

**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



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

A Dios y a la vida por todas las bendiciones y oportunidades que me han dado en el camino, por abrirme puertas en cada paso de esta meta por alcanzar como persona y para ser un profesional.

A mi madre, por su infinito apoyo y sus consejos en los momentos que necesitaba de su compañía y comprensión.

A cada maestro/a que me ayudaron a seguir avanzando con este sueño, por motivarme compartiendo conmigo sus propias experiencias.

A mis amigos, por nunca dejar de confiar en mí, por estar presentes en cada circunstancia que ha sido difícil en mi vida.

A mi amiga y compañera Rosa María, por ser la persona que me ha apoyado en toda la carrera universitaria con muchas cosas que he necesitado.

Índice

Contenido

Dedicatoria	4
Introducción	6
Capítulo I: El problema	8
1.1- Planteamiento del problema	8
1.1.1- ¿Qué son las redes sociales?	8
1.1.2- Impacto de las redes sociales en la autoestima	9
1.1.3- Efecto de las redes sociales en la salud mental	10
1.1.4- La adolescencia	11
1.2- Pregunta general:	12
1.3- Objetivo general:	13
1.4- Justificación	13
1.5- Hipótesis:	14
Capítulo II: Marco teórico	14
2.1- Antecedentes de la investigación	14
2.2 Bases teóricas	22
2.3- Bases legales	24
2.4- Definición de términos básicos	25
2.5- Definición conceptual de las variables	26
Capítulo III: Marco metodológico	27
3.1- Diseño y tipo de investigación	27
3.2- Población y muestra	27
3.3- Procedimientos para la selección de la muestra	27
3.4- Técnicas e instrumentos	27
Capítulo IV: Propuesta	28
4.1- Propuesta de solución al problema	28
4.2- Conclusión	28
4.3- Bibliografía	28
4.4- Anexos	28

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.

La investigación se divide en cuatro capítulos, en cada uno de ellos se espera presentar la información necesaria, clara y precisa de los conceptos más importantes de la investigación a realizar.

En el capítulo I: Se plantea el problema de investigación, se formulan las preguntas de esta investigación, se describen el objetivo (general y específico), se hace una justificación y una hipótesis del problema.

En el capítulo II: Se abarca cada elemento importante del marco teórico, los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y legales, la definición de los términos básicos y de las variables.

En el capítulo III: Se describe el marco metodológico utilizado para presentar y lograr alcanzar los objetivos de la investigación, los métodos empleados y los pasos que se deben tomar en cuenta para resolver el problema presentado. Se presentan el diseño y el tipo de investigación, la población y muestra, los procedimientos para la selección de la muestra y las técnicas e instrumentos utilizados.

En el capítulo IV: Se integra en este último capítulo, la propuesta de solución al problema, la conclusión al que se llega con toda la información obtenida y estudiada en la presente investigación, la bibliografía y los anexos.

Capítulo I: El problema

1.1- 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 más 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 sí mismo en distintos ámbitos de su vida. 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.

1.1.1- ¿Qué son las redes sociales?

Aunque actualmente prácticamente todo el mundo conoce las redes sociales y es usuario/a de ellas, vamos a proponer una pequeña definición para entrar en materia. 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. Actualmente, las redes se están convirtiendo en la primera forma en la que nos enfrentamos al mundo. Generando una personalidad de Internet es la forma mediante la cual desarrollamos nuestro autoconcepto y aprendemos las formas de relacionarnos con otras personas, aunque sea principalmente de forma digital. Las redes se convierten en un escaparate para mostrarte y descubrir el mundo que te rodea, y esto puede entrañar peligros o dificultades para la salud mental, principalmente para la autoestima.

1.1.2- Impacto de las redes sociales en la autoestima.

La autoestima es una evaluación subjetiva que una persona hace de su propio valor, y es un componente crucial del bienestar emocional y psicológico, especialmente durante la adolescencia. En esta etapa de la vida, la autoestima puede ser altamente influenciada por las experiencias vividas y por las interacciones con el entorno.

