



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Título del Proyecto:**

**“INCIDENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES DE  
LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA,  
PERIODO ACADÉMICO SEMESTRAL MARZO – AGOSTO 2015”**

**Trabajo presentado como requisito para obtener el título de Licenciado en la  
especialidad de: Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar**

**Autor**

**ISRAEL ANTONIO GARCÍA NEIRA**

**Tutor**

**Lic. Santiago Torres P.**

**Año**

**2014 - 2015**

## CERTIFICACIÓN

**YO, LIC. SANTIAGO TORRES PEÑAFIEL, TUTOR DE LA TESIS Y DOCENTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO,**

### **CERTIFICA:**

Que la investigación, con el tema “INCIDENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO SEMESTRAL MARZO – AGOSTO 2015” , realizado por el señor Israel Antonio García Neira ,estudiante de la Carrera de Psicología Educativa, es el resultado de un proceso riguroso, realizado bajo mi dirección y asesoría permanente; por lo tanto, cumple con todas las condiciones teóricas y metodológicas exigidas por la reglamentación pertinente, para su presentación y sustentación ante los miembros del tribunal correspondiente.



Lic. Santiago Torres Peñafiel.

**TUTOR**

## MIEMBROS DEL TRIBUNAL

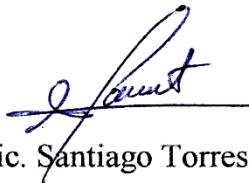
Los miembros del tribunal examinador revisan y aprueban el informe de investigación, con el título: “INCIDENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO SEMESTRAL MARZO – AGOSTO 2015”, trabajo de tesis de la Carrera de Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar, aprobado a nombre de la Universidad Nacional de Chimborazo por el siguiente tribunal examinador del estudiante Israel Antonio García Neira.



Dr. Vinicio Paredes  
Presidente del Tribunal



MSc. Juan Carlos Marcillo  
Miembro del Tribunal

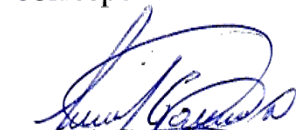


Lic. Santiago Torres  
Tutor de Tesis

## **AUTORÍA**

El presente trabajo investigativo, previo a la obtención del Título de Licenciado en: Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar, es original y basado en el proceso anteriormente establecido por la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías.

Los criterios en el informe de investigación sobre; “INCIDENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO SEMESTRAL MARZO – AGOSTO 2015”, como también los contenidos, ideas, análisis y conclusiones, son de exclusiva responsabilidad del autor y los derechos del mismo le corresponden a la Universidad Nacional de Chimborazo.

  
**Israel García**  
CI. 060397885-9

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a mi esposa Staphy y a mi hijo Martín quienes con su amor y comprensión me apoyaron para culminar este paso en mi vida personal, ellos son mi fuerza y mi valentía para seguir adelante, a mis padres y hermanos por su apoyo moral y en especial a Dios por darme la sabiduría, la paciencia y la clave que necesito para alcanzar con éxito todos mis sueños.

**Israel García**

## **RECONOCIMIENTO**

A la Universidad Nacional de Chimborazo, a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, y en especial a la Carrera de Psicología Educativa por brindarme las puertas del saber por medio de excelentes Educadores que fueron mi guía en mi formación humana y profesional, conjuntamente con el Lic. Santiago Torres quien aportó significativamente en la orientación de esta investigación

**Israel García**

## ÍNDICE GENERAL

Portada .....	I
Certificación.....	II
Autoría .....	III
Dedicatoria.....	IV
Reconocimiento .....	VI
Índice general.....	VII
Resumen.....	2
Introducción .....	3

### CAPÍTULO I

1. MARCO REFERENCIAL .....	4
1.1. Planteamiento del problema.....	4
1.2. Formulación del problema .....	5
1.3. OBJETIVOS .....	5
1.3.1. General.....	5
1.3.2. Específicos .....	5
1.4. Justificación e importancia .....	6

### CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO .....	7
2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIONES ANTERIORES CON RESPECTO DEL PROBLEMA QUE SE INVESTIGA.....	7
2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	7
2.2.1 Fundamentación filosófica .....	7
2.2.2. Fundamentación psicológica.....	7
2.2.3. Fundamentación axiológico. ....	8
2.2.4. Fundamentación psicopedagógico. ....	9
2.2.5. Fundamentación sociológica.....	9
2.2.6. Fundamentación legal. ....	9
2.3. INTERNET. ....	10
2.3.1. Red. ....	11
2.3.2. Social.....	12
2.3.3. Concepto Personal De Redes Sociales.....	12

