). *Shy*. <https://www.etymonline.com/word/shy>.
- Harper, D. (2007, September 2). *Social*. <https://www.etymonline.com/word/social>.
- Harper, D. (2011, September 6). *Addiction*. <https://www.etymonline.com/word/addiction>.
- Harper, D. (2012, March 8). *Timid*. <https://www.etymonline.com/word/timid>.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Education.
- Hong, W., Liu, R.-D., Oei, T.-P., Zhen, R., Jiang, S., & Sheng, X. (2019). The mediating and moderating roles of social anxiety and relatedness need satisfaction on the relationship between shyness and problematic mobile phone use among adolescents. *Computers in Human Behavior*, *93*, 301–308. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.020>

- Janani, H., Christodoulides, E., & Soleymani Tape Sari, B. (2019). The Relationship between the Activities in Social Media with Social Anxiety, Loneliness, and Shyness of National Team Athletes. *Sport Psychology Studies*, 8(29), 75–87. <https://doi.org/https://doi.org/10.22089/spsyj.2019.7141.1760>
- Jesus Carbajal, O. (2021). *Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del primer ciclo en el Instituto ICT, Huancayo 2021* [Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://bit.ly/3zB6r52>
- Joel, T. E., & Vijayalakshmi, D. (2020). Relationship between social media addiction and shyness among college students. *Mukt Shabd Journal*, 9(8), 1428–1435. <https://doi.org/09.0014.MSJ.2020.V9I8.0086781.11088>
- Kaplan, A. M. (2018). Social Media, Definition, and History. In R. Alhajj & J. Rokne (Eds.), *Encyclopedia of Social Network Analysis and Mining* (2nd ed., pp. 2662–2665). Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-7131-2_95
- Larson, L. (2021). Social Media Use in Emerging Adults: Investigating the Relationship With Social Media Addiction and Social Behavior. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 26(2), 228–237. <https://doi.org/10.24839/2325-7342.JN26.2.228>
- National Research Council (US) Committee on New and Emerging Models in Biomedical and Behavioral Research. (1998). *Biomedical Models and Resources*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/6066>
- Palomino Diaz, E. R. (2018). *La timidez que muestran algunos estudiantes de guía oficial de turismo del instituto superior técnico Antonio Lorena de Cusco, no les permite insertarse en el mercado laboral - 2016* [Maestría, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa]. <https://bit.ly/3zKRNrQ>
- Rocca, E., & Anjum, R. L. (2020). Complexity, Reductionism and the Biomedical Model. In *Rethinking Causality, Complexity and Evidence for the Unique Patient* (pp. 75–94). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-41239-5_5
- Salazar Carrasco, E. B., & Sánchez Vílchez, A. (2021). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de un instituto superior de Cajamarca, 2021* [Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. <https://bit.ly/3QyYFPp>
- Sánchez López, J. D., Cambil Martín, J., & Luque Martínez, F. (2021). Informe Belmont. Una crítica teórica y práctica actualizada. *Journal of Healthcare Quality Research*, 36(3), 179–180. <https://doi.org/10.1016/j.jhqr.2020.01.011>

- Santabárbara, J. (2019). Cálculo del intervalo de confianza para los coeficientes de correlación mediante sintaxis en SPSS. *REIRE. Revista d'Innovació i Recerca En Educació*, 12(2). <https://doi.org/10.1344/reire2019.12.228245>
- Santabárbara, J., Lasheras, I., Lipnicki, D. M., Bueno-Notivol, J., Pérez-Moreno, M., López-Antón, R., de la Cámara, C., Lobo, A., & Gracia-García, P. (2021). Prevalence of anxiety in the COVID-19 pandemic: An updated meta-analysis of community-based studies. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 109, 110207. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110207>
- Sarriá Sánchez, E. (2020). Validez de las conclusiones de la investigación. In L. Quintanilla Cobián, C. García Gallego, R. Rodríguez Fernández, S. Fontes de Gracia, & E. Sarriá Sánchez (Eds.), *Fundamentos de investigación en Psicología* (2nd ed., pp. 103–135). UNED.
- Satici, S. A. (2019). Facebook Addiction and Subjective Well-Being: a Study of the Mediating Role of Shyness and Loneliness. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(1), 41–55. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9862-8>
- Saucedo Vega, W. (2021). *El uso de las redes sociales y su relación con el comportamiento y el rendimiento académico en el curso de matemática de los estudiantes del 1º Ciclo de la Carrera Profesional de Computación e Informática del Instituto de Educación Superior Tecnológico "Nor Oriental de la Selva", Banda de Shilcayo, 2017* [Doctorado, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://bit.ly/39mJNCR>
- Sierra-Sánchez, V., Latorre-Coscolluela, C., Rodríguez-Martínez, A., & Vázquez-Toledo, S. (2021). Vínculos entre la timidez y las habilidades sociales: análisis de tendencias entre grupos de edad y sexo. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 32(2), 91–109. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.32.num.2.2021.31280>
- Sun, L., Fu, Z., & Zheng, Y. (2021). Shyness and Loneliness in Chinese Young Adults: Roles of Aggression and Gender. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 30(1), 43–53. <https://doi.org/10.1080/10926771.2020.1725209>
- Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114, 106699. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699>