La autoestima permite a los adolescentes afrontar desafíos con confianza, establecer relaciones positivas y mantener una actitud equilibrada hacia sí mismos y hacia la vida. Sin embargo, factores externos, como las redes sociales, pueden tener gran un impacto en la forma en que los adolescentes se perciben a sí mismos.

- Comparación social constante. Los adolescentes están expuestos a imágenes y publicaciones que a menudo presentan vidas idealizadas y perfectas. Este tipo de contenido puede hacer que los jóvenes se sientan insuficientes, ya que comparan sus vidas reales con las versiones editadas y seleccionadas de otros. Esta comparación puede llevarles a experimentar sentimientos de inferioridad y baja autoestima.
- Validación externa. Las redes sociales fomentan una dependencia de la validación externa (opinión de los otros). Los "me gusta", comentarios y seguidores se convierten en indicadores de valor personal para muchos

adolescentes. Por ello, la falta de interacción o recibir comentarios negativos, pueden desencadenar sentimientos de rechazo y disminuir la autoestima.

- **Distorsión de la realidad.** Las imágenes retocadas y las publicaciones cuidadosamente seleccionadas distorsionan la percepción de la realidad. Los adolescentes pueden sentir la presión de alcanzar una apariencia física o un estilo de vida que no es realista. Esta presión puede llevar a problemas de imagen corporal y, en algunos casos, a desórdenes alimenticios.
- **Sobreexposición.** También preocupa la constante presencia de la vida diaria de los adolescentes en sus perfiles de redes sociales, compartiendo constantemente los momentos destacados y actividades emocionantes. Esto puede generar la sensación de estar perdiéndose algo (FOMO) o de no estar a la altura de las expectativas sociales, generando ansiedad y dependencia de la validación externa que se genera en estos canales virtuales.

1.1.3- Efecto de las redes sociales en la salud mental.

El uso de redes sociales ha revolucionado la forma en que los adolescentes se comunican, pero también ha planteado nuevos desafíos para su salud mental:

- **Ansiedad y Depresión**

Numerosos estudios han encontrado una correlación entre el uso intensivo de redes sociales y el aumento de los niveles de ansiedad y depresión entre los adolescentes. La necesidad de estar presente en línea de manera continuada y recibir validación inmediata y positiva junto con la exposición a determinado tipo de contenido, hace que los adolescentes presenten con mayor probabilidad sintomatología ansiosa o depresiva.

- **Ciberacoso**

El acoso en línea, que incluye la difusión de rumores, amenazas y comentarios ofensivos, puede causar un profundo estrés emocional, ansiedad y depresión. En algunos casos extremos, el ciberacoso ha llevado a comportamientos autolesivos y suicidio.

- Aislamiento Social

A pesar de que las redes sociales están diseñadas para conectar a las personas, su uso excesivo puede llevar al aislamiento social. Los adolescentes que pasan más tiempo interactuando en línea que en persona pueden desarrollar habilidades sociales deficientes y sentir una desconexión con el mundo real. Este aislamiento puede agravar problemas de salud mental y reducir las oportunidades de establecer relaciones sociales significativas.

1.1.4- La adolescencia.

La adolescencia es una etapa de construcción y cambios significativos a varios niveles: se producen cambios neurofisiológicos, cognitivos, emocionales, corporales y relacionales. Todos estos cambios implican un salto cualitativo en el desarrollo y, a esto, lo llamamos adolescencia.

Cada niño y niña necesita hacer una integración de dichos cambios. Hablaríamos de autoconcepto para referirnos al resultado cognitivo o a la idea que tendrán los ahora adolescentes de sí mismos. Y hablaríamos de autoestima para referirnos al resultado emocional o al sentir de esa integración de cambios.

La autoestima y el autoconcepto se relacionan de forma circular, de tal manera que la idea que tienen de sí mismos influye en su sentir, y las emociones que van experimentando en relación con estos cambios influye en la idea de sí mismos.

Cuando las emociones que experimenta un adolescente en relación con estos cambios son excesivamente intensas, desagradables, desbordantes o no gestionables, se van construyendo ideas negativas sobre uno mismo. Y estas ideas van activando más estados emocionales desagradables.

