



Universidad  
Señor de Sipán

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un  
Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autoras**

Bach. Quispe Olano Deily Aracely

<https://orcid.org/0000-0001-7618-6532>

Bach. Ramirez Quiroz Marycruz del Rosario

<https://orcid.org/0000-0001-6417-7356>

**Asesora**

**Mg. Delgado Vega Paula Elena**

<https://orcid.org/0000-0002-3567-1563>

**Línea de investigación**

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas  
para enfrentar los desafíos globales**

**Sub Línea de Investigación**

**Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida**

**Pimentel - Perú**

**2024**



Universidad  
Señor de Sipán


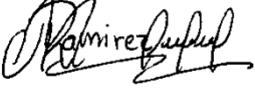
## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quienes suscriben la DECLARACIÓN JURADA, somos **egresadas** del Programa de Estudios de **Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaramos bajo juramento que somos autores del trabajo titulado:

### **ANSIEDAD SOCIAL Y PHUBBING EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR DE LA CIUDAD DE BAGUA, 2023**

El texto de nuestro 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, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informamos que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Quispe Olano Deily Aracely	DNI: 46860553	
Ramirez Quiroz Marycruz del Rosario	DNI: 70889149	

Pimentel, 14 de mayo de 2024

# 11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

## Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

## Fuentes principales



- 9% Fuentes de Internet
- 0% Publicaciones
- 6% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Marcas de integridad

### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

**ANSIEDAD SOCIAL Y PHUBBING EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO  
SUPERIOR DE LA CIUDAD DE BAGUA, 2023**

**Aprobación del jurado**

---

**Mg. Montenegro Ordoñez Juan**

**Presidente del jurado de tesis**

---

**Mg. Asenjo Zapata Cornelia Yajaira**

**Secretario del jurado de tesis**

---

**Mg. Delgado Vega Paula Elena**

**Vocal del jurado de tesis**

## Resumen

La presente investigación tuvo por finalidad determinar la relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023. En cuanto a lo metodológico se consideró el enfoque cuantitativo, tipo básico, diseño observacional, transversal y correlacional en una muestra de 188 estudiantes de ambos sexos que respondieron a a escala de ansiedad social elaborado por Liebowitz (1997) y la Escala de Phubbing creada por Karadag (2015) asumiendo los valores de validez y confiabilidad a nivel nacional conseguidos por Odar y Saavedra (2021) y Blanca y Bendayan (2019) respectivamente. Dentro de los resultados más importantes se encontró, a través del estadístico Rho Spearman, correlación directa y altamente significativa con un valor de .300 y significancia de .000 ( $p < .05$ ), ante esto se concluye que la sensación angustiante de alta intensidad ante determinadas situaciones de tipo social donde la persona evalúa de forma amenazante o como un peligro inevitable incide en brindar un interés mayor a un teléfono celular para sostener un vínculo interactivo con otras personas evitando el contacto con las personas a su alrededor.

**Palabras clave:** *ansiedad, ansiedad social, phubbing*

## Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between Social Anxiety and Phubbing in students of a Higher Institute in the city of Bagua, 2023. Regarding the methodological, the quantitative approach, basic type, observational, cross-sectional and correlational design was considered in a sample of 188 students of both sexes who responded to the social anxiety scale developed by Liebowitz (1997) and the Phubbing Scale created by Karadag (2015) assuming the values of validity and reliability at the national level achieved by Odar and Saavedra (2021) and Blanca and Bendayan (2019) respectively. Among the most important results, through the Rho Spearman statistic, a direct and highly significant correlation with a value of .300 and a significance of .000 ( $p < .05$ ) was found. Given this, it is concluded that the distressing sensation of high intensity Faced with certain social situations where the person evaluates it as threatening or as an unavoidable danger, it affects giving a greater interest to a cell phone to maintain an interactive link with other people avoiding contact with the people around them.

**Keywords:** *anxiety, social anxiety, phubbing*

## I. INTRODUCCIÓN

Desde inicios del año 2020 el mundo atravesó una situación caótica en torno a la salud, obligando a los países tomar medidas drásticas en un intento por mitigar la propagación de este virus, lo cual generó modificaciones en las actividades laborales, sociales y académicas, afectando considerablemente a muchas personas especialmente a los sectores vulnerables (Álvarez y Meza, 2022), en este contexto aquellos que cursaban los últimos años de educación secundaria o se encontraban iniciando una carrera superior tuvieron que hacer uso de la tecnología generando una mayor cercanía con estos dispositivos cuyo uso no es exclusivo de contenidos académicos, esta realidad cambió desde el regreso de las clases presenciales, sin embargo, el vínculo entre teléfono móvil y usuario viene incrementando (Medina y Regalado, 2021).

Sumado a la manifestación señalada, existen otras afecciones de tipo psicológico que han podido observarse, dentro de ellas se encuentra la ansiedad social (Velasategui et al., 2022), caracterizada por presentar un temor muchas veces irracional y perjudicial ante situaciones que aún no están ocurriendo, con incidencia en cualquier ámbito donde el ser humano se desarrolle, generando complicaciones a corto y largo plazo (González et al., 2021); esta realidad se vio incrementada durante los últimos dos años y medio ya que algunas personas registraron conductas evitativas excesivas ante contextos de tipo social a fin de no exponerse al contagio (Ponce et al., 2021).

Como una de las expresiones evitativas más habituales en los jóvenes en los últimos tiempos se encuentra la utilización de su dispositivo electrónico, mayormente un smartphone, pero a la vez riesgosa cuando no existe un manejo adecuado, especialmente, cuando los usuarios se encuentran en lugares genuinos de interacción, sin embargo, ingresan a sus dispositivos celulares para ejecutar alguna actividad desconocida muchas veces por quienes se encuentran alrededor, ocasionando distracción, incertidumbre en aquellos que están más cerca y que quizá intentan iniciar o sostener el hilo de alguna conversación, que muchas veces, puede perder interés por una o ambas partes (Rodríguez et al., 2019).

En Latinoamérica la ansiedad social es un problema latente desde hace casi 10 años, situación que ha venido creciendo, según reportes señalan que el 5% de

personas a nivel de Colombia, presentan ansiedad social, siendo solamente superado en América por Estados Unidos con un 13% diagnosticados. En México el 3.6% de varones y el 2.2% de mujeres padece Ansiedad social. En nuestro país, el instituto nacional de salud mental desarrollo una investigación epidemiológica, indicando una prevalencia del 4.1% de este padecimiento, señalando además que la edad promedio donde aparecen las primeras manifestaciones es a los 14 años; estos datos indican una alerta sobre los problemas psicológicos a los que están expuestas las personas, especialmente durante los primeros años de adultez (González et al., 2021).

Respecto a la utilización de teléfonos celulares, ha tenido un crecimiento inimaginable en los últimos dos años, tal como señalan Medina y Veytia (2022), en Estados Unidos el 92% de personas dispone de un smarthphone desde los 13 años con exclusividad de uso, de los cuales el 25% lo utiliza durante más del 80% del día, lo cual significa un riesgo pues este uso indiscriminado impide tener una perspectiva ecuánime de la realidad pudiendo llegar a descuidar el entorno, prefiriendo la comunicación con quienes no están cerca físicamente y dejando de lado a quienes si lo están (Castillo et al., 2022). A nivel nacional, según IPSOS (2019) a través de su encuesta nacional identificó que el 75% de adolescentes a partir de los 12 años ya cuentan con un dispositivo celular y lo mantienen hasta la vida adulta, estas cifras aumentan entre los 18 y 25 hasta un 79%, cifra que aumenta si solo se considera la zona urbana hasta a un 92%.

El ignorar a una persona por hacer uso de un dispositivo digital como un celular, tablet, entre otros dispositivos móviles que han invadido nuestro mundo pareciera una paradoja, puesto que una de las principales funciones y cualidades que tienen es que nos mantienen en contacto con quienes físicamente están lejos, pero uno de sus principales riesgos es que nos alejan de quienes tenemos cerca (Capilla y Cubo, 2017), aun cuando es entendible su indispensable y necesaria utilización dado el contexto emergente pues la educación ya no es la de antes, hoy se utilizan medios digitales para abreviar el tiempo, reducir los vacíos en clase y que el estudiante tenga la posibilidad y las herramientas necesarias de llegar preparado potenciando sus habilidades de manera autónoma, lo cual es plausible, pero pierde valor cuando toda esta estructura de acompañamiento tecnológico se



convierte en la prioridad para otros fines mayormente sociales y de ocio, que dejan en evidencia la pérdida de valores que está caracterizando a gran parte de la sociedad (Cisneros y Robles, 2017).

En lo concerniente a la institución de educación superior elegida para este estudio, ubicada en la ciudad de Bagua, en la región Amazonas, la observación directa de las investigadoras permitió identificar manifestaciones comportamentales llamativas en los estudiantes, caracterizados por dificultades para interactuar socialmente, evitando el contacto dentro de clase y en las horas libres resulta imperceptible observando un interés mayor, e inclusive satisfacción, tranquilidad y naturalidad, al momento de manipular su dispositivo celular para realizar otras actividades; por ello, surge la necesidad de conocer de qué forma se relacionan las variables de estudio y hasta qué punto sus indicadores podrían coincidir y tener incidencia entre ellas.