- Universidad Señor de Sipán. (2022, March 3). *Código de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán S.A.C.* <https://bit.ly/3aglbua>.
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology (2nd ed.)*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14646-000>
- Wang, G., & Chen, M. (2020). Social Media Using Frequency and the Quality of Social Relationships Among Adolescents: the Moderating Effect of Shyness. *2020 International Conference on Modern Education and Information Management (ICMEIM)*, 711–715. <https://doi.org/10.1109/ICMEIM51375.2020.00159>
- Wang, P., Yan, Y., Gao, F., Zhang, R., Wang, J., Zhan, X., & Tian, Y. (2020). The Effect of Shyness on Adolescent Network Problem Behavior: The Role of Gender and Loneliness. *Frontiers in Psychology*, *11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00803>
- Yu, Y., Sun, H., & Gao, F. (2019). Susceptibility of Shy Students to Internet Addiction: A Multiple Mediation Model Involving Chinese Middle-School Students. *Frontiers in Psychology*, *10*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01275>
- Zhao, N., & Zhou, G. (2021). COVID-19 Stress and Addictive Social Media Use (SMU): Mediating Role of Active Use and Social Media Flow. *Frontiers in Psychiatry*, *12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.635546>
- Zhu, J., Li, Y., Wood, K. R., Coplan, R. J., & Chen, X. (2019). Shyness and Socioemotional Functioning in Young Chinese Children: The Moderating Role of Receptive Vocabulary. *Early Education and Development*, *30*(5), 590–607. <https://doi.org/10.1080/10409289.2019.1572481>

Anexos

Anexo 1

ACTA DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Gino Job Reyes Baca docente de la asignatura Investigación II (XI-A) de la Escuela Profesional de Psicología y revisor de la investigación aprobada mediante Resolución N° 1043-2022/FADHU-USS de los estudiantes, Alfaro Flores Janneth y Alfaro Flores Luz Magaly, titulada: Timidez y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto tecnológico de Bagua, 2022

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del 14%, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN.

Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos en la Universidad Señor de Sipán S.A.C., aprobada mediante Resolución de Directorio N° **0644-2022/FDHD-USS**

Pimentel, 26 de Diciembre de 2022



.....
Dr. Reyes Baca, Gino Job

DNI N° 09176095

ANEXO II. Informe de evidencia de Validez y confiabilidad de la Escala de Timidez Revisada

I. Ficha técnica del instrumento

Nombre de la Prueba	: Escala de Timidez Revisada (ET-R)
Autores	: Check. y Buss (1981)
Adaptación Peruana	: Caycho, Castilla, Urrutia, Valdivia y Shimabukuro (2013)
Procedencia	: Estados Unidos
Administración	: Individual o Colectiva
Tiempo de aplicación	: Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación	: Adolescentes y adultos

II. Evidencia de validez de contenido

Tabla 1.