Este proceso suele influir en todas las áreas del desarrollo: en la socialización, el autocuidado, las conductas de riesgo, el desempeño escolar, la sexualidad o la salud mental.

Los formatos de comunicación previos a la llegada de las redes sociales influían y siguen influyendo sobre los adolescentes de forma importante. El proceso

psicológico más habitual a través del cual se ven influenciadas es la identificación con referentes: antes futbolistas, cantantes, actores y actrices, y ahora también, *youtubers, influencers, instagramers, tiktokers, streamers...*

Pero las redes sociales constituyen un nuevo medio de conexión y de relación entre iguales con códigos, canales y dinámicas particulares.

Por un lado, son un medio real y central en la vida de los adolescentes. Las películas, anuncios o la radio no son formas de interconexión. Esta es una de las grandes diferencias.

La socialización, la búsqueda de grupo social o la necesidad de pertenencia son elementos cruciales en el desarrollo psicológico de los y las adolescentes. Los referentes de las redes establecen una relación más estrecha con ellos y ellas, se dirigen directamente a los y las adolescentes. Por tanto, están cubriendo esa necesidad psicológica tan activa en esta etapa del desarrollo.

Por otro lado, las redes son un medio de socialización entre iguales. Los medios convencionales no. Y es aquí donde se abre un nuevo universo digital de socialización que influye en el día a día del adolescente tanto o más que las interacciones sociales analógicas.

1.2- 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?

1.3- 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.

1.4- 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.

1.5- 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 más 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 está 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 sí mismos de forma positiva o negativamente.

Capítulo II: Marco teórico

2.1- Antecedentes de la investigación

La OMS destaca que la autoestima es un estado completo de bienestar y que tiene en cuenta el aspecto social, físico y psicológico. Destaca que no solo es que no existan problemas o enfermedades, sino que va más allá. Dependiendo de si nuestra autoestima es alta o es baja, vamos a obtener triunfos o fracasos, ya que

se cree que es la responsable de potenciar a la persona dándole seguridad y desarrollando sus habilidades. Las redes sociales han desarrollado un papel muy importante con respecto a la autoestima, ya que se ven afectados componentes como el autoconcepto, autoevaluación, autoaceptación y el autorrespeto.

El adolescente experimenta enormes cambios emocionales y conforme crece ello puede afectar de manera muy amplia a su alrededor, es decir, su relación con la familia, con los amigos, sus tareas diarias, sus proyectos a largo plazo, sus decisiones; las redes pueden tener gran parte de influencia en estos cambios y generar comportamientos que puedan derivar en conflictos para el desarrollo social y personal que experimenta el usuario. La forma en la que las redes sociales afectan a los adolescentes se ven reflejadas cuando éste comienza a tener una personalidad frágil, no se relaciona tanto con los familiares o en general sus relaciones se ven perjudicadas. Las redes sociales son las responsables de que el adolescente pierda su interacción con el entorno y que estos comiencen a perder su estímulo de relacionarse con personas en la realidad.

Diversos autores (Arab y Díaz, 2015; Echeburúa y Requesens, 2012; Koyuncu et al., 2014; Malak et al., 2017) afirman que los adolescentes son un grupo etario vulnerable frente al uso de Internet y de las redes sociales, como consecuencia de la transformación subjetiva que experimentan en esta etapa del ciclo vital, cuya tarea principal está ligada a la construcción de una identidad personal y socialmente validada. Las redes sociales y la virtualidad se presentan, entonces, como nuevos espacios de socialización configurando nuevas subjetividades.

Un estudio realizado por Ballesteros Guerra y Picazo Sánchez (2018) muestra que el 92% de la población adolescente cuenta con un perfil propio en las redes sociales. Es justamente a través de su perfil que los adolescentes narran una historia y buscan validarla a través de likes y comentarios, constituyendo una identidad digital en la que reflejan quiénes son o quiénes desearían ser, en un espacio, donde los límites entre lo público y privado se vuelven difusos (Sabater Fernández, 2014).