Esta situación ha sido investigada en otros contextos, Oviedo y Palomino (2021) hallaron que el 70.9% de jóvenes presenta complicaciones para desempeñarse socialmente, y el 53.7% evidencia ansiedad social moderada; así mismo, Tovar (2020) señala que evitar la atención con las personas dentro de un entorno social y mostrar desinterés por la interacción presente genera complicaciones en el desenvolvimiento social, impidiendo tener interacciones saludables; por otra parte, Mejía y Parra (2019) señalan que el uso inadecuado de celulares y tecnologías repercute en síntomas ansiosos en los estudiantes, tales como sensaciones de peligro latente, incremento del ritmo cardíaco, tensión y/o nerviosismo, también Yax (2018) indica que una deficiente capacidad para manejarse en entornos sociales genera la aparición de manifestaciones ligadas al Phubbing

Medina et al. (2020) llevaron a cabo una investigación para identificar la incidencia del uso de smartphones en las relaciones interpersonales en universitarios, se halló que existe una preferencia por interactuar mediante los dispositivos celulares que entablar una comunicación genuina frente a frente. Asimismo, Thomas (2019) desarrolló una investigación con el objetivo de identificar la relación entre ansiedad y el uso de celulares en estudiantes de los tres últimos años del nivel secundario, se identificó que el 81.33% evidenciaron experiencias

negativas vinculadas al uso del teléfono celular. Vicente (2020) llevó a cabo una investigación en estudiantes de educación superior de Lima, donde identificó que el 53.5% presentó nivel bajo de Phubbing, el 44.3% nivel medio y 2.3% nivel alto. Huaranga y Yactayo (2019) en Lima desarrollaron una investigación donde encontraron que existe relación inversa significativa entre uso excesivo de las redes sociales y soledad social, sin embargo, no existe relación significativa entre obsesión por las redes sociales y la soledad social. Holguin y Masabanda (2019) desarrollaron una investigación para determinar la relación entre phubbing y autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes del último grado de bachillerato entre 17 y 19 años, donde encontraron que el 4% presentó un nivel alto de Phubbing, 64% nivel medio y 32% nivel bajo, además se halló que no existe correlación significativa entre las variables.

La ansiedad social, fue tratada en la investigación en torno al modelo cognitivo conductual, tomando uno de sus apartados como el condicionamiento clásico el cual implica control conductual conducta ante un estímulo antecedente a la misma, pero no viéndola como un efecto (Caballo, 1995); da respuesta a la adquisición conductual de reflejos mediante lo que la persona experimenta, las cuales a su vez, resultarían complejas para ejercer control por la misma persona, ya que a consecuencia de ello surge la interacción del hombre con su entorno.

El enfoque asumido para esta investigación es el planteado por Clark y Wells (1995), que abordaron la ansiedad social desde la percepción de las personas y un cúmulo de creencias que se activan cuando la persona se encuentra dentro de un contexto poco habitual que le genera bloqueos y pérdida del normal desenvolvimiento. Otro postulado se asocia a la expectativa e incertidumbre que nace cuando las situaciones cotidianas no siguen su curso normal; finalmente este enfoque sostiene que las creencias irracionales juegan un papel relevante respecto a su manera de actuar.

Para entender lo que significa la ansiedad social es necesario definir algunas ideas base sobre la ansiedad, entendida como un estado emocional desagradable, poco placentero que implica anticiparse a situaciones valoradas como peligrosas, ocasionando sintomatología no solo a nivel cognitivo sino fisiológico, ocasionando

que actúe de forma perjudicial (Fernández et al., 2012). No obstante, la ansiedad se manifiesta como una conducta de funciones adaptativas para ciertos contextos emergentes y novedosos, es decir, su actividad como alerta al organismo es favorable, pero el aumento de frecuencia e intensidad es lo que complica al ser humano (Cano y Tobal, 2011).

Dicho esto, se realiza una diferenciación entre dos tipos de ansiedad, aquella fisiológica y la patológica. La primera es vista como un mecanismo de protección o defensa en contextos amenazantes que vuelve a activarse al percibir situaciones con estímulos similares cumpliendo funciones de adaptación contribuyendo a un mejor rendimiento, considerándose como ansiedad leve dado que no manifiesta alteraciones somáticas ni requiere de atención psicológica. Por el contrario, la ansiedad patológica tiene la capacidad de bloquear la actividad conductual de la persona gradualmente, cumpliendo funciones desadaptativas impidiendo un óptimo rendimiento, se caracteriza por manifestaciones somáticas y necesita de cuidados psicológicos (Navas y Vargas, 2012).

Dentro de sus componentes se reconocen tres elementos. El primero es el componente fisiológico definido como la reacción vinculada a reforzar la actividad cardio-vascular, el ritmo de la respiración, el tono muscular y los demás aspectos que involucran el sistema nervioso. El componente cognitivo se manifiesta a través de pensamientos, preocupaciones e inclusive temores a diferencia de la ansiedad patológica cuya intensidad y frecuencia es mayor. El componente conductual abarca dos tipos de respuesta, la primera es directa e involucra la disminución del control muscular, dificultades para recordar algunos episodios, discriminación a nivel perceptivo; la segunda es indirecta e implica conductas evitativas generadas por la ansiedad y que cuestan controlar, con la finalidad de encontrar algo de seguridad y minimizar los síntomas de ansiedad (Bados, 2009).

García (2013) define la ansiedad social como una fobia adquirida a causa de una exposición a estímulos aversivos o percibidos como amenazantes, es decir, se caracteriza por formar parte de un proceso de adaptación en el continuo aprendizaje del ser humano, llegando a generar síntomas y signos que afectan significativamente a las personas en el plano afectivo, conductual, fisiológico y cognitivo.

Por otra parte, se indica que puede encontrarse como un componente dentro del proceso de aprendizaje, por tanto, implicaría que la exposición no se encasille a un solo estímulo o a un momento único, sino que el cúmulo de repeticiones de un evento ansioso va a tener la posibilidad de ocasionar una reacción ansiosa condicionada ante encuentros sociales (Sundel, 2011). La ansiedad social se define como una sensación angustiante de alta intensidad ante determinadas situaciones de tipo social donde la persona evalúa de forma amenazante o como un peligro inevitable, esta ansiedad ocurre en contextos donde la persona interactúa ya sea a manera de conversación con alguien cercano o en reuniones sociales con personas que tienen poco tiempo de conocer (Sundel, 2011).

Caballo et al. (2018) señalan que los aspectos más afectados en personas que presentan ansiedad social son la autoestima y el concepto personal dado que una estimación menor y deficiente conocimiento de sí podrían convertirse en factores para síntomas de ansiedad social, dicho esto, puede indicarse que guarda relación con la percepción que las personas tienen sobre sí.

Una de las características es que los esquemas cognitivos se asocian fuertemente a la sensación de fracaso debido a que incluye expectativas deficientes en relación a lo que esperan o lo que observan en otros, además, influye en que aparezca en mayor magnitud el esquema de abandono mediante creencias erradas de ausencia de apoyo y preferencia de alguna persona mejor. Otras de las particularidades es la vergüenza por su imagen social, temor a perder alguna amistad, miedo de hablar públicamente, ansiedad frente a evaluaciones, entre otras (Beck et al., 2014).

Por lo general cuando existen indicadores elevados de ansiedad social la persona experimenta dificultades para desempeñarse en contextos sociales, evidenciando manifestaciones físicas como enrojecimiento en el rostro, exceso de transpiración, temblor en las extremidades superiores, náuseas, complicaciones para entablar conversación, sensación de estar siendo observados en todo momento, juzgados por los demás y sobre todo perciben que su desenvolvimiento o desempeño no es el correcto o adecuado, teniendo estándares muy altos y poca seguridad en lo que pueden hacer (Vivanco et al., 2020).

En cuanto a sus dimensiones, se encuentra el temor o ansiedad, y se asocia a una reacción emotiva ante la presencia de un estímulo que significa un peligro latente o irreal, por otra parte, se manifiesta de igual manera ante eventos considerados como amenazas o desconocidos (Liebowitz, 1997). La evitación es la segunda dimensión y se refiere a no mantenerse en contextos donde no existe la seguridad de mantener una postura ecuánime, produciendo una disminución de la ansiedad que en condiciones normales experimentaría cualquier persona, sin embargo, estas situaciones no dan la posibilidad para evitarlas, en esas oportunidades la persona con niveles altos de ansiedad va a desarrollar otras tareas para que contribuyan a escapar de manera representativa (Liebowitz, 1997).

Respecto al Phubbing, los autores Miller y Kelly (2015) postulan la teoría de la cortesía, esta refiere que el phubbing tiene un carácter desafiante respecto a las normas de la sociedad, puesto que restringe la comunicación a través de la creación de barreras invisibles pero factibles de percibirse, yendo en contra de lo que los demás puedan sentir en ese momento supone, además, que quienes lo comenten intentan dejar entre ver su incomodidad con la situación en la que se encuentran.

