

**Impacto del Uso de Redes Sociales en la Autoestima de los  
Adolescentes de 12 a 15 Años, y la importancia que tiene en  
la construcción de su identidad personal.**

**TESINA**

**Que para obtener el título de  
Licenciado en Psicología General**

**PRESENTA**

**Enoc Villaney Cruz Méndez**

**PROFESOR(A) DE TESIS**

**Samantha Krystal Seribey Alfonso**



**Comitán de Domínguez, Chiapas. Enero 2025**





**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Impacto del Uso de Redes Sociales en la Autoestima de los  
Adolescentes de 12 a 15 años, y la importancia que tiene en  
la construcción de su identidad personal.**

**TESINA**

**Que para obtener el título de  
Licenciado en Psicología General**

**PRESENTA**

**Enoc Villaney Cruz Méndez**

**PROFESOR(A) DE TESIS**

**Samantha Krystal Seribey Alfonzo**

**Autorización de la versión final**

**Comitán de Domínguez, Chiapas. Enero 2025**

## Dedicatoria

## Índice

## Introducción

Las redes sociales se han convertido en una herramienta de interacción constante entre personas de todo el mundo, y en las generaciones más jóvenes, incluso se ha convertido en una extensión fundamental de su vida social. Estas plataformas digitales son verdaderamente útiles en muchos aspectos, pero también pueden dar lugar a la aparición de fenómenos psicológicos adversos a tener en cuenta, sobre todo en los niños y adolescentes.

En la actualidad son cada vez más los jóvenes que hacen uso constante de estos espacios virtuales, y precisamente por ello es necesario entender el modo en el que las redes sociales afectan a la salud mental de los adolescentes.

Al día de hoy, todos los adolescentes tienen cuentas en diferentes redes sociales, y hacen uso de ellas de la forma más normalizada posible. Ha pasado a formar parte de un nuevo proceso social durante la adolescencia, siendo consideradas extrañas aquellas personas que no sean usuarias de redes o que no tengan el permiso paterno/materno para ello.

Sin embargo, paralelamente a este fenómeno, han aumentado los estudios en relación a la manera en la que las redes sociales pueden tener un impacto sobre la salud mental, especialmente en adolescentes, un grupo de edad más vulnerable a estas debido a su etapa del desarrollo. Las redes sociales pueden ser factores desencadenantes de problemas de autopercepción, promoviendo la comparación con otras personas de forma constante y la fijación por los likes o la aceptación ajena.

En la presente investigación, se busca analizar y entender el **impacto del uso de redes sociales en la autoestima de los adolescentes de 12 a 15 años, y la importancia que tiene en la construcción de su identidad personal**. La autoestima y la identidad personal son dos conceptos psicológicos importantes en la salud mental de los adolescentes; juegan un papel fundamental en la formación del autoconcepto de cada adolescente durante la construcción de la personalidad en esta etapa del desarrollo.

## **Planteamiento del problema**

Actualmente, se conoce que el uso prolongado de algunos dispositivos móviles genera considerables problemas de salud física y mental en las personas, pasar horas y horas navegando por Internet o haciendo algún trabajo en particular mediante cualquier dispositivo, ha llevado a muchas personas a presentar dichos problemas.

Cuanto mas el uso incorrecto de estos no podría causar problemas en la salud mental de los adolescentes, específicamente en el uso excesivo de las diferentes plataformas digitales que están al alcance de ellos.

Las redes sociales pueden tener tanto impactos positivos como negativos, todo depende del modo en que los adolescentes utilicen estas herramientas. Pero, se ha visto que el mal uso de estas plataformas ha afectado negativamente la autoestima de los adolescentes hoy en día.

Son diversos los factores que pueden llevar a un adolescente a presentar baja autoestima y al rechazo de si mismo, no aceptarse con sus características físicas. A medida que se profundice en esta investigación, se espera lograr un análisis correcto de estos factores y entender la forma en que afecta a esta esfera del desarrollo de un adolescente.

### **Pregunta general:**

¿Qué impacto produce el uso de redes sociales en la autoestima de los adolescentes de 12 a 15 años, y de qué manera se puede orientar a cada uno de ellos para que no se vean afectados por el uso de estos medios digitales?

### **Preguntas específicas:**

¿Cuáles son los factores que pueden afectar la autoestima de los adolescentes por el uso de las redes sociales?

¿Por qué es importante analizar y entender el impacto del uso de redes sociales en los adolescentes?

¿Cómo brindar una orientación adecuada para ayudar a cada adolescente a tener una autoestima basada de acuerdo a su realidad?