Mediante el uso de las redes sociales, los adolescentes ejercitan diferentes roles simultáneos para explorarse a sí mismos (Renau Ruiz et al., 2013) a fin de evaluarse

visualmente, en un intento de conciliar y validar lo visible con su narrativa interna (Walsh, 2017) y encontrar, además, un sentido de continuidad (Reese et al., 2010). El perfil del adolescente usuario se construye, se modifica y se actualiza en una narrativa plural con una audiencia real o imaginaria, en la que también intervienen los valores y demandas de la cultura contemporánea (Sibilia, 2008), mediatizadas por la estética hipertextual (Del Prete y Redon Pantoja, 2020).

Inmersos en el contexto actual de la globalización y la revolución tecnológica, los adolescentes se enfrentan al desafío de construir una identidad personal y posicionarse en el mundo social. Si bien en las redes sociales se construye una identidad digital que puede servir como espacio de exploración de la identidad personal, esto también puede generar mayor difusión de los límites propios, dificultando dicho proceso de construcción (Dans, 2015).

Diversas investigaciones exploran el impacto de las redes sociales en adolescentes, pero solo unas pocas dan cuenta de una relación causal entre la utilización de las mismas y el proceso de construcción de la identidad. Por tal motivo, se evidencia la importancia de profundizar el estudio de las narrativas digitales, para analizar la posible influencia de estas en la construcción de la identidad y, a partir de la revisión de la literatura, indagar en qué aspectos las mismas inciden en la identidad adolescente.

Por un lado, cabe destacar que, en los últimos años, el mundo ha experimentado una verdadera revolución tecnológica. La evolución de Internet ha traído cambios en la manera de buscar información, entretenerse e interactuar. Las redes sociales han tomado gran relevancia en la sociedad digital y han revolucionado las formas de interacción social como así también el tiempo de ocio (Arab y Díaz, 2015; Oliva Marañón, 2012). Al mismo tiempo, se constituyen como un espacio virtual de interacción social, donde los usuarios se crean un perfil con el objetivo de conectar e intercambiar información con otros usuarios (Quirós-Ramírez, 2018; Caldevilla Domínguez, 2010).

La interactividad e instantaneidad, como características fundamentales que brinda la virtualidad (Caldevilla Domínguez, 2010), se fueron ensamblando en la cultura y

en la forma de relacionarse y, por lo tanto, fueron modificando las relaciones presenciales (Oliva Marañón, 2012). No obstante, los sujetos no necesariamente sustituyen la comunicación personal por las relaciones virtuales, sino que se ensamblan estos dos ámbitos y se genera una prolongación de la comunicación al ámbito virtual (Sabater Fernández, 2014). Bohórquez López y Rodríguez-Cárdenas (2014) sostienen que las relaciones virtuales tienen menor intimidad, confianza, compromiso y pasión, pero que se genera el mismo grado de empatía y respeto que en las relaciones presenciales. Afirman que lo virtual no es menos verdadero, sino que las ciber relaciones son un fenómeno real.

Otra característica que brinda la virtualidad es que ofrece un espacio de personalización (Caldevilla Domínguez, 2010) y la posibilidad de crear identidades virtuales (Oliva Marañón, 2012). Se puede crear y editar un perfil en función de los deseos e intereses personales y, de ese modo, permiten al sujeto explorarse a sí mismo en distintos roles e identidades (Renau Ruiz et al., 2013). Sin embargo, también pueden suponer una interferencia en el proceso de construcción de la identidad, debido a que se pueden representar identidades no siempre emparejadas con la verdad, pero en la cual el yo narra el anhelo de ser alguien (Dans, 2015).

Por otro lado, y no menos relevante, los contextos sociales de los adolescentes contemporáneos difieren de los contextos de adolescentes de otras generaciones. En la era de la globalización y la sociedad líquida, se desdibujan las diferencias y los límites y hay un debilitamiento de los vínculos sociales (Crabay et al., 2016). En algunas familias, las relaciones entre padres e hijos se han vuelto simétricas, ya que los padres aspiran a los valores de la juventud, generando un debilitamiento de los valores tradicionales y las figuras de autoridad (Moreno Fernández, 2015).