De igual forma, esta teoría refleja aspectos en torno a los objetivos esenciales por los que algunos individuos utilizan sus dispositivos electrónicos para relacionarse aun cuando se encuentran inmersos en un entorno natural de comunicación cara a cara, señalando que el realizar diversas tareas de forma simultánea se presenta como el factor más habitual seguido por la evitación del contacto interpersonal. Considera también, que el acceso a Internet vía celular genera sensaciones de gratitud y satisfacción inmediata a causa del entretenimiento que contiene y la dinámica fluida y cambiante dentro de la red (Ifinedo, 2016).

Este término surge de dos voces inglesas, la primera es Phone que significa teléfono y la segunda que se refiere a desprecio, por tanto, va distinguirse debido a la mayoritaria atención al dispositivo en relación al interés brindado a quien se encuentre cerca de sí (McCann, 2013). Algo similar plantean Resett y González (2020) al referir que se trata de una adicción a los dispositivos móviles, afectando

considerablemente los vínculos con otras personas, disminuyendo su capacidad para comunicar de forma verbal lo que siente. Una de las características más habituales del Phubbing es la manera de brindar un interés mayor a un teléfono celular para sostener un vínculo interactivo con representaciones virtuales de otras personas, cuyo acceso es más rápido y al mismo tiempo, la desconexión puede darse de la misma forma, es ahí donde radica otro de los aspectos relevantes cuando se presentan indicadores como estos (Escavy, 2014).

El Phubbing se define como un signo adictivo debido a que afecta de manera significativa a la salud mental al ocasionar malestar a nivel psicológico deteriorando la capacidad para interactuar socialmente o en cualquier área donde se desempeñe (Obregón, 2015); por otra parte, se considera que el phubbing está compuesto por múltiples dimensiones dado que en los smartphones existe una variedad de contenidos, por tanto, resulta una herramienta interesante pero que predispone al desarrollo de un mal hábito cuando no existe un control sobre él (Karadağ et al., 2015).

Las principales características del comportamiento conocido como Phubbing abarca la perturbación de la interacción social y el diálogo, no solo con el entorno familiar sino con compañeros de clases, amigos, personas que recién conoce y también en la comunicación intrapersonal impidiendo el desarrollo de introspecciones positivas. Además, suele existir una obsesión hacia el dispositivo electrónico utilizándolo en gran parte del día, haciendo difícil alejarse de él aun cuando pueda encontrarse agotado, a punto de dormir, en una reunión social, en la realización de actividades académicas, deportivas, entre otras (Karadag et al., 2015).

Por tanto, el phubbing es una conducta que se genere debido al uso excesivo de cualquier dispositivo celular así no exista alguna alerta o notificación que motive un interés y atención momentánea mayor, generando malestar a corto plazo en las personas que se encuentran alrededor, pero a largo plazo repercute de forma perjudicial en la persona que lo padece más aun cuando no se da cuenta de lo que sucede, teniendo implicancias a nivel social, laboral, educativo, familiar y personal. Usualmente, está ligado a la presencia de síntomas ansiosos, dificultades en el aprendizaje, complicaciones para dormir, entre otros (Soto, 2015).

En relación a sus dimensiones, la primera se denomina interrupción de la comunicación, implica mantenerse pendiente del celular aun cuando se encuentre físicamente con otras personas generando malestar en ellas, inclusive ocurre con personas íntimas y familiares. Habla sobre utilizar el teléfono innecesariamente propiciando interrupciones en las conversaciones (Karadag et al., 2015). Obsesión por el celular, se refiere a mantener cercanía física y una especie de seguridad respecto a la ubicación del celular con la finalidad de saber que se puede acceder en cualquier momento, brindándole mayor tiempo que a otras actividades genuinas de comunicación (Karadag et al., 2015).

Este contexto genera un mayor interés por realizar la investigación en la población identificada dada la ausencia de estudios actuales en el mismo contexto y con ambas variables, por tanto, se justifica teóricamente al representar un precedente de estudio, que reúne las características científicas para considerarse un antecedente importante en posteriores que tengan a bien desarrollar esta problemática en poblaciones similares, aunado a la carencia de estudios vinculados a estas variables en conjunto, contribuye en el conocimiento de las mismas, generando una mayor comprensión del comportamiento de la variable en poblaciones adultas a partir de los resultados conseguidos.

A nivel práctico buscó enfatizar en el análisis del vínculo entre la ansiedad social y el phubbing en jóvenes estudiantes de educación superior, al encontrar evidencias en base a la observación y reportes de incidencia que lo ponderan como un problema real el cual amerita un abordaje riguroso para conocer la real magnitud de la problemática y contar con indicadores recientes. A nivel social tiene relevancia pues benefició a cada uno de las personas relacionadas de forma directa o indirecta en esta institución, al conocer la dinámica de la relación entre las variables y sus dimensiones no solo a nivel cuantitativo sino caracterizando su asociación y de qué forma repercute en diferentes escenarios, de esta forma contar con referencias válidas para el desarrollo y ejecución de intervenciones a cargo del personal de salud mental o autoridades pertinentes que puedan gestionar la atención de esta problemática.

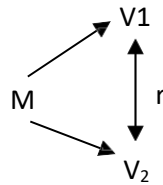
Tras lo descrito, se formuló como pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023? Planteando como objetivo general determinar la relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, y como objetivos específicos se identificó los niveles de Ansiedad social, los niveles de Phubbing, la relación entre Ansiedad social y la dimensión interrupción de la comunicación de Phubbing y la relación entre Ansiedad social y la dimensión obsesión por el celular de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023. Respecto a la hipótesis, se describe que existe relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023.



## II. MATERIALES Y MÉTODO

Se consideró un enfoque cuantitativo debido a que se utilizaron instrumentos psicométricos para medir las variables y sus dimensiones, así mismo, se considera de tipo básica puesto que la información recopilada sirvió para comprender y ampliar el conocimiento respecto al comportamiento de las variables en la muestra (Hernández y Mendoza, 2018).

El diseño de investigación fue observacional dado que no se realizó ningún tipo de manipulación deliberada en los datos obtenidos para cada variable, en función al tiempo de recojo de datos, se indica que fue transversal, pues los instrumentos fueron aplicados en un momento específico, de acuerdo a su alcance fue correlacional, debido a que se buscó la asociación existente entre dos variables y sus dimensiones, así como la direccionalidad de la misma (Hernández y Mendoza, 2018).



**Donde:**

M= Estudiantes

V<sub>1</sub>: Ansiedad social

V<sub>2</sub>: Phubbing

r = correlación

La población estuvo conformada por todos los estudiantes matriculados en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “César Abraham Vallejo Mendoza” de Bagua, de ambos sexos y pertenecientes a todos los ciclos de estudio, con un total de 367 estudiantes distribuidos como se muestra en la Tabla 1.

**Tabla 1***Distribución de la población de estudio*

	Hombres		Mujeres		Total	
	N	%	N	%	N	%
Educación Inicial	2	0,54%	70	19,07%	72	19,62%
Educación Inicial Intercultural Bilingüe	2	0,54%	49	13,35%	51	13,90%
Educación Primaria Intercultural Bilingüe	31	8,45%	42	11,44%	73	19,89%
Matemática	59	16,08%	33	8,99%	92	25,07%
Educación Física	60	16,35%	19	5,18%	79	21,53%
Total	154	41,96%	213	58,04%	367	100,00%

*Fuente:* Dirección de la Institución educativa

El muestreo fue probabilístico aleatorio simple, por lo tanto, todos los participantes tuvieron la posibilidad de ser elegidos como para de la muestra, la cual siguió la siguiente fórmula para determinar la cantidad de participantes:

$$\frac{N \times Z^2 \times p \times q}{e^2(N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

dónde:

N = 367

q = 0,5

Z = 1,96

e = 0,05

p = 0,5

Reemplazando:

$$\frac{367 \times 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2(367 - 1) + 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$\frac{1409,87 \times 0,25}{0,0025 (366) + 3,84 \times 0,25}$$

$$\frac{352,47}{0,915 + 3,84 \times 0,25}$$

$$\frac{352,47}{1,87} = 188$$

Como criterios de inclusión se consideró a aquellos estudiantes que se encontraron en la institución superior al momento de la aplicación y que contaron con matrícula activa en el ciclo académico. Se excluyó a quienes no llenaron correctamente los instrumentos y quienes no desearon integrar la investigación. Luego del procesamiento estadístico y en función a los criterios de selección, la muestra quedó conformada por 188 personas.

Se llama técnica al recurso necesario para recolectar datos en una investigación (Arias, 2006), en este caso se utilizó la encuesta que se define como un procedimiento mediante el cual se explora uno o más atributos en un contexto específico permitiendo generar una valoración cuantitativa de la variable.

El primer instrumento fue la escala de ansiedad social elaborado por Liebowitz en el año 1987 en Estados Unidos, la adaptación a nivel nacional la desarrollaron Odar y Saavedra (2021) en la ciudad de Piura. La prueba mide el nivel de ansiedad o miedo, así como la frecuencia de evitación en contextos sociales, cuenta con un total de 24 reactivos de tipo Likert. Está destinado para personas de 16 a 65 años, se puede aplicar de manera personal o colectiva con un tiempo aproximado de 15 minutos. En relación a confiabilidad de la versión original, se llevó a cabo a través del estadístico Omega de McDonald consiguiendo valores superiores a 0.93 para las dimensiones y la escala total. Las propiedades psicométricas de la adaptación peruana se llevaron a cabo con jóvenes universitarios mayores de 18 años, obteniendo validez de contenido mediante el criterio de jueces expertos indicando valores adecuados en lo concerniente a coherencia, relevancia y pertinencia. El análisis factorial confirmatorio reflejó valores de .70 a .80 para cada uno de los ítems, finalmente se halló confiabilidad superior a .90 en las dimensiones haciendo uso del estadístico Omega de McDonald (Odar y Saavedra, 2021).