2.3.4.	Funcionamiento de las redes sociales.....	13
2.3.5.	Origen de las redes sociales.....	14
2.3.6.	El auge de las redes sociales.....	16
2.3.7.1	Facebook .....	18
2.3.7.2	Twitter .....	19
2.3.7.3.	Yahoo answers. ....	20
2.3.7.4	Myspace. ....	21
2.3.7.5.	Taringa .....	22
2.3.7.6	Linkedin. ....	22
2.3.7.7	Windows live messenger.....	23
2.3.8.	Ventajas y desventajas.....	23
2.3.8.1	Ventajas de las redes sociales.....	23
2.3.8.2	Desventajas de las redes sociales .....	24
2.3.9.	Influencia de los medios de comunicación en el uso de las redes sociales. ....	25
2.4.	ESTADOS EMOCIONALES .....	26
2.4.1.	Definición de estados emocionales .....	26
2.4.2.	Elementos que construyen una emoción. ....	26
2.4.3.	La inteligencia emocional .....	27
2.4.4.	Las emociones y el proceso emocional .....	28
2.4.5.	El proceso emocional en el cerebro.....	30
2.4.6.	Los diferentes tipos de emociones.....	31
2.4.7.	Descripción de las emociones .....	32
2.4.8.	Clasificación de las emociones.....	33
2.4.8.1	El miedo .....	33
2.4.8.2	La ira .....	33
2.4.8.3	La tristeza .....	34
2.4.8.4	El asco .....	34
2.4.8.5	La felicidad.....	34
2.4.8.6	La sorpresa .....	34
2.4.8.7	La ansiedad.....	35
2.4.8.8	La hostilidad.....	35
2.4.8.9	El amor/cariño .....	35
2.4.8.10	La vergüenza .....	36
2.4.8.11	El desprecio y el odio .....	36
2.4.8.12	La culpa .....	36
2.4.8.13	El amor propio o dignidad.....	36
2.4.8.14	La simpatía .....	36
2.4.8.15	El orgullo.....	36
2.4.8.16	La admiración.....	36
2.4.8.17	La envidia.....	37



2.4.8.18	La indignación.....	37
2.4.8.19	La congratulación.....	37
2.4.8.20	La compasión.....	37
2.4.9.	Autoconciencia emocional.....	37
2.4.10.	El manejo de las emociones y estrategias para su control.....	37
2.4.10.1	La respiración.....	38
2.4.10.2	La relajación.....	38
2.4.10.3	La visualización.....	39
2.4.10.4	La meditación.....	39
2.5.	DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.....	39
2.6.	VARIABLES.....	41
2.6.1.	variable independiente.....	41
2.6.2.	variable dependiente.....	41
2.7	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	42

### CAPÍTULO III

3.	MARCO METODOLÓGICO.....	43
3.1.	Método.....	43
3.2.	Diseño de la investigación.....	43
3.3.	Tipo de investigación.....	43
3.4.	Tipo de estudio.....	44
3.5.	Población y muestra.....	44
3.5.3.	Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	44
3.6.	Técnicas para procedimiento e interpretación de datos.....	44

### CAPÍTULO IV

	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	45
--	--	----

### CAPITULO V

5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	58
5.1.	CONCLUSIONES.....	58
5.2.	RECOMENDACIONES.....	59
	BIBLIOGRAFÍA.....	60
	WEBGRAFÍA.....	61
	ANEXOS.....	62

## ÍNDICE DE TABLAS

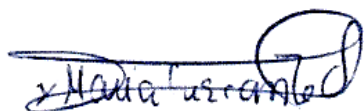
Tabla 1	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	42
Tabla 2	ESTRATOS .....	45
Tabla 3	ESTRATOS EDAD .....	45
Tabla 4	¿Si eres miembro de una red social, elige a cual perteneces? .....	46
Tabla 5	¿Con qué frecuencia te conectas a través de redes sociales? .....	47
Tabla 6	¿Cuántas horas al día dedicas a la utilización de redes sociales? .....	48
Tabla 7	¿Cuándo estás en tu cuenta de red social, con qué tipo de personas interactúas? .....	49
Tabla 8	¿Utilizas redes sociales para indagar la vida de otras personas? .....	50
Tabla 9	¿Cuándo utilizas redes sociales ingresas para? Selecciona una o varias alternativas .....	51
Tabla 10	¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones positivas?.....	52
Tabla 11	¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones negativas?.....	53
Tabla 12	¿Sientes alegría al observar que alguien te escribió por medio de redes sociales?.....	54
Tabla 13	¿Al ver una fotografía o estado en tu cuenta de red social, has sentido alegría?.....	55
Tabla 14	¿Cuándo escribes una publicación en tu cuenta de red social tratas de transmitir a tus contactos, estados de emoción? (sea de alegría o tristeza).....	56
Tabla 15	¿Cuándo ingresas a tu red social, has sentido emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia?.....	57