**Objetivo general:**

Describir el impacto que produce el uso de redes sociales en la autoestima de los adolescentes, y la importancia que tiene en la construcción de su identidad personal.

Objetivos específicos:

Identificar los factores que pueden contribuir a que los adolescentes sean afectados en estas áreas debido al uso de cualquiera de las plataformas digitales que están a su disposición.

Describir la importancia que tiene conocer cómo influye en la autoestima de los adolescentes, y la importancia que tiene en la construcción de su identidad personal, el uso de las redes sociales en los adolescentes.

Determinar las medidas o sugerencias que se pueden ofrecer a cada adolescente para no caer en este problema al sumergirse en el mundo de las redes sociales.

**Hipótesis:**

El uso de redes sociales tiene un impacto mayormente negativo en los adolescentes, especialmente en la autoestima que están formando en esta etapa de su vida. La adolescencia es una de las etapas mas complejas de toda persona, en ella ocurren cambios significativos a nivel cognitivo, emocional, físico y en las relaciones interpersonales. Justamente en este proceso de cambios, cada adolescente esta construyendo una identidad personal, la cual inevitablemente se ve favorecida o afectada por la influencia de los demás; las redes sociales son, por ende, medios digitales influyentes en la vida de los adolescentes, que impactan a la construcción del autoconcepto de si mismos de forma positiva o negativamente.



## **Justificación**

Esta investigación pretende explicar y dar a conocer el impacto del uso de redes sociales en la autoestima de los adolescentes, y la importancia que tiene en la construcción de su identidad personal. Tiene como finalidad alcanzar a la población adolescente de 12 a 15 años en particular, pero además busca llegar al conocimiento de la misma por todos los adolescentes en general.

Por otro lado, busca informar a la sociedad actual la forma en que el uso de estas plataformas digitales impacta a la salud mental de las generaciones más jóvenes. Uno de los objetivos que tiene, es que los adolescentes puedan entender que el mal uso o la falta de conocimiento acerca de cómo funcionan estos medios de interacción virtual, puede afectar la manera en que ellos perciben su realidad, y debido a ello, generar problemas en su autoestima y la construcción de su identidad personal.

## **Marco teórico**

### **Antecedentes de la investigación**

#### **Bases teóricas**

(Teorías y autores)

#### **Bases legales**

(Leyes que respaldan la investigación)

#### **Definición de términos básicos**

**Redes sociales.** Las redes sociales son plataformas digitales que permiten la interacción con otras personas, ya sea compartiendo contenido o siguiendo a personas conocidas. Además, también es una forma de seguir a celebridades o influencers y participar en comunidades virtuales en torno a temáticas de interés.

Las redes sociales permiten experimentar una sensación de pertenencia y validación social, sobre todo en la edad adolescente. Los adolescentes pueden compartir sus experiencias, opiniones y logros, y recibir likes y comentarios que refuerzan su autoestima.

**Autoestima.** La autoestima es el conjunto de percepciones, valoraciones y apreciaciones que una persona tiene sobre sí misma. Representa una actitud que

implica aceptar, respetar y valorar las características personales, tanto físicas como psicológicas, y que influye en la manera de pensar, sentir y actuar.

La autoestima se construye a lo largo de toda la vida a partir de múltiples factores, especialmente de la relación con la familia y el entorno social. Es un componente dinámico y esencial de la personalidad, que puede fortalecerse o debilitarse con el tiempo.

**Adolescencia.** La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años. Normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años. En cada una de estas etapas se presentan cambios fisiológicos (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), estructurales (anatómicos), psicológicos (integración de la personalidad e identidad) y la adaptación a los cambios culturales y/o sociales.

**Identidad personal.** La identidad personal es el conjunto de características que definen a un individuo y le permiten reconocerse a sí mismo como un ente distinto y diferenciado de los demás. Se refiere al concepto que cada persona desarrolla sobre sí misma y que evoluciona a lo largo del tiempo.

La identidad es una construcción que se compone de valores, metas y creencias, con las que la persona establece un compromiso. Incluye la personalidad, el carácter y los rasgos personales, configurando así la “esencia” de un individuo.

### **Definición conceptual de las variables**

## Bibliografía

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/como-redes-sociales-afectan-salud-mental-adolescentes>

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/como-afectan-redes-sociales-a-autoestima-de-adolescentes>

<https://www.som360.org/es/pregunta-experto/como-impactan-redes-sociales-autoestima>

<https://concepto.de/autoestima/#ixzz8yaS3pwfC>

<https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-adolescencia#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20adolescencia%3F,-Centro%20Nacional%20para&text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,de%2015%20a%2019%20a%C3%B1os>

<https://concepto.de/identidad-personal/#ixzz8yelrfW6e>