En estos casos, la sana confrontación de los adolescentes con sus padres para generar autonomía se ve dificultada. Las formas de pasaje de la niñez a la adultez pasaron a ser organizadas por los adolescentes (Dubrowsky, 2012), lo que les ofrece mayor flexibilidad, pero, a su vez, implica un pasaje más solitario. Se observa que, a pesar de su mayor proactividad frente al proceso, efectúan soluciones de mayor inestabilidad y fragilidad (Brignoni, 2013).

Gomes-Franco y Sendín-Gutierrez (2014) realizaron una investigación a un grupo de adolescentes españoles de entre 15 y 17 años y observaron que aquellos que utilizan con mayor frecuencia las redes sociales, tienen mayor predisposición a presentar vínculos desgastados y/o conflictivos con sus padres y, por ende, prefieren contar con el apoyo de otros adolescentes. A su vez, el vínculo con el grupo de pares, característico de esta etapa, se ha extendido por la virtualización de las relaciones en las redes sociales al punto que, al igual que en las demás tecnologías digitales, han creado nuevos contextos sociales y comunicacionales (Quirós-Ramírez, 2018), generando nuevas formas de sociabilidad juvenil y la interacción virtual en simultáneo a través de múltiples pantallas (Morduchowicz, 2012).

Ante este escenario, las redes sociales se presentan como plataformas virtuales de interacción social en las que los sujetos crean un perfil y lo comparte con otros usuarios (Oliva Marañón, 2012). En estos espacios, los adolescentes expresan, exploran y construyen sus identidades. Observar la interacción en las redes sociales más empleadas por ellos, sus características y la atracción particular que generan en este grupo etario, resulta relevante para evaluar su incidencia en la identidad y en la forma en que experimentan sus amistades. Su importancia radica justamente en que estas contribuyen, junto con el grupo de pares, a la validación de la identidad (Davis, 2013).

Dicho de otro modo, la validación de la identidad transcurre hoy en día a través de una pantalla, ya que los perfiles creados en las redes sociales ofrecen un lugar para la exploración de la identidad y la exposición del yo. En algunos casos, hay una búsqueda desesperada del reconocimiento del otro con el fin de consolidar la autoestima y conseguir un sentido de sí mismo (Dans, 2015). Los cambios en las interacciones, la exhibición y consumo de la vida ajena mediante las redes alteran las experiencias subjetivas, que se ven demandadas por la mirada de los otros. Los usuarios muestran y exhiben su intimidad y buscan la aprobación a través de los likes. La intimidad se transforma en ex-timidad, tornando la construcción de la identidad en un proceso más complejo, múltiple y abierto (Sibilia, 2008).

Es así que los adolescentes emplean las redes sociales como escenarios para actuar, para contar y narrar historias mediante fotos, textos, videos y para expresar sus opiniones (Morduchowicz, 2012; Walsh, 2017). De ese modo, la mirada y el reconocimiento del otro en las redes sociales en línea, con likes, compartir o comentar, se vuelven moduladores de conductas personales e influyen en el autoconcepto, de acuerdo con la retroalimentación que se reciba (Arab y Díaz, 2015). Este hecho podría considerarse como un fenómeno de estetización de la identidad manifestada en los propios relatos y el de los otros con quienes interactúa (Rosa et al., 2016).

Es justamente a través de las redes sociales, donde los adolescentes desarrollan nuevas formas de ser y estar en el mundo, en algunos casos exacerbando y estilizando la identidad, pero, al mismo tiempo, perdiéndose en la inmensa red virtual, donde reinan los documentales de la vida de millones de usuarios (Sibilia, 2008). En cuanto al uso que los adolescentes hacen de las redes sociales, predominan el intercambio de fotos, videos y contenidos; el desarrollo de las relaciones sociales, tanto de amistades como de tipo amorosas; la autopresentación; y la exploración de la identidad personal (Correa y Vitaliti 2018; Del Barrio Fernández y Ruiz Fernández, 2014). A su vez, el tener ciertos tipos de contactos, número de seguidores o cantidad de likes en las redes sociales, hablan de la imagen, atractivo, prestigio o autenticidad del sujeto (Dans, 2015).