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1	Estratos .....	45
Gráfico 2	Estratos varones .....	45
Gráfico 3	Estratos mujeres.....	45
Gráfico 4	¿Si eres miembro de una red social, elige a cual perteneces? .....	46
Gráfico 5	¿Con qué frecuencia te conectas a través de redes sociales? Si no está la frecuencia exacta elige la que más se acerque. ....	47
Gráfico 6	¿Cuántas horas al día dedicas a la utilización de redes sociales? .....	48
Gráfico 7	¿Cuándo estás en tu cuenta de red social, con qué tipo de personas interactúas? .....	49
Gráfico 8	¿Utilizas redes sociales para indagar la vida de otras personas?.....	50
Gráfico 9	¿Cuándo utilizas redes sociales ingresas para? Selecciona una o varias alternativas.....	51
Gráfico 10	¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones positivas?.....	52
Gráfico 11	¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones negativas?.....	53
Gráfico 12	¿Sientes alegría al observar que alguien te escribió por medio de redes sociales?.....	54
Gráfico 13	¿ Al ver una fotografía o estado en tu cuenta de red social, has sentido alegría? .....	55
Gráfico 14	¿Cuándo escribes una publicación en tu cuenta de red social tratas de transmitir a tus contactos, estados de emoción? (sea de alegría o tristeza).....	56
Gráfico 15	¿Cuándo ingresas a tu red social, has sentido emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia?.....	57

## SUMMARY

The following research was done at the National University of Chimborazo, in the career of Educational Psychology, in the city of Riobamba, period March-August 2015, because people are social beings and need others to maintain proper development in their daily lives, this is why based on Internet it was created the social networks, these spaces allow people to interact with each other, but what happens when we give way to emotional disorder, and let these spaces dominate our emotions and destabilize our formation as persons and psychologists, this is why we selected for this study as population all students of the School of Educational Psychology, 294 students between men and women aged between 18 and 27 years. This study is transversal because it was investigated just once with the entire population, it is specified as a field investigation because the investigator went to the scene, it is explanatory type, according to its nature is qualitative, not experimental, an anonymous survey type was used, designed according to the needs and data that point to accurate information especially regarding the incidence of social networks in emotional states, this research has led to evidence that social networks are means of communication that interrelate people and influences in the emotional states of users.



Dra. Myriam Trujillo B. Mgs.

**COORDINADORA DEL CENTRO DE IDIOMAS**



**INCIDENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LOS ESTADOS EMOCIONALES DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, PERIODO ACADÉMICO SEMESTRAL MARZO – AGOSTO 2015**

**RESUMEN**

La siguiente investigación se lo realizó en la Universidad Nacional de Chimborazo, en la Carrera de Psicología Educativa, de la ciudad de Riobamba, en el periodo semestral marzo –agosto 2015, debido a que las personas en su totalidad son seres sociales y que necesitan de otras personas para mantener un correcto desarrollo en su vida diaria, es por ello que en base a internet se creó las redes sociales cuyos espacios permiten a la gente interactuar unos con otros, pero que sucede cuando damos paso al desorden emocional, y dejamos que estos espacios logren dominar nuestras emociones y desestabilice nuestra formación como personas y como psicólogos, es por ello que para este estudio la población seleccionada son los estudiantes de toda la Carrera de Psicología Educativa , 294 estudiantes entre hombres y mujeres en edades establecidas entre 18 años y 27 años. Este estudio es de tipo transversal porque se investigó una sola vez con toda la población, se lo especifica como una investigación de campo ya que el investigador acudió al lugar de los hechos, es de tipo explicativa, según su naturaleza es cualitativa, no experimental, Se empleó una encuesta de tipo anónima, diseñada según las necesidades y datos que apunten hacia la información precisa sobre todo a lo que concierne sobre la incidencia de las redes sociales en los estados emocionales, esta investigación ha dado paso a evidenciar que las redes sociales si son un medio de comunicación que a más de interrelacionar a personas influye en los estados emocionales de los usuarios.