El segundo instrumento fue la Escala de Phubbing creada por Karadag et al., (2015), traducida al español por Blanca y Bendayan (2018) y validada en Perú por Zarzosa en Huaraz (2021). La prueba tiene por finalidad determinar los comportamientos phubbing presentes y caracterizados por la atención recurrente al teléfono móvil mientras se encuentra desarrollando una conversación o alguna otra interacción con una o más personas, dejando de lado la comunicación. Cada pregunta tiene cinco opciones de respuesta que van desde Nunca (1) hasta

Siempre (5), son un total de 10 premisas que se distribuyen en dos dimensiones, la primera se denomina alteración de la comunicación y la segunda obsesión por el celular, siendo aplicable a personas universitarias de 17 a 25 años de Huaraz. En relación a las propiedades psicométricas de la adaptación peruana, se encontró la confiabilidad mediante el método denominado consistencia interna del coeficiente Omega, hallando para el presente modelo valores de  $\omega = .81$  a  $.91$ .

En cuanto a la recolección de datos, se llevaron a cabo las coordinaciones requeridas con la Institución Superior a fin de dar a conocer las características del trabajo a realizar, generando un acuerdo entre las partes corroborándolo en la recepción de la solicitud de aplicación emitida por la escuela; por último, se brindaron horarios y espacios donde puedan ingresar a desarrollar las actividades propuestas. A continuación, se aplicaron los instrumentos en la muestra de manera grupal, luego de ello se verificaron que los protocolos estén llenados correctamente, estos puntajes fueron digitalizados a una plantilla en el programa Excel para obtener así los valores para cada una de las dimensiones con sus respectivos niveles o categorías.

Una vez completada la recolección de datos, se exportaron al software estadístico SPSS (versión 27) con el objetivo de realizar la prueba de normalidad que permitió identificar que los datos contaron con una distribución no normal por tanto se eligió el estadístico no paramétrico Spearman para encontrar las correlaciones en función a los objetivos, considerando en todo momento las normas APA en su séptima edición para la presentación de tablas, figuras e interpretaciones según convenga.

Se ejecutó toda la investigación a partir de los lineamientos descritos en los artículos 5 y 6 del código de ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán para el desarrollo de investigaciones, además de seguir los principios que describe el Informe Belmont y la declaración de Helsinki respecto a las investigaciones que involucran a seres humanos como muestra, teniendo así el principio de no maleficencia el cual se puso en práctica teniendo respeto en lo que cada persona decida sobre su participación en el estudio, evitando bajo cualquier modalidad que perciba daño alguno. Otro criterio es el respeto, evidenciándose a través de la presentación del consentimiento informado, documento que permitió corroborar la

voluntariedad y conocimiento de los participantes respecto de la investigación (Belmont, 1978).

### III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1. Resultados

**Tabla 1**

*Relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*

Ansiedad social	Phubbing	
	$r_s$	sig.
	.300	.000**

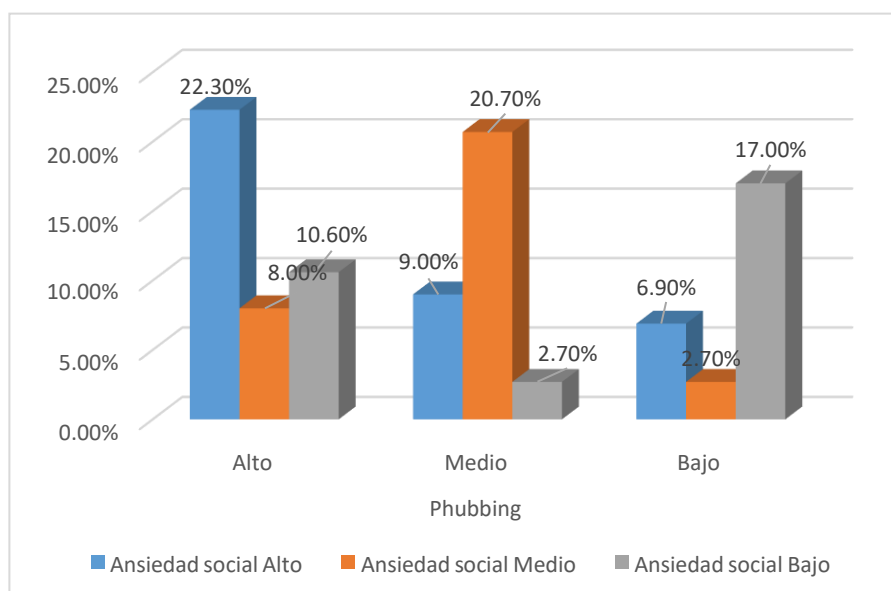
*Nota. \*\* $p < .01$  correlación altamente significativa*

#### **Interpretación:**

En la tabla 1 se muestran los resultados obtenidos con el estadístico Spearman, cuyo valor es de  $r_s = .300$  y  $p = .000$  ( $p < .01$ ), esto indica que existe relación directa y altamente significativa, es decir, a mayor nivel en ansiedad social, mayores manifestaciones de Phubbing, lo cual sugiere que aquellos con niveles más altos de ansiedad social tienden a recurrir más al uso de sus dispositivos móviles como una forma de evitar interacciones sociales estresantes, buscando comodidad emocional, enfrentando dificultades en la comunicación interpersonal.

## Figura 1

*Relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*



En la figura 1 se observa que un 22.3% se encuentra en nivel alto de Phubbing y también de Ansiedad social, además el 20.7% se ubica en nivel medio de Phubbing y Ansiedad social, finalmente, el 17% se halla en nivel bajo en ambas variables, esto indica que hacen uso de los dispositivos móviles como un mecanismo de afrontamiento maladaptativo, como una forma de escapar temporalmente de las situaciones sociales que les generan ansiedad.

**Tabla 2**

*Relación entre Ansiedad social y la dimensión disrupción de la comunicación de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023.*

Ansiedad social	Disrupción de la comunicación	
	$r_s$	sig.
	.296	.000**

*Nota. \*\* $p < .01$  correlación altamente significativa*

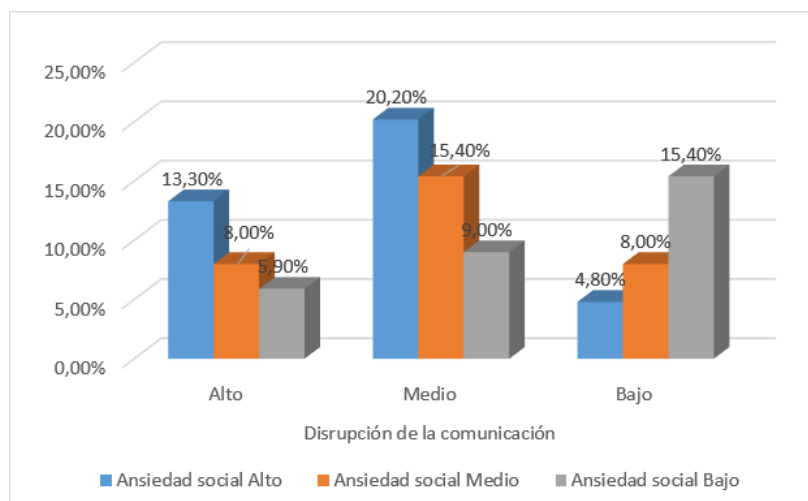
**Interpretación:**

En la tabla 2 se muestran los resultados obtenidos con el estadístico Spearman, cuyo valor es de  $r_s = .296$  y  $p = .000$  ( $p < .01$ ) evidenciando la existencia de relación directa y altamente significativa entre las variables, es decir, a mayor nivel en ansiedad social, mayores niveles de disrupción en la comunicación, esto indica que aquellos con niveles más altos de ansiedad social tienen dificultades para expresar sus sentimientos y preocupaciones en situaciones sociales, lo que conduce a una comunicación interrumpida o ineficaz de su ansiedad, pudiendo afectar la capacidad de percibir y procesar adecuadamente las señales sociales.



## Figura 2

Relación entre Ansiedad social y la dimensión interrupción de la comunicación de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023



En la figura 2 se observa que un 13.3% se encuentra en nivel alto de Disrupción de la comunicación y en Ansiedad social, además el 20.2% se ubica en nivel medio de disrupción en la comunicación y en nivel alto de ansiedad social, finalmente, el 15.4% se halla en nivel bajo en ambas variables, esto indica, que las manifestaciones de ansiedad social no solo repercuten en dificultades para expresar sus sentimientos y preocupaciones en situaciones sociales, sino también en una interrupción significativa en su capacidad de comunicarse efectivamente en tales contextos.