Validación por juicio de expertos de la “Escala de Timidez Revisada (ET-R)”

Dimensiones		Ítem	Claridad		Coherencia		Relevancia	
			\bar{X}	V	\bar{X}	V	\bar{X}	V
Inadecuación de relaciones interpersonales	2	4	1	4	1	4	1	
	3	4	1	4	1	4	1	
	4	4	1	4	1	4	1	
	5	4	1	4	1	4	1	
	6	4	1	4	1	4	1	
	9	4	1	4	1	4	1	
Evitación de contacto social	11	4	1	4	1	4	1	
	1	4	1	4	1	4	1	
	7	4	1	4	1	4	1	
	8	4	1	4	1	4	1	
	10	4	1	4	1	4	1	

\bar{X} = Media; V= V de Aiken.

En la validación de contenido de la escala ET-R se realizó la evaluación de cinco psicólogos expertos con grado de maestría, los mismos que evaluaron según los criterios de: claridad, coherencia y relevancia, marcado una respuesta de cuatro alternativas: 1) no cumple con el criterio, 2) bajo nivel, 3) moderado nivel y, 4) alto nivel. Se determinó la media (\bar{X}) de las evaluaciones y, luego, se aplicó el coeficiente V de Aiken según lo estipulado por Merino y Livia (2009). Los resultados muestran que los 11 ítems de ET-R son válidos, toda vez que se obtuvo un $V=1$, mayor al $V \geq .75$

ANEXO III. Informe de evidencia de Validez y confiabilidad del “Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)”

I. Ficha técnica del instrumento

Nombre de la Prueba	: Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)
Autores	: Ecurra y Salas (2014)
Procedencia	: Perú
Administración	: Individual
Tiempo de aplicación	: Entre 20 a 30 minutos
Ámbito de aplicación	: Adolescentes y adultos

II. Evidencia de validez de contenido

Tabla 2

Validación por juicio de expertos del cuestionario ARS

Dimensiones	Ítem	Claridad		Coherencia		Relevancia	
		\bar{X}	V	\bar{X}	V	\bar{X}	V
Obsesión	2	4	1	4	1	4	1
	3	4	1	4	1	4	1
	5	4	1	4	1	4	1
	6	4	1	4	1	4	1
	7	4	1	4	1	4	1
	13	4	1	4	1	4	1
	15	4	1	4	1	4	1
	19	4	1	4	1	4	1
	22	4	1	4	1	4	1
23	4	1	4	1	4	1	
Falta de control	4	4	1	4	1	4	1
	11	4	1	4	1	4	1
	12	4	1	4	1	4	1
	14	4	1	4	1	4	1
	20	4	1	4	1	4	1
	24	4	1	4	1	4	1
Uso Excesivo	1	4	1	4	1	4	1
	8	4	1	4	1	4	1
	9	4	1	4	1	4	1
	10	4	1	4	1	4	1
	16	4	1	4	1	4	1
	17	4	1	4	1	4	1
	18	4	1	4	1	4	1
	21	4	1	4	1	4	1

\bar{X} = Media; V= V de Aiken.

En la validación de contenido del cuestionario ARS se realizó la evaluación de cinco psicólogos expertos con grado de maestría, los mismos que evaluaron según los criterios de: claridad, coherencia y relevancia, marcado una respuesta de cuatro alternativas: 1) no cumple con el criterio, 2) bajo nivel, 3) moderado nivel y, 4) alto nivel. Se determinó la media (\bar{X}) de las evaluaciones y, luego, se aplicó el coeficiente V de Aiken según lo estipulado por Merino y Livia (2009). Los resultados muestran que los 24 ítems del ARS son válidos, toda vez que se obtuvo un $V=1$, mayor al $V \geq .75$.

Anexo IV: Supuestos estadísticos

Tabla

Prueba de distribución de datos

	Kolmogorov-Smirnova		
	Estadístico	gl	Sig.
Timidez	0.071	87	,200*
Inadecuación	0.101	87	0.029
Evitación	0.079	87	,200*
Adicción a las redes sociales	0.082	87	,200*
Obsesión	0.104	87	0.021
Falta de control	0.071	87	,200*
Uso excesivo	0.086	87	0.155

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Los resultados de la prueba de normalidad establecen que las dos variables a nivel general presentan una distribución normal, ya que, la significancia es mayor al 0.05, por lo tanto, el coeficiente de correlación a usar para el contraste de hipótesis es Pearson.

Anexo V: Instrumentos Aplicados
ESCALA ET-R

Edad: Sexo: Centro de estudios: Ciclo:
.....