## INTRODUCCIÓN

Actualmente es común observar como niños, jóvenes y adultos invierten una considerable parte de su tiempo en el uso de las redes sociales, también es importante analizar las causas que han generado que el uso de estas redes de comunicación vaya en aumento, así mismo, es importante tomar en cuenta las consecuencias que trae consigo el uso de estas nuevas formas de comunicación, en especial en los estados de ánimo de cada persona.

No se trata de buscar conductas y hechos que ataquen a este tipo de redes; de igual forma no se busca persuadir a que todos formen parte o se conserven miembros de alguna red social, sino lo que se intenta, es presentar una crítica lo más neutral posible acerca de lo que son en realidad, y como estas influyen en nuestros estados emocionales y el uso adecuado que le podemos dar a esta forma de comunicación.

Cabe mencionar que la comunicación entre los jóvenes es un factor que estos le brindan mucha importancia, ya que necesitan estar continuamente en contacto con otras personas, para intercambiar opiniones, puntos de vista, impresiones, experiencias, etc. la facilidad de acortar distancias que brinda la tecnología, ha producido que las redes sociales sean actualmente el centro de atracción entre los usuarios interviniendo en el correcto desarrollo psicoemocional de las personas.

Hoy en día quedan muy pocas personas, tanto jóvenes como adultos, que no pertenezcan a una red social, al contrario, es normal que cada usuario suela pertenecer a más de una red social, y el incremento de horas en su uso cada día se vuelve más considerable, por todo lo expuesto, en el presente trabajo, se explicará más a fondo lo descrito, se tratará de encontrar soluciones a cada uno de los problemas que se presentan entorno a estas redes, y su influencia en los estados emocionales.

## CAPÍTULO I

### 1. MARCO REFERENCIAL

#### 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El uso de las redes sociales a nivel mundial está en apogeo y su uso aumenta a gran medida, desde las redes menos conocidas, hasta Facebook; una de las redes sociales más populares de todos los tiempos según el estudio de **GlobalWebIndex** encontró que Facebook es la red social número uno en todo el mundo, con poco más de la mitad de los usuarios de Internet.

Mundialmente las redes sociales permiten fomentar la interrelación y el contacto con personas. En estas vías informáticas podemos obtener respuestas en segundos gracias a la ayuda de internet y facilita el intercambio de información entre millones de personas que probablemente tengan conocimientos sobre un tema específico y puedan estar a kilómetros de distancia o a la vuelta de la esquina.

A nivel nacional las redes sociales no pasan por desapercibido y según un artículo publicado en el diario en Universo de los 8,4 millones de usuarios de Internet en Ecuador, Facebook continúa siendo el líder absoluto habiendo captado a 7,8 millones de usuarios en el país, sin embargo no podemos garantizar que la privacidad de las publicaciones que difundimos en estos medios están salvaguardadas, razón por la cual nuestras emociones están latentes a cualquier evento que se halle inmerso a las respuestas positivas y negativas que tengamos cuando publicamos algo en nuestra cuenta.

En la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo no es la excepción al hablar de redes sociales, ya que los jóvenes son miembros de una, dos o más sitios sociales, siendo el Facebook la red más utilizada; de igual manera, se aprecia que las publicaciones entre conocidos y desconocidos es la fuente de entretenimiento sin tomar en cuenta las consecuencias que esto puede acarrear, se presentan peleas, conflictos, extorciones, ruptura de relaciones, eventos positivos como negativos, de esa manera las redes sociales inciden en nuestro estado emocional y se ve desequilibrado.

El desarrollo de las emociones es fundamental y necesario para cualquier individuo. Sabemos que todas las personas necesitan interactuar con su medio. Por lo tanto, el desarrollo integral del ser humano, incluye desarrollar las competencias emocionales, con la finalidad de capacitar al individuo para afrontar los retos de la vida cotidiana, con el objetivo de mejorar el bienestar personal y social.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿De qué manera incide las redes sociales en los estados emocionales de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la ciudad de Riobamba, periodo académico semestral marzo – agosto 2015?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. GENERAL**

Determinar la incidencia de las redes sociales en los estados emocionales de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la ciudad de Riobamba, periodo académico semestral marzo – agosto 2015.

### **1.3.2. ESPECÍFICOS**

**1.3.2.1** Determinar el uso que dan a las redes sociales los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la ciudad de Riobamba, periodo académico semestral marzo – agosto 2015

**1.3.2.2** Identificar los estados emocionales de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la ciudad de Riobamba, periodo académico semestral marzo – agosto 2015

**1.3.2.3** Analizar la relación que existe entre las redes sociales y los estados emocionales de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo de la ciudad de Riobamba, periodo académico semestral marzo – agosto 2015.