**Tabla 3**

*Relación entre Ansiedad social y la dimensión obsesión por el celular de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*

Ansiedad social	Obsesión por el celular	
	$r_s$	sig.
	.247	.000**

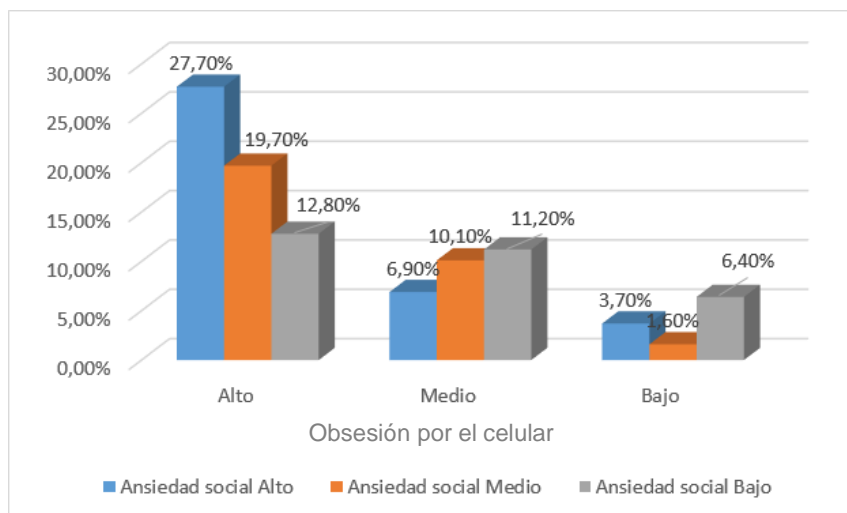
*Nota. \*\* $p < .01$  correlación altamente significativa*

**Interpretación:**

En la tabla 3 se muestran los resultados obtenidos con el estadístico Spearman, cuyo valor es de  $r_s = .247$  y  $p = .000$  ( $p < .01$ ), esto indica que existe relación directa y altamente significativa, es decir, a mayor nivel en ansiedad social, mayor obsesión por el celular, es decir, las personas con niveles más altos de ansiedad social tienden a recurrir más al uso excesivo del celular como una forma de manejar sus sentimientos de incomodidad o estrés en situaciones sociales, identificando al dispositivo celular como una herramienta que proporciona distracción o escape temporal de las preocupaciones sociales, ofreciendo una sensación de seguridad en momentos de ansiedad.

### Figura 3

*Relación entre Ansiedad social y la dimensión obsesión por el celular de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*



En la figura 3 se observa que un 27.7% se encuentra en nivel alto de obsesión por el celular y en Ansiedad social, además el 11.2% se ubica en nivel medio de obsesión por el celular y en nivel bajo de ansiedad social, mientras que, el 6.4% se halla en nivel bajo en ambas variables, esto indica que, un gran porcentaje de participantes percibe al uso excesivo del celular como una forma de lidiar con sus sentimientos de ansiedad en situaciones sociales, buscando distracción o consuelo en sus dispositivos

**Tabla 4**

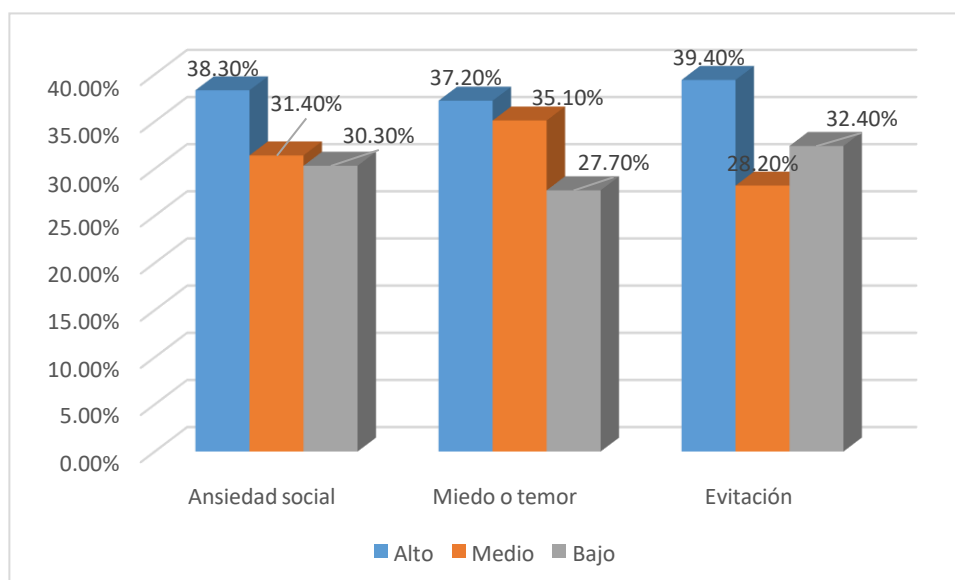
*Niveles de Ansiedad social en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*

Niveles	Ansiedad social	Miedo o temor	Evitación
Alto	38.3%	37.2%	39.4%
Medio	31.4%	35.1%	28.2%
Bajo	30.3%	27.7%	32.4%

*Nota.* Datos obtenidos mediante la Escala de Ansiedad social

**Figura 4**

*Niveles de Ansiedad social en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*



*Nota.* Datos obtenidos mediante la Escala de Ansiedad social

En la tabla 4 y figura 4 se observa que existe una mayor cantidad de participantes en el nivel alto en ansiedad social (38.30%), en la dimensión miedo o temor (37.2%) y en la dimensión evitación (39.4%), esto indica que gran parte de estudiantes refleja miedo elevado y permanente ante contextos sociales, además podría indicar que enfrentan desafíos significativos en su capacidad para relacionarse y desenvolverse en entornos sociales

**Tabla 5**

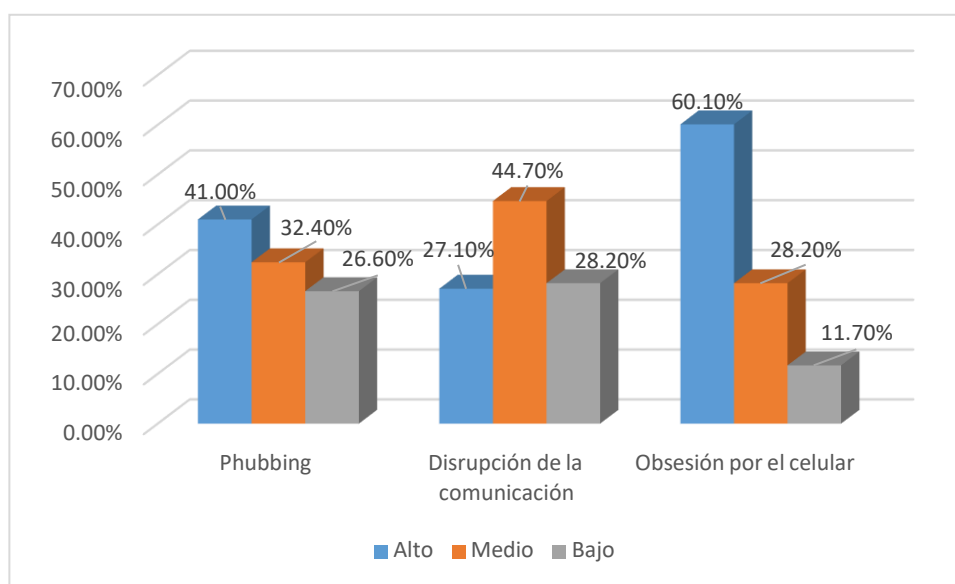
*Niveles de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*

Niveles	Phubbing	Disrupción de la comunicación	Obsesión por el celular
Alto	41.0%	27.1%	60.1%
Medio	32.4%	44.7%	28.2%
Bajo	26.6%	28.2%	11.7%

Nota. Datos obtenidos mediante la Escala de Phubbing

**Figura 5**

*Niveles de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023*



Nota. Datos obtenidos mediante la Escala de Phubbing

En la tabla 5 y figura 5 se observa que existe un alto índice de estudiantes con niveles altos en la dimensión obsesión por el celular (60.10%), de igual forma en la variable Phubbing con un 41% en este mismo nivel; por otra parte, en la dimensión disrupción a la comunicación, existe mayores puntuaciones en el nivel medio representado por el 44.7%, esto indica, que una gran parte de los estudiantes experimentan una fuerte dependencia o vínculo emocional con sus dispositivos móviles, manifestado por un uso excesivo o compulsivo.

### 3.2. Discusión

Considerando el objetivo general: Determinar la relación entre Ansiedad social y Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, se aplicó el coeficiente Rho de Spearman, obteniendo una correlación baja entre la ansiedad social y phubbing alcanzando un valor de  $\rho = .300$ . Asimismo, se halló un valor de significancia de 0.00, menor a 0.01, lo cual determina que dicha relación es altamente significativa lo que corrobora la hipótesis de la investigación. Este resultado se asemeja a la investigación realizada por Tovar (2020) cuyo objetivo fue identificar la relación entre phubbing y las relaciones interpersonales en estudiantes de una universidad en la ciudad de Ambato, Ecuador, siendo de enfoque cuantitativo, tipo correlacional en una muestra de 188 participantes de 18 a 26 años; el procesamiento estadístico encontró un valor rho de Spearman de  $-.782$  y significancia de  $.000$  es decir menor a  $.01$  por tanto se observa correlación altamente significativa y directa entre las variables, ante esto concluye que la mayor presencia de phubbing repercute en el establecimiento inadecuado de relaciones en el ámbito social perjudicando la interacción con otras personas y generando desagrado al encontrarse en entornos sociales.