La rápida expansión del uso de las redes sociales se debe a su fácil accesibilidad y la posibilidad de conexión constante que ofrecen. Se han transformado en uno de los espacios de socialización más importantes para los adolescentes y se los identifica como el grupo más vulnerable frente a sus riesgos y peligros (Arab y Díaz, 2015; Koyuncu, et al., 2014; Malak, et al., 2017) como consecuencia de la falta de percepción de los riesgos característica en esta etapa (Morduchowicz, 2012).

Debido a la gran cantidad de tiempo que ocupan los adolescentes frente a las pantallas, el carácter de las redes sociales, como principal espacio de socialización, y la implicancia de la validación social para el desarrollo de la identidad, se percata la necesidad de profundizar sobre la incidencia de las redes sociales en la

construcción de la identidad adolescente. Un estudio de revisión bibliográfica sobre la temática realizado por Martínez-Libano et al. (2022) dio cuenta de que casi el 50% de los adolescentes encuestados dedica más de cuatro horas diarias a las redes sociales.

Asimismo, en un estudio cualitativo realizado por Herrera (2021), se advirtió que las principales motivaciones para el uso de las redes sociales implican el reconocimiento y aceptación de los pares, la expresión de las emociones y el autoconcepto. Cada red social propone al usuario un servicio y una plataforma virtual determinada, en donde crear un perfil y subir distintos tipos de multimedia. Se pueden categorizar las redes sociales online en cuatro tipos (Ballesteros Guerra y Picazo Sánchez, 2018; Oliva Marañón, 2012): las de carácter profesional como LinkedIn (plataformas de empleo) y/o Research Gate (colaboración científica); las de carácter personal, como Pinterest (plataforma para la inspiración artística), YouTube (para la publicación de videos) y WhatsApp (plataforma de mensajería instantánea); y las de carácter social, como Instagram, Facebook, Snapchat, Twitter, Tinder, Twitch, Tiktok.

La utilización de las redes sociales aumentó significativamente en los últimos años. La frecuencia de uso, las motivaciones y la elección de cada plataforma cambian año tras año, y cambian según qué población las utiliza. La edad constituye un elemento que influye en esta elección. En general, los adultos utilizan en mayor medida redes sociales de carácter profesional y, en cuanto a las de carácter social, se encuentran más activos en Facebook y Twitter. En cambio, en los adolescentes ha descendido en los últimos años el uso de las antes mencionadas (Correa y Vitaliti, 2018) y se observa un aumento de la popularidad de redes sociales con mayor exposición social como Instagram, YouTube, Tiktok y Twitch (García-Jiménez et al., 2020).

En un estudio sobre Instagram realizado por Jang et al. (2015), se comparó la utilización de esta red social entre adultos y adolescentes. Se observó que los adolescentes publican menor cantidad de fotos que los adultos, pero con mayor expresión y exposición social en el contenido multimedia elegido. A su vez, se

observó también, mayor actividad de este grupo etario en las redes en forma de likes, comentarios y etiquetados en fotos para interactuar con sus pares. A partir de estas interacciones, desarrollaron una cibercultura con nuevos códigos sociales (emoticones, memes, selfies, etc.).

La brecha digital puede presentarse como dificultad para los padres, quienes tienden a sentirse incapaces de transmitir a sus hijos la importancia del uso responsable de las redes sociales (Echebrúa y Requesens, 2012). Otro dato significativo es la diferencia que se advierte entre el uso que hacen mujeres y varones. Colás et al. (2013) presentan los resultados de un estudio realizado a 1.487 adolescentes españoles, en donde no se observan diferencias en la frecuencia del uso, pero sí en las causas para utilizarlas, demostrando que las mujeres tienen mayor motivación social y los hombres, mayor motivación emocional. Martínez-Libano et al. (2022) arribaron a resultados similares concluyendo que las mujeres utilizan más las redes sociales y la mensajería instantánea para socializar, mientras que los hombres prefieren juegos en línea.