#### **1.4. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

El panorama actual que nos brinda nuestra estructura social frente a la utilización de las redes sociales y su impacto en el estado emocional de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo manifiesta que los/as estudiantes están atravesando esta etapa de su vida llamada era digital, de una manera errónea afectando así significativamente a su estado emocional, ya que detrás de esta realidad están muchos factores como la mala utilización o la influencia de los medios de saberes, así como la aceptación de amistades digitales sin olvidar que este es un medio que facilita la interrelación con personas desconocidas y ayuda al usuario a encubrirse de manera virtual y permite expresar sentimientos que de una forma real no se lo podría hacer, experimentando sentimientos de soledad, poca confianza en sí mismos que intentan suplir con las redes sociales.

Sin embargo poseen desventajas como la apropiación de espacios de tiempo demasiado largo siendo este un medio subjetivo así como otros factores negativos puesto que la invasión de la privacidad es un gran problema que se presenta en las redes sociales, no debemos pasar por alto el análisis minucioso del estado que propone las redes sociales, este es un espacio donde podemos expresar lo que estamos haciendo en ese momento o nos permite compartir emociones que estamos atravesando los usuarios. En la Carrera de Psicología Educativa se evidencia estados emocionales no satisfactorios por parte de futuros Psicólogos Educativos, como psicólogos debemos estar emocionalmente estables para ser el puntal de ayuda a las personas que necesitan de nosotros; por ese motivo, es de vital importancia realizar esta investigación que nos servirá para identificar cómo inciden las redes sociales en los estados emocionales de los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa e identificar cuáles son las áreas que afectan principalmente a nivel emocional.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIONES ANTERIORES CON RESPECTO DEL PROBLEMA QUE SE INVESTIGA.**

Luego de haber revisado los archivos de la biblioteca de la Universidad Nacional de Chimborazo y de la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, se ha comprobado que no existe un estudio de investigación relacionado con el tema planteado.

#### **2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

##### **2.2.1 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA**

Desde la antigüedad las emociones es tema de reflexión, Sócrates preconizaba "Conócete a ti mismo", lo que entendemos como alusión al conocimiento del mundo interior del ser humano, sus sentimientos y emociones.

Con Platón el miedo y el placer están presentes en su "República". Pero posiblemente, Aristóteles en su "Ética a Nicómaco" sea el primer pensador en presentar un trabajo más consistente y amplio, refiriéndose a la necesidad de comprender sobre la cólera en el comportamiento humano... Siglos más tarde Charles Darwin revoluciona con su teoría "El origen de las emociones en los hombres y en los animales" prestando un enfoque evolucionista. A la vez, Descartes consideró la emoción como algo que debía estar subyugado a la razón. Esta idea se perpetuó hasta el siglo pasado, reflejada en gran medida en la psicología. Pero a pesar de las más diversas interpretaciones, el estudio de la emoción trascendió las épocas y hoy es respetado en el mundo científico.

##### **2.2.2. FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA.**

Según Freud, la emoción contiene dos elementos distintos: por un lado, las descargas de energía física; por otro lado, ciertos sentimientos (percepciones de las acciones motrices que se producen y sentimientos de placer o desagrado que dan a la emoción sus características esenciales. El objeto o la persona que produce la emoción debe ser

relacionada con este deseo, en nuestra investigación este fundamento nos permite conocer la realidad de las personas, su interactuar entre las redes sociales y las emociones que estas perciben.

Howard Gardner (1983) en "Frames of Mind" propone la existencia de siete inteligencias separadas en el ser humano: musical, cinestésico-corporal, lógico-matemático, lingüística, espacial, interpersonal e intrapersonal. Posteriormente incluye la inteligencia naturalista y existencial. Según la teoría de inteligencias múltiples de Gardner (1983) la persona puede tener algunas de esas inteligencias o más, susceptibles de ser desarrolladas o no. A su vez no existe una sola inteligencia, en vista que las facultades humanas son independientes entre sí. Cabe destacar que la teoría de las inteligencias múltiples nació como una reacción contra lo que se entiende por inteligencia y la manera en como era medida. Es definida por Gardner (1995) como un potencial biopsicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura.

Desde la perspectiva emocional apunta la inteligencia interpersonal, la cual está relacionada con la empatía, la manera de comprender los sentimientos de los demás. En cuanto a la inteligencia intrapersonal se refiere a la capacidad de comprenderse a uno mismo. Gardner, al enfocar la inteligencia interpersonal e intrapersonal las considera como capacidades del sujeto para comprenderse a sí mismo y a los demás. Gardner considera las emociones como una parte fundamental dentro del conjunto de actitudes necesarias para vivir, puesto que atribuye importancia a las emociones en todas las inteligencias.