Sin embargo, difiere con la investigación realizada por Holguin y Masabanda (2019), cuyo objetivo fue identificar la asociación entre phubbing y autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes de una institución superior de Ecuador, la cual fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel correlacional en una muestra no probabilística de 163 participantes. En sus resultados halló con el coeficiente de correlación de Pearson, un valor de  $-.065$  y significancia de  $.411$ , es decir, mayor a  $.05$  por lo cual no se corrobora la hipótesis de investigación puesto que no existe correlación significativa entre las variables, concluyendo que la presencia de indicadores altos de Phubbing no reflejan incidencia en la dificultad para exteriorizar las características a la hora de una interacción social.

Según lo descrito se puede aportar que, pese a que se ha observado la presencia de relación significativa entre las variables generales demostrando la incidencia negativa que produce el phubbing para limitar la adecuada interacción interpersonal y la evitación de situaciones sociales, existe evidencia empírica que no ha logrado confirmar dicha afirmación, por tanto, resultaría importante

profundizar en la evaluación de otros factores o variables que puedan intervenir como las diferencias entre sexos o edades, las condiciones socio-familiares, las características personales, entre otras, que permitan generar indicadores más específicos.

En función al primer objetivo específico: Identificar los niveles de Ansiedad social en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, obteniendo como resultados relevantes en ansiedad social que el 38.3% se ubica en nivel alto y 31.4% en nivel medio, mientras que en la dimensión miedo o temor el 37.2% se encuentra en nivel alto y 35.1% en nivel medio; por otra parte, el 39.4% se halla en nivel alto y 28.2% en nivel medio. Este resultado guarda relación con lo encontrado en la investigación de Oviedo y Palomino cuyo objetivo fue determinar la asociación entre habilidades sociales y ansiedad social en universitarios en una universidad Arequipeña, en una muestra de 300 participantes mayores de 18 años y de ambos sexos, de los cuales el 53.7% presentó un nivel moderado de ansiedad social, 22% nivel grave y 24.3% nivel leve, concluyendo que la mayoría de los universitarios evidenciaron temor excesivo cuando se encuentran dentro de situaciones sociales.

Tras estos resultados se describe, según lo planteado por Vivanco et al. (2020), que la mayoría de estudiantes presentan nivel medio o superior, es decir, experimentan complicaciones para desenvolverse en contextos sociales, manifestando signos físicos como enrojecimiento en el rostro, exceso de transpiración, temblor en las extremidades superiores, náuseas, complicaciones para sostener conversación, sensación de ser observados en todo instante, juzgados por los demás y sobre todo perciben que su desenvolvimiento o desempeño no es el correcto o adecuado, teniendo expectativas muy altas de la interacción social y poca seguridad en lo que pueden hacer. De acuerdo con las dimensiones planteadas por Liebowitz (1997), las manifestaciones pueden estar determinadas por las dimensiones de temor a situaciones sociales o evitación en dichos escenarios.

Respecto al segundo objetivo específico: Identificar los niveles de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, hallando como resultados relevantes que en Phubbing el 41% se ubica en nivel alto y 32.4% en

nivel medio, mientras que en la dimensión interrupción de la comunicación un 44.7% en nivel medio y 27.1% en nivel alto; por otra parte, en la dimensión obsesión por el celular un 60.1% en nivel alto y 28.2% en nivel medio. Este resultado difiere con lo encontrado por Vicente (2020) en su investigación cuyo objetivo fue determinar las diferencias del nivel de Phubbing entre estudiantes de dos universidades de Lima en una muestra de 400 participantes de ambos sexos de 17 a 25 años, de los cuales el 53.5% se ubicó en nivel bajo y el 44.3% en nivel medio, esto indica que la gran mayoría de estudiantes reflejan tendencia de nivel medio a bajo respecto a la actitud de ignorar a otras personas por prestar atención al dispositivo móvil. De igual forma se contrapone a lo encontrado por Holguin y Masabanda (2019), quienes encontraron en una muestra de 163 estudiantes de una institución educativa de Ecuador que el 64% en nivel medio y 32% en nivel bajo respecto al Phubbing.

Si bien la evidencia en estas investigaciones refleja contraposición con lo obtenido, este resultado indica que los estudiantes tienden a interactuar y estar más atentos a lo que encuentran en su Smartphone, lo cual coincide con lo planteado por Rodríguez et al. (2019) respecto a las expresiones evitativas de los jóvenes, pues señalan que en los últimos años una de las actividades más utilizadas es el uso de dispositivos móviles para mantenerse comunicados, lo que significa un riesgo de no ser manejado de forma adecuada, especialmente cuando se encuentran en lugares genuinos de interacción y optan por priorizar los contenidos digitales.

Teniendo en cuenta el tercer objetivo específico: Conocer la relación entre Ansiedad social y la dimensión interrupción de la comunicación de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, se aplicó el coeficiente Rho de Spearman, obteniendo una correlación baja entre la ansiedad social y la dimensión interrupción de la comunicación de Phubbing alcanzando un valor de  $\rho = .296$ . Asimismo, se halló un valor de significancia de 0.00, menor a 0.05, lo cual determina que dicha relación es altamente significativa. Este resultado se asemeja al estudio desarrollado por Medina et al. (2020) cuyo objetivo fue identificar la relación entre el uso de smartphones y las relaciones interpersonales



en universitarios, se encontró que existe una preferencia por interactuar mediante los dispositivos celulares que entablar una comunicación genuina frente a frente.

Además, coincide con lo hallado en la investigación de Yax (2018) cuyo objetivo fue analizar el phubbing y habilidades sociales, encontrando relación negativa y significativa con un valor 0.510 y sig. bilateral de 0.009, concluyendo que indicadores altos de Phubbing conllevan a manifestar deficiencias para sostener comunicación espontánea y dinámica con otras personas, limitando el diálogo e interacciones saludables.

Teniendo en cuenta los resultados discutidos se observa que la naturaleza de las variables tiene un enfoque distinto en cuanto a su dirección, sin embargo, la valoración cuantitativa y cualitativa permiten determinar un aporte sustancial respecto a similitudes en sus hallazgos, señalando que aquellas personas que sufren de ansiedad social a menudo tienen un miedo irracional a ser criticados o rechazados por los demás, por lo cual pueden presentar actitudes excesivas con el uso del dispositivo celular como una especie de evitación ante situaciones sociales.

En consideración del cuarto objetivo específico: Conocer la relación entre Ansiedad social y la dimensión obsesión por el celular de Phubbing en estudiantes de un Instituto Superior de la ciudad de Bagua, 2023, se aplicó el coeficiente Rho de Spearman, obteniendo una correlación baja entre la ansiedad social y phubbing alcanzando un valor de  $\rho = -0.247$ . Asimismo, se halló un valor de significancia de 0.00, menor a 0.05, lo cual determina que dicha relación es altamente significativa. Este hallazgo guarda relación con lo encontrado en la investigación realizada por Thomas (2019) cuyo estudio identificó la relación entre ansiedad y el uso de celulares en una muestra de 245 estudiantes de los tres últimos grados de secundaria en una institución educativa de República Dominicana, donde encontró relación significativa y directa entre con un valor  $r = 0.285$  y sig. bilateral 0.013, esto determinó que la actitud obsesiva por la manipulación del celular genera experiencias negativas asociadas a síntomas de ansiedad.

El contraste de los resultados permite identificar la presencia de valoraciones similares tanto a nivel cuantitativo y cualitativo, aun cuando se trata de dos poblaciones de características poblaciones diferentes, manifestando un intenso miedo y malestar en situaciones sociales, donde la persona teme ser juzgada, ante

lo cual hace uso excesivo del dispositivo celular que puede llevar a la persona a descuidar sus responsabilidades y relaciones personales, experimentando la necesidad de estar cerca de su teléfono obviando lo que ocurre a su alrededor.

#### IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

##### 4.1. Conclusiones

En función al objetivo general se determinó a través del estadístico Spearman que existe correlación **positiva media** consiguiendo un valor de 0.300, asimismo, se obtuvo un sig. bilateral de 0.000 entre ansiedad social y phubbing, con lo cual se acepta la hipótesis de investigación.

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico se determinó mediante el análisis descriptivo que existe un mayor número de participantes con nivel alto en ansiedad social y sus dimensiones, representados por 38.3% para la escala total, 37.2% en miedo o temor y 39.4% en evitación.

En consideración del segundo objetivo específico se determinó mediante el análisis descriptivo que existe predominio de nivel alto en la variable phubbing con 41.0% y obsesión por el celular con 60.1%, mientras que en la dimensión interrupción de la comunicación se identificó a un 44.7% en nivel medio.