Carrera:

Instrucciones: En este cuadernillo te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes a cada una de las siguientes preguntas con una X la casilla que mejor represente la frecuencia con que actúas, de acuerdo con la siguiente escala:

1: Muy en desacuerdo | **2:** Desacuerdo | **3:** Ni de acuerdo ni desacuerdo | **4:** Acuerdo | **5:** Muy de acuerdo.

	1	2	3	4	5
1. Me siento tenso(a) cuando estoy con gente que no conozco bien.					
2. Me siento un poco raro(a) socialmente					
3. Encuentro difícil solicitar información a otras personas.					
4. Suelo encontrarme incómodo(a) en fiestas u otras reuniones sociales					
5. Cuando estoy con un grupo de personas me cuesta decidir sobre los temas adecuados de qué hablar.					
6. Necesito mucho tiempo para vencer mi timidez en situaciones nuevas.					
7. Me resulta difícil actuar con naturalidad cuando me encuentro con gente nueva.					
8. Me siento nervioso(a) cuando tengo que hablar con alguien importante.					
9. Me siento tímido(a) cuando estoy en reuniones sociales.					
10. Me resulta difícil hablar con desconocidos.					
11. Soy más tímido(a) con las personas del sexo opuesto					

Muchas gracias por tus respuestas

ARS

A continuación, se presenta 24 Ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad. Marque un aspa (**x**) en el espacio que corresponda a lo que Ud. Siente, piensa o hace:

S = Siempre | CS = Casi siempre | AV = Algunas veces | RV = Rara vez | N = Nunca

	S	CS	AV	RV	N
1 Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales					
2 Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3 El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales yo no me satisface, necesito más.					
4 Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5 No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6 Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7 Me pongo ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8 Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9 Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10 Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11 Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12 Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13 Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14 Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15 Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16 Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome a las redes sociales.					
17 Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales					
18 Estoy atento a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19 Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20 Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21 Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					

- 22 Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
- 23 Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).
- 24 Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.

Anexo VI: Autorización para la Aplicación



“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Pimentel, Julio del 2022

Señora:

YEIMI LISET TANTALEAN VASQUEZ

Gerente Administrativa Instituto de Ciencia y Tecnología Global

Presente. -

Asunto: Autorización para aplicación de instrumento de investigación.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle un saludo institucional a nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, asimismo teniendo presente su alto espíritu de colaboración, le solicito gentilmente autorice el ingreso a los estudiantes del X ciclo, de la asignatura “**Investigación I**”, para que ejecute su investigación denominada: **Timidez y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto Tecnológico de Bagua, 2022.**

A continuación, se detalla a los estudiantes:

- Alfaro Flores, Janneth.
- Alfaro Flores, Luz Magaly.

Sin otro en particular, agradezco de su amable consideración a la presente y oportuna respuesta, me despido no sin antes expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,

The signature block contains a circular stamp on the left and a handwritten signature in blue ink on the right. The stamp reads 'UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN', 'DIRECCIÓN DE EP PSICOLOGÍA', and 'ESCUELA DE'. Below the stamp, the name 'Dra. Zuleima J. Bajarano Benites' and the title 'Dirección de EP Psicología' are printed in black.

CARTA DE ACEPTACIÓN

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Bagua 02 de agosto del 2022

Señora:
Dra. Zugeint J. Bejarano Benites
Dirección EP Psicología
Universidad Señor de Sipán
Presente.-

Asunto: Respuesta a Solicitud de Autorización para aplicación de instrumento de investigación

Mediante la presente me dirijo a Ud. para expresarle mi cordial saludo a nombre de nuestra institución **Instituto de Ciencia y Tecnología Global** y la vez dar respuesta a su carta de fecha julio del 2022, aceptamos la solicitud de las estudiantes: Alfaro Flores Janneth y Alfaro Flores Luz Magaly, de la Escuela Profesional de Psicología, para la ejecución de su investigación denominada: **Timidez y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto Tecnológico de Bagua, 2022.**

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para expresarle de mi especial consideración y estima personal.



Yeimi Liset Tantaleán Vásquez
GERENTE GENERAL
TARAPLEAN YEIMI LISET
GERENTE ADMINISTRATIVA
RUC 20605801332