### **2.2.3. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICO.**

Para la axiología, un valor será aquella cualidad que permitirá ponderar el valor ético y estético de las cosas, es decir, se trata de aquella cualidad especial que hace que las cosas o las personas sean estimadas en un sentido negativo o positivo.

Partiendo de este concepto, uno de los estudios sobre el tema realizado por la psicóloga Mireia (2002) destaca a la axiología como un conjunto de habilidades que permiten

comprender, expresar y regular los pensamientos de forma apropiada, y facilita desenvolverse de mejor manera en las circunstancias de la vida tales como los procesos intrapersonales, relaciones interpersonales, solución de problemas, ya que los valores éticos influyen profundamente en las respuestas emocionales de cada ser humano.

#### **2.2.4. FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGÓGICO.**

DANIEL GOLEMAN

Manifiesta que más importante que el coeficiente intelectual en un grupo es el coeficiente emocional. Sostiene que es más inteligente aquella persona que sabe manejar sus emociones, lo que le permite lograr el éxito en el plano personal y social.

Goleman (1999) en "La práctica de la inteligencia emocional" preconiza que el éxito de una persona no depende solamente del coeficiente intelectual o de sus estudios académicos. Lo que más importa es el nivel de inteligencia emocional, eso quiere decir tener consciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, habilidades para afrontar los retos de la vida y habilidades sociales.

#### **2.2.5. FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA**

“La conducta se manifiesta como fruto de tres factores interrelacionados el aprendizaje, los procesos cognitivos y el ambiente en sentido social por los medios de comunicación que actúan como modelos de conducta” (Lozano, 2009)

El autor menciona la importancia de los procesos de aprendizaje que reciben las personas como contexto social a través de las redes sociales.

#### **2.2.6. FUNDAMENTACIÓN LEGAL.**

Esta investigación tiene su sustento legal en la Constitución de la República del Ecuador el cual responde al cumplimiento de las normas jurídicas –legales organismos oficiales de la

inspección, citado en las secciones y artículos de la constitución de Ecuador de 2008 relacionados con la libertad de expresión e información y la comunicación

## Título II Derechos

### Capítulo segundo: Derechos del buen vivir

#### Comunicación e Información

Art. 16.- Todas las personas, en forma individual o colectiva, tienen derecho a:

1. Una comunicación libre, intercultural, incluyente, diversa y participativa, en todos los ámbitos de la interacción social, por cualquier medio y forma, en su propia lengua y con sus propios símbolos.
2. El acceso universal a las tecnologías de información y comunicación.
3. La creación de medios de comunicación social, y al acceso en igualdad de condiciones al uso de las frecuencias del espectro radioeléctrico para la gestión de estaciones de radio y televisión públicas, privadas y comunitarias, y a bandas libres para la explotación de redes inalámbricas.
4. El acceso y uso de todas las formas de comunicación visual, auditiva, sensorial y a otras que permitan la inclusión de personas con discapacidad.
5. Integrar los espacios de participación previstos en la Constitución en el campo de la comunicación.

### **2.3. INTERNET.**

Internet es una red de redes de millones de ordenadores en todo el mundo. Pero al contrario de lo que se piensa comúnmente en algunos casos, Internet no es solo World Wide Web (WWW). La Web es sólo una parte de Internet, es sólo uno de los muchos servicios que ofrece Internet.

Internet, la red de redes, suministra un foro de comunicación en el que participan millones de personas de todos los países del mundo, en mayor o menor medida. Internet aporta e incorpora una serie de instrumentos para que la gente difunda y acceda a documentos y a la información: WWW, FTP.

En realidad, Internet no es un medio de comunicación, sino muchos medios, una red que comprende distintos tipos y distintos sistemas de comunicación. La gente utiliza Internet para muy distintas finalidades. Muchas de ellas están relacionadas con diferentes y variadas categorías de comunicación, información e interacción. Algunas son nuevas y otras muy antiguas. Los usuarios pueden participar en Internet mediante una combinación de estas categorías al mismo tiempo, mientras los distintos medios se entremezclan en el mismo canal.

Javier Candeira no se cansa de repetir que Internet no es un medio, sino un canal.

En su artículo La Web como memoria organizada dice:

"Aprovecho cada ocasión que tengo para puntualizarlo: Internet no es un medio, es un canal. Los distintos medios que utilizan Internet como canal son la Web, el correo electrónico, el telnet e incluso la televisión y la radio".