En relación al tercer objetivo específico se determinó a través del estadístico Spearman que existe correlación **positiva media** consiguiendo un valor de 0.296, asimismo, se obtuvo un sig. bilateral de 0.000 entre ansiedad social y la dimensión interrupción de la comunicación, con lo cual se determina la relación altamente significativa entre las variables.

En torno al cuarto objetivo específico se determinó a través del estadístico Spearman que existe correlación **positiva media** consiguiendo un valor de 0.247, asimismo, se obtuvo un sig. bilateral de 0.000 entre ansiedad social y la dimensión obsesión por el celular, con lo cual se determina la relación altamente significativa entre las variables.

#### 4.2. Recomendaciones

Se sugiere a las autoridades de la institución realizar abordajes cognitivo-conductuales a través de la articulación con establecimientos de salud, para trabajar en base a identificar los pensamientos distorsionados relacionados con la ansiedad social, así aprender a reemplazar los pensamientos desajustados por otros más realistas y adaptativos mediante técnicas de exposición gradual para enfrentar situaciones sociales temidas.

Se recomienda a las autoridades de la institución gestionar con instituciones del área de salud mental el desarrollo de programas bajo el enfoque cognitivo-conductual a través del entrenamiento en habilidades sociales centrándose en desarrollar habilidades necesarias para interactuar de manera efectiva haciendo uso de estrategias para sostener conversaciones, para reducir la ansiedad y promover mayor confianza en sí mismo, mediante la práctica y el feedback constructivo.

Se recomienda a las autoridades de la institución, articular actividades con establecimientos de salud mental especializados para el desarrollo de estrategias cognitivo-conductuales como el establecimiento de límites y reestructuración cognitiva, para establecer límites claros y realistas con respecto al uso del celular en situaciones sociales, enseñando a identificar las reglas y los momentos en los que se permitirá el uso del celular y aquellos en los que se abstendrá de hacerlo, como durante comidas, reuniones o conversaciones importantes.

Se sugiere a las autoridades de la institución, implementar actividades bajo el enfoque cognitivo-conductual como la técnica de gestión del tiempo y priorización, para establecer límites de tiempo durante las interacciones sociales, así aprender a gestionarlo adecuadamente priorizando las conversaciones e interacciones, trabajando en identificar y cuestionar los pensamientos y las creencias que puedan llevar a la falta de atención o a la interrupción de la comunicación.

Se recomienda a las autoridades de la institución, realizar actividades psicológicas desde el enfoque cognitivo-conductual como la técnica de conciencia plena (mindfulness), centrándose en desarrollar la conciencia plena del uso del celular y sus efectos, contribuyendo a tomar conciencia mediante la práctica de la

conciencia plena para reducir la impulsividad y la respuesta automática hacia el celular, permitiendo una pausa reflexiva antes de tomarlo o revisarlo.

## REFERENCIAS

- Álvarez, J., y Meza, C. (2022). Ansiedad y adaptación a la pandemia en México: Un estudio transversal. *Interacciones*, 8(22), 1-10.  
<https://dx.doi.org/10.24016/2022.v8.242>
- Arias, F. (2006). *Introducción a la Técnica de Investigación en ciencias de la Administración y del Comportamiento*, 3ª. ed., Ed. Trillas, México.
- Bados, L., (2009). *Fobia Social: naturaleza, evaluación y tratamiento*. Síntesis.  
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/115727/1/Fobia%20social.pdf>
- Beck, A., Emery, G. y Greenberg, R. (2014). *Trastorno de Ansiedad y Fobias-Una perspectiva cognitiva*. Descleé De Brouwer, S.A.  
<https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433027108.pdf>
- Belmont, K. (1978). *Metodología de la investigación*. Editorial. Martel
- Blanca, M., y Bendayan, R. (2019). Spanish version of the Phubbing Scale: Internet addiction, Facebook intrusion, and fear of missing out as correlates. *Psicothema*. 30. 449-454.
- Caballo, V. (1995). Fobia Social. En V. E. Caballo (Ed.). *Manual de psicopatología y trastornos psiquiátricos*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V., Salazar, I., Garrido, L., Irurtia, M. y Hofmann, S. (2018). *Programa de Intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS): libro del terapeuta*. Madrid: Pirámide.
- Cano V., A., y Tobal, J. (2011). Emoción y salud. *Ansiedad y estrés*. 7(2), 111-121.
- Capilla, E., y Cubo, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación con el bienestar psicológico. *Revista de Medios y Educación*, 1(50), 173-185.  
<http://www.redalyc.org/pdf/368/36849882012.pdf>
- Castillo, M., Tenezaca, J., y Mazón, J. (2022). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*. 15(3), 59-68. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.07>

- Cisneros, L. y Robles, S. (2017). *¿Para qué utilizan el celular en el aula, los estudiantes universitarios?* XIV Congreso Nacional de Investigación Educativa (COMIE). San Luís Potosí, México.
- Clark, D. y Wells A. (1995). *A cognitive model of social phobia*, Social Phobia.
- Escavy, V. (2014). Newsletter Redes sociales y Tics; *Revista electrónica de Conapa*. 5(1), 25-37.
- Fernández, O., Jiménez, B., Alfonso, R., Sabina, D., y Cruz, J. (2012). Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. *MediSur*, 10(5), 466-479.
- García, L. (2013). *Tratando trastorno de ansiedad social* (1ra Ed). Pirámide
- González, P., Gutiérrez, B., Muñoz, J., Molina, E., Rivera, M. y Cervilla, J. (2021). Epidemiología de la fobia social en Andalucía. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2021.09.006>
- Guba, E. y Lincoln, Y.S. (1982). *Effective evaluation*. San Francisco: Jossey-Bass
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Mac Graw Hill Education.
- Holguin, B. y Masabanda, M. (2020). *Phubbing y autoexpresión en situaciones sociales en los estudiantes de bachillerato general unificado de la unidad educativa "CAP. Edmundo Chiriboga*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Ecuador.  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6344>
- Huaranga, E. y Yactayo, M. (2019). *Uso problemático de redes sociales, bienestar psicológico y soledad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/9672>
- Ifinedo, P. (2016). Applying uses and gratifications theory and social influence processes to understand students' pervasive adoption of social networking sites: Perspectives from the Americas. *International Journal of Information Management*, 36 (2), 192-206. <https://doi.10.1016/j.ijinfomgt.2015.11.007>

- IPSOS (2019). *Hábitos, usos y actitudes hacia la telefonía móvil*.  
[https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/publication/documents/2019-11/elcomercio\\_2019-11-18\\_04\\_2.pdf](https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/publication/documents/2019-11/elcomercio_2019-11-18_04_2.pdf)
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, BM y Babadağ, B. (2015). Determinantes de phubbing, que es la suma de muchas adicciones virtuales: A modelo de ecuación estructural. *Journal of Behavioral Addictions*, 4 (2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Liebowitz M. (1997). Panic disorder as a chronic illness. *J. Clin. Psychiatry*. 58(13), 5–8
- McCANN. D. (2013). Phubbing – A word is born.  
<https://mccann.com.au/project/phubbing-a-word-is-born/>
- Medina, A. y Regalado, M. (2021). Phubbing: el otro rostro de la COVID-19. *SEMERGEN*, 47(6). 426-431 <https://doi.org/10.1016/j.semereg.2021.05.001>
- Medina, A., Luy, C. Tolentino, R. y Gozar, R. (2020). Los smartphones en las relaciones interpersonales de los estudiantes universitarios. *Revista Studium Veritatis*, 18(24). 137-152. <https://doi.org/10.35626/sv.24.2020.319>
- Medina, G., y Veytia, M. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 2123-2138.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i1.1639](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639)
- Mejía, E. y Parra, J. (2019). *Uso de dispositivos móviles y ansiedad en estudiantes del Tnstituto Tecnológico Superior San Gabriel*. Riobamba. [Tesis de licenciatura, Universidad de Chimborazo], Ecuador.  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/5346>
- Miller, A. y Kelly, L. (2015). The presence of cell phones in romantic partner face-to-face interactions: An expectancy violation theory approach. *Southern Communication Journal*, 80(4), 253– 270.  
<https://doi.org/10.1080/1041794X.2015.1055371>



- Navas, O., y Vargas, M. (2012). Trastornos de ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Médica de Costa Rica y Centroamerica LXIX* (604), 497-507. <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>
- Obregon, M (2015). Phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes. [Tesis de grado para licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Obregon-Maria.pdf>
- Odar, A. y Saavedra, J. (2021). Propiedades psicométricas de la Escala de Ansiedad Social de Liebowitz en jóvenes adultos de la ciudad de Piura-Perú, 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/86208>
- Oviedo, Z. y Palomino, E. (2021). *Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid-19 en universitarios, Arequipa*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica San Pablo], Perú. <http://hdl.handle.net/20.500.12590/17198>
- Ponce, J., Arredondo, K., y Mera, M. J. (2021). Ansiedad social: Intervención desde la terapia de aceptación y compromiso a propósito de un caso. *Revista Científica Arbitrada En Investigaciones De La Salud GESTAR*, 4(8), 104-129. <https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0035>
- Resett, S., y González, C, P. (2020). Propiedades psicométricas de una Escala de Phubbing en una muestra argentina. *Revista Evaluar*, 20(2), 69-84.
- Rodríguez, M., Diaz, M., Agostinelli, J., y Daverio, R. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*, 17(2), 211-235. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612019000200001&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200001&lng=es&tlng=es).
- Salazar, J. (2020). *Dificultades interpersonales y ansiedad social en estudiantes de Educación Superior de Villa El Salvador*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1277>
- Soto. P., (2015). *Phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes* [Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/ObregonMaria.pdf>