Otro dato relevante es que las redes sociales más utilizadas en la actualidad difieren de las que solían utilizarse hace diez años atrás (Caldevilla Domínguez, 2010). Prendes Espinosa et al. (2015) realizaron una encuesta a 487 adolescentes de la universidad de Murcia. Los resultados indicaron a Facebook como la red social más utilizada con un ingreso diario del 64% y en segundo lugar Twitter, utilizada diariamente por el 46,3% de los encuestados.

No obstante, tres años después, Correa y Vitaliti (2018) publican un estudio con adolescentes argentinos en donde se observó que Instagram era la red social más utilizada y, luego, le seguían Facebook y Twitter. Con resultados similares, la encuesta de Ballesteros Guerra y Picazo Sánchez (2018) a adolescentes españoles de entre 13 y 16 años informó que las redes sociales más mencionadas fueron Instagram, WhatsApp, YouTube y Tinder. Dos años después, García-Jiménez et al., (2020) realizaron una encuesta a un grupo de adolescentes de Madrid, en la que se observó que la red social más utilizadas era Instagram, seguida por YouTube.

La masificación de los teléfonos móviles ha intensificado el uso de las redes sociales ya que les permite estar conectados todo el tiempo. En el estudio de García-Jiménez et al. (2020), el 74% de los adolescentes manifestaron utilizar las redes sociales diariamente, mientras que el 83% afirmó utilizar la aplicación WhatsApp. La edad de inicio del uso de las redes sociales es entre los 11 y 12 años y se correlaciona con la edad de compra del primer smartphone. El 60% de los adolescentes de esta edad son dueños de uno. Morduchowicz (2012) en la encuesta nacional de “Consumos y Prácticas Culturales de Adolescentes” presenta resultados similares. Se observó que el 90% de los adolescentes argentinos utiliza el teléfono para interactuar con pares, el 40% afirma estar conectado las “24 horas” y el 60% informa tener entre 3 a 5 pantallas en su cuarto. Estos resultados coinciden con los datos obtenidos por Ballesteros Guerra y Picazo Sánchez (2018), en donde el 92% declaró tener un perfil propio en las redes sociales y utilizar mensajería instantánea para hablar (91%) y organizar actividades (82,6%).

2.2 Bases teóricas

La adolescencia, como fenómeno y etapa del ciclo vital es y ha sido abordada desde diversos enfoques y disciplinas. Desde un enfoque psicológico, la misma puede ser definida como un período de transición entre el final de la infancia y el logro de la madurez (Lozano Vicente, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (2020), por su parte, define a la adolescencia como un período del desarrollo humano que comprende desde los 10 hasta los 19 años y que implica un pasaje de la infancia a la adultez. Esta etapa comienza con las transformaciones físicas de la pubertad y el abandono de la infancia, hasta constituir una identidad relativamente estable y obtener cierta independencia emocional y económica, como logros de una madurez biológica, psicológica y social (Moreno Fernández, 2015).

Erikson (1968) propone el término de moratoria psicosocial para referirse a la brecha entre la seguridad de la infancia y la independencia de la vida adulta, caracterizada por la libertad para explorar. Sin duda, en la adolescencia acaece una verdadera

metamorfosis. Se producen transformaciones en las dimensiones biológica, cognitiva, psicológica y social. Dichas transformaciones crean la necesidad de un reajuste de la identidad infantil, al mismo tiempo que la posibilitan. Si bien la construcción de la identidad es un proceso que dura toda la vida (Erikson, 1968; Santrock, 2020), la adolescencia es la etapa principal en su formación, debido a que el adolescente toma decisiones fundamentales con el objetivo de dar respuesta a la pregunta sobre quién es.