### **2.3.1. RED.**

Según el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE), entendemos como red a un: Conjunto de elementos organizados para un determinado fin. Con el concepto anterior nos podemos dar la idea de que una red no solo implica un conjunto de personas o de determinados objetos, sino que puede estar integrada por varios elementos distintos que unidos cumplen un fin que se les ha encomendado, para lo cual deben organizarse de una manera conveniente.

Existen varios tipos de redes dependiendo del contexto dentro del que nos encontremos, pero por ahora solo nos centraremos en su definición en general, ya que no pretendemos

salirnos del tema y con esto será suficiente para poder elaborar nuestra propia definición posteriormente.

### **2.3.2. SOCIAL.**

Es aquello perteneciente o relativo a la sociedad. Recordemos que se entiende por sociedad al conjunto de individuos que comparten una misma cultura y que interactúan entre si para conformar una comunidad.

En este sentido, lo social puede otorgar un sentido de pertenencia y a la vez de relación con los demás, ya que implica algo que se comparte a nivel comunitario. Por ejemplo, tenemos la noción de que “convivencia social” se refiere al modo de convivir que tienen los integrantes de una sociedad. Debemos tener en cuenta que el hombre es un ser social, está inmerso en la sociedad desde que nace hasta que muere, y debe regir una estructura social, que no es más que el orden u organización por la cual los miembros de una sociedad ocupan en ella un lugar especial y propio en el que actúan con vistas a un fin común.

### **2.3.3. CONCEPTO PERSONAL DE REDES SOCIALES.**

Partiendo de las definiciones anteriores podemos elaborar nuestro propio concepto de lo que son las redes sociales en internet, de igual manera es importante hacerlo de una forma sencilla y comprensible para que cualquier persona ajena al tema tenga una idea clara de lo que son y para que se usan.

Una red social, es aquel lugar virtual que les permite a las personas la interacción social, el intercambio constante de información, intereses, ideas y opiniones. Es una comunidad en constante construcción y remodelación a fin de ser cada vez más competente frente a las necesidades de los internautas (usuarios de internet), quienes buscan un sitio apropiado para convivir con demás personas que, como ya se dijo, comparten sus mismos gustos y aficiones, pero al mismo tiempo relacionarse con gente.

Para ampliar nuestro concepto pongamos atención a lo que dicen algunos autores sobre las redes sociales:

Dr. Gustavo Aruguete, Universidad “Di Tella” de Buenos Aires, Argentina:

“Las Redes son formas de interacción social, definida como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. Un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos”

Borja Fernández Canelo, diplomado en Ciencias Empresariales y Técnico Superior en Informática:

“Las redes sociales son Web que permiten a los usuarios entrelazarse para poder comunicarse entre sí, con los amigos que se encuentren dentro de su propia red, en la cual pueden intercambiar fotos, videos, mensajes instantáneos, comentarios en fotos.

Entendemos como red social al sitio virtual que permite a los usuarios interactuar y compartir información de todo tipo entre sí por medio de la internet, y en el cual intervienen no solo los usuarios, sino también la red, pues ofrece servicios y beneficios para satisfacer las necesidades de los internautas.

#### **2.3.4. FUNCIONAMIENTO DE LAS REDES SOCIALES.**

Las Redes Sociales se componen por una serie de individuos o miembros y las relaciones que tienen entre ellos. Actualmente en Internet hay múltiples sitios que implementan una estructura de redes sociales para sus miembros, de esta manera nos podemos encontrar con webs en las que los usuarios se relacionan entre ellos mediante algún elemento común. Estos elementos pueden abarcar varias modalidades, ya sea artículos, imágenes, vídeos, intereses comunes, relaciones de amistad...

El procedimiento en todas ellas suele ser el mismo, un miembro invita o agrega a sus preferencias a otros miembros o publica y comparte algún elemento de interés. De esta



forma aunque entre dos miembros de una red social no haya una relación directa entre ellos, si pueden llegar a estar conectados indirectamente a través de otros miembros.

Antonio Fumero "CULTURA DIGITAL Y VIDA COTIDIANA EN IBEROAMÉRICA: Una revisión crítica más allá de la comunicación. Número 73 agosto - octubre 2010

Por ejemplo, imaginemos que nosotros tenemos algún vínculo en común con otros diez miembros, y estos a su vez con otros diez miembros diferentes cada uno y así sucesivamente. Teóricamente siguiendo este procedimiento todos estamos conectados de alguna u otra manera aunque no sepamos cómo y nunca lleguemos a tener un contacto o encuentro directo con esos otros miembros. Todos tenemos algo en común: un libro favorito, una película, música, etc.... Lo que hacen las redes sociales en Internet es precisamente materializar esos vínculos directos entre miembros, creando finalmente una gran red en la que cada uno de sus integrantes está de alguna manera vinculado con la totalidad de los otros participantes.