- Sundel, M., (2011). *Modificación de conducta humana: introducción sistemática a los conceptos y aplicaciones*. Limusa Ediciones
- Thomas, M. (2019). *Trastorno de la ansiedad asociado al uso de teléfonos celulares en estudiantes de los últimos grados de secundaria del Instituto San Juan Bautista de La Salle*. [Tesis de posgrado, Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña]. República Dominicana.  
<https://repositorio.unphu.edu.do/handle/123456789/3624>
- Tovar, K. (2020). *El phubbing y las relaciones interpersonales en los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato], Ecuador.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/31205>
- Velástegui, M., Touriz, M., Caluña, W. y Herrera, J. (2022). Depresión y Ansiedad en Universitarios por Covid-19. *Polo del Conocimiento*. 7(2). 2324-2348.  
<https://dx.doi.org/10.23857/pc.v7i2.3709>
- Vicente (2020). *Phubbing en estudiantes de administración de dos universidades públicas Lima y Cañete*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Lima. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/3986>
- Vivanco, A., Saroli, D., Caycho, T., Carbajal, C., y NoéGrijalva, M. (2020). Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23(2), 197-215.  
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>
- Yax, J. (2018). *Phubbing y habilidades sociales*. [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar], Guatemala.  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Yax-Jacoba.pdf>
- Zarzosa, R. (2021). *Evidencias psicométricas de la Escala de Phubbing (EP) en universitarios de Huaraz*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/86806>

## ANEXOS




### ANEXO 01: ACTA DE REVISIÓN DE SIMILITUD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo **Dra. López Ñiquen Karla Elizabeth** docente del curso de **Investigación II** del Programa de Estudios de **Psicología** y revisor de la investigación de las estudiantes, **Quispe Olano Deily Aracely, Ramirez Quiroz Marycruz del Rosario**, titulada:

#### **ANSIEDAD SOCIAL Y PHUBBING EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR DE LA CIUDAD DE BAGUA, 2023**

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del **13%**, 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 y de investigación en la Universidad Señor de Sipán S.A.C., aprobada mediante Resolución de Directorio N° 145-2022/PD-USS.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

López Ñiquen Karla Elizabeth	DNI: 43661974	
------------------------------	---------------	---

Pimentel, 27 de Julio de 2023.



## ANEXO 02: ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR

Yo **Delgado Vega Ana Paula**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° **0646-2023/FADHU-USS**, del proyecto de investigación titulado **ANSIEDAD SOCIAL Y PHUBBING EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO SUPERIOR DE LA CIUDAD DE BAGUA, 2023**, desarrollado por las estudiantes **Quispe Olano Deily Aracely, Ramirez Quiroz Marycruz del Rosario**, del programa de estudios de **Psicología**, acredito haber revisado, realizado observaciones y recomendaciones pertinentes, encontrándose expedito para su revisión por parte del docente del curso.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Delgado Vega Ana Paula (Asesora)	DNI: 43661974	
Quispe Olano Deily Aracely (Autor 1)	DNI: 46860553	
Ramirez Quiroz Marycruz del Rosario (Autor 2)	DNI: 70889149	

Pimentel, 14 de mayo de 2024

### ANEXO 03: PRUEBA DE NORMALIDAD

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
AS	,064	188	,056	,981	188	,011
Phubbing	,073	188	,016	,980	188	,008
Disrup	,080	188	,005	,984	188	,030
Obsesión	,093	188	,000	,983	188	,023

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

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Interpretación:** Luego de obtener los puntajes directos por cada dimensión y variables, se realizó la prueba de normalidad, considerando que la cantidad de personas es de 188 (mayor a 50), se utilizó el estadístico Kolmogorov-Smirnov, se observó valores menores a .05 (distribución no normal) y mayores a .05 (distribución normal), esta variación en los valores conlleva a decidir por el uso de un estadístico no paramétrico Spearman.

## ANEXO 04: INSTRUMENTOS

### Escala de Ansiedad Social de Liebowitz (LSAS)

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Carrera: \_\_\_\_\_

Instrucciones: A continuación, se presenta la escala de ansiedad social, dividida en dos partes. Elegir el nivel de ansiedad y evitación para cada una. Utilizar las opciones de los siguientes cuadros. Recomendamos rellenar primero una columna y luego la otra.

<b>Miedo o Ansiedad</b>	<b>Evitación</b>
0= Nada de miedo o ansiedad	0= Nunca lo evito
1=Un poco de miedo o ansiedad	1= En ocasiones lo evito
2=Bastante miedo o ansiedad	2= Frecuentemente lo evito
3=Mucho miedo o ansiedad	3=Habitualmente lo evito

N°	Situaciones sociales	Miedo o Ansiedad	Evitación
1	Llamar por teléfono en presencia de otras personas		
2	Participar en grupos pequeños		
3	Comer en lugares públicos		
4	Beber con otras personas en lugares públicos		
5	Hablar con personas que tienen autoridad		
6	Actuar, hacer una representación o dar una charla ante un público		
7	Ir a una fiesta		
8	Trabajar mientras le están observando		
9	Escribir mientras le están observando		
10	Llamar por teléfono a alguien que no conoce demasiado		
11	Hablar con personas que usted no conoce demasiado		
12	Conocer gente nueva		
13	Orinar en servicios públicos		
14	Entrar a una sala cuando el resto de la gente ya está sentada		
15	Ser el centro de la atención		
16	Intervenir en una reunión		
17	Hacer un examen, test o prueba		
18	Expresar un desacuerdo o una desaprobación a personas que usted no conoce demasiado		
19	Mirar a los ojos a alguien que usted no conoce demasiado		
20	Exponer un informe a un grupo		
21	Intentar conquistar a alguien		
22	Devolver una compra a una tienda		
23	Realizar una fiesta		
24	Resistir la presión de un vendedor insistente		

## ESCALA DE PHUBBING (EP)

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Carrera: \_\_\_\_\_

Instrucciones: Este cuestionario tiene como propósito recaudar información sobre el Phubbing. Esta será de mucha importancia para poder analizar y tomar medidas preventivas que contrarresten este problema. La información brindada es completamente anónima. Llena los espacios en blanco con una (X) donde corresponda a tu respuesta.

1	2	3	4	5
Nunca (N)	Casi Nunca (N)	Algunas veces (AV)	Casi Siempre (CS)	Siempre (S)

N°	Ítems	N	CN	AV	CS	S
1	Estoy pendiente de mi teléfono móvil cuando estoy en compañía de otras personas.					
2	Estoy ocupado/a con mi teléfono móvil cuando estoy con mis amigos/as.					
3	Otras personas se quejan sobre mi uso del teléfono móvil.					
4	Estoy ocupada con mi móvil cuando estoy con mis familiares.					
5	A mi pareja le molesta que este ocupado/a con el móvil (o familiares, si no tienes pareja).					
6	Mi teléfono móvil está a mi alcance.					
7	Lo primero que hago al despertarme es mirar mis mensajes en el móvil.					
8	Me siento vacío/a sin mi móvil.					
9	Cada día aumenta mi uso del teléfono móvil.					
10	El tiempo que dedico a actividades sociales, personales o profesionales se reduce por el tiempo que uso el móvil.					

## ANEXO 05: Operacionalización de Variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Valores finales	Tipo	Escala
Ansiedad social	Miedo elevado y permanente ante contextos sociales donde según la percepción del individuo radica una valoración negativa de terceros generando la aparición de patrones evitativos ante dichas situaciones de malestar (Liebowitz, 1987).	Fue medido mediante la escala de ansiedad social de Liebowitz (1987), validada en Perú por Odar y Saavedra (2021), a través de la suma de puntajes obtenidas en las dos dimensiones: temor o ansiedad y evitación.	Temor o ansiedad	Ansiedad, temor en contextos sociales Temor o ansiedad en momentos de ejecución Evitación de las situaciones sociales	1 – 24	Escala de Ansiedad Social de Liebowitz (LSAS)	Alto Medio Bajo	Categórica	Ordinal
			Evitación	Evitación de situaciones de ejecución	1 - 24				



Phubbing	Es un signo de adicción de composición pluridimensional por la amplia variedad de aplicaciones que se encuentran dentro de un dispositivo móvil, por tanto, no puede limitarse a una sola actividad exclusiva (Karadag et al., 2015).	Se evaluó mediante la escala de Phubbing elaborada por Karadag et al., (2015) validada por Zarzosa (2021), a través de la suma de puntajes obtenida en las	Disrupción de la comunicación	Usar el móvil estando con otras personas	1 - 5	Escala de Phubbing (EP)	Alto Medio Bajo	Categórica	Ordinal
		dos dimensiones: Disrupción de la comunicación y Obsesión por el celular.	Obsesión por el celular	Preferencia del móvil en lugar de otras actividades	6 - 10				