Asimismo, los adolescentes comienzan a apropiarse del sistema de creencias y valores del entorno, la moral se vuelve autónoma, se llevan a cabo elecciones vocacionales y/o profesionales, se define la identidad sexual y hay una ampliación del mundo socio-afectivo (Moreno Fernández, 2015). Si bien los padres continúan teniendo un rol significativo en esta etapa, la fidelidad hacia el grupo de pares toma un rol central como apoyo psicológico y como modelo de identificación. La mirada y la opinión del grupo de pares toman un rol relevante en la validación de la identidad y en el sentimiento de pertenencia (Davis, 2013; Davis, 2014; Echebrúa y Requesens, 2012). La identidad, por su parte, puede definirse como la percepción de la mismidad y continuidad de la propia existencia en el tiempo y en el espacio, reconocida tanto por el propio sujeto como por el entorno (Erikson, 1968). Se traduce en el descubrir quién se es, e implica una descripción que realiza el sujeto de sí mismo en relación a sus características físicas, su personalidad, sus habilidades y sus roles sociales para desarrollar una valoración de sí mismo, así como también, la conciencia de estar en el mundo (Griffa y Moreno, 2015). La construcción de la identidad se da a través de un interjuego entre factores personales y sociales. El modo en que el sujeto se percibe, el modo en que cree que lo perciben los demás y el modo en que lo define su entorno, generan distintas representaciones de sí mismo, que funcionan como fuentes para los modelos de identificación (Urbano y Yuni, 2016). Según las etapas propuestas por Erikson (1968), en cada una de ellas, se presenta una crisis emocional con dos posibles soluciones: una favorable y otra desfavorable (Brignoni, 2013). Si se transitan con éxito, se mantiene la continuidad y la cohesión interna y se empieza a desarrollar una biografía. Por otro lado, cuando hay una resolución desfavorable de la crisis de

identidad, el sujeto experimenta una confusión de roles y es incapaz de dar coherencia a su historia de vida. En estos casos, el sujeto puede aislarse o diluirse en la masa de sus pares (Santrock, 2020), lo que conlleva, a su vez, el riesgo de desintegración de la identidad. La etapa de la adolescencia es la instancia de mayor énfasis en el proceso de construcción de la identidad y es denominada Identidad vs Confusión de roles (Erikson, 1968). En esta etapa, el adolescente, comienza un proceso transitorio que se presenta en tres planos: el biológico, el psicológico y el social. A partir de la aparición de transformaciones corporales, surgen modificaciones identitarias y comienza una crisis de identificación consigo mismo. Asimismo, este proceso, implica la separación de viejos aspectos y la integración de nuevos. Las transformaciones que en esta etapa tienen lugar suponen una reelaboración de la validación del sí mismo y la reformulación de la identidad personal (Urbano y Yuni, 2016). En este período, existe la tendencia a explorar diferentes roles y personalidades con el objetivo de alcanzar un yo estable y encontrar un lugar en el mundo (Santrock, 2020). La resolución desfavorable de los duelos adolescentes, genera que el sujeto llegue a la vida adulta con una identidad lábil (Urbano y Yuni, 2016). Por ende, el desarrollo de una identidad integrada en la etapa de la adolescencia resulta crucial para el desarrollo psicosocial del adulto, debido a que supone la formación de vínculos personales y el desarrollo de una verdadera intimidad (Erikson, 1985). El proceso de construcción de la identidad no culmina en esta etapa, pero el logro de atravesar esta crisis implica un punto de madurez, que permite un ulterior desarrollo como adulto en sociedad (Ives, 2014)

2.3- Bases legales

En el artículo 6 de nuestra Constitución se establece que “El Estado garantizará el derecho de acceso a las tecnologías de la información y comunicación, así como a los servicios de radiodifusión y telecomunicaciones, incluido el de banda ancha e internet” (CPEUM, Art. 6).

Sobre este mismo derecho, en la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes se especifica que “Niñas, niños y adolescentes tienen derecho al acceso y uso seguro del Internet como medio efectivo para ejercer los derechos a

la información, comunicación, educación, salud, esparcimiento, no discriminación, entre otros, de conformidad con el principio de interdependencia [...]” (LGDNNA, Art. 101 Bis 2).

2.4- 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.

2.5- Definición conceptual de las variables

Variables cuantitativas

Variables cualitativas

Capítulo III: Marco metodológico

3.1- Diseño y tipo de investigación

abc

3.2- Población y muestra

abc

3.3- Procedimientos para la selección de la muestra

abc

3.4- Técnicas e instrumentos

abc

Capítulo IV: Propuesta

4.1- Propuesta de solución al problema

abc

4.2- Conclusión

abc

4.3- Bibliografía

abc

4.4- Anexos

abc