### **2.3.5. ORIGEN DE LAS REDES SOCIALES**

Se estima que el origen de las redes sociales se remonta al año 1995. Tengamos en cuenta que fue en esa época cuando Internet había logrado convertirse en una herramienta prácticamente masificada.

La evolución de las redes sociales desde el año 1995, tomando en cuenta las más relevantes, inicia así:

-En 1995 Randy Conrads, quien fue el verdadero pionero del servicio, creó el sitio web que llevaba por nombre Classmates, y el cual consistía en una red social que brindaba la posibilidad de que las personas de todo el mundo pudieran recuperar o continuar manteniendo contacto con sus antiguos amigos, ya sea compañeros de colegio, de la universidad, de distintos ámbitos laborales y demás, en medio de un mundo totalmente globalizado.

-En 1997 se creó Sixdegrees, este fue el primer servicio que permitió crear un perfil en la web, agrupar a los contactos directos e intercambiar mensajes con ellos.

-Para 1999 se creó LiveJournal.com, este fue uno de los primeros servicios de redes sociales en ofrecer blogs y diarios en línea.

-En 1999 nace MSN Messenger fue un programa de mensajería instantánea actualmente discontinuado y sustituido por Windows Live Messenger

-En el 2001 aparece Ryce.com, y nace con ella la primera red social especializada, en la actualidad ésta agrupa por lo menos a 500 mil profesionales.

-En el 2002 nace Friendster, que fue la primera en tener un sistema inteligente capaz de relacionar a los usuarios de la red según sus gustos.

-También en este año nace Fotolog, la primera red social que nace con el fin de intercambiar fotografías.

-En el 2003 se crea Linked in, una red social con el fin de propiciar las relaciones empresariales.

-En el 2003 nace My Space, una de las redes más grandes del momento agrupando a más de 130 millones de usuarios (enero 2011).

-También en el 2003 nace Hi5 que, hoy por hoy, tiene 50 millones de cuentas activas. (2010)

-Flickr nace en el 2004 como una red social que funciona a través del servicio de compartir fotografías.

-En este año también nace Orkut, la red social de Google con gran popularidad en Brasil y la India.

-En el 2005 nace Yahoo 360, la red social de esta empresa que cuenta con servicio de correo, calendario, fotos, eventos, blog y música.

-En el 2006 nace Twitter, un microblog, donde no puedes escribir más de 140 caracteres, algo similar a enviar mensajes de texto pero en una PC o laptop, cuenta con 200 millones de usuarios actualmente (21 de enero de 2011)

-Y la última en la cadena ha sido Xing, esta nació en el 2006 con el fin de agrupar ejecutivos permitiéndoles compartir datos, crear agendas conjuntas y construir discusiones en torno a un tema común.

Además de estas redes, cabe destacar que existen muchas mas importantes y que varían mucho, como lo son youtube, yahoo answer, taringa, metroflog, etc. Y que también son consideradas redes sociales.

La mayor explosión de las redes sociales sucede con el surgimiento de algunos de los sitios más populares que lograron hacer crecer exponencialmente el uso del servicio, comunidades tales como MySpace, Friendster, Facebook, twitter y Xing, entre otras.

Fueron precisamente estos sitios los responsables en lograr que las redes de interacción o círculos de amigos comenzaran a socializarse, con lo que captaron la atención de miles de millones de usuarios de todo el planeta.

Facebook nació en 2004 como un hobby de Mark Zuckerberg, En su primer mes de funcionamiento Facebook contaba con la suscripción de más de la mitad de los estudiantes de Harvard, y se expandió luego a las universidades MIT, Boston University y Boston College y las más prestigiosas instituciones de Estados Unidos.

Un año después, Facebook tenía más de un millón de usuarios, En julio del 2009 Mark Zuckerberg, fundador de la empresa hizo público que había alcanzado los 250 millones de usuarios

### **2.3.6. EL AUGE DE LAS REDES SOCIALES.**

El auge de las redes sociales puede deberse a que es una herramienta que conjuga todos los elementos que componen la naturaleza de Internet y que acentúan su singularidad en el sistema comunicativo. Algunos de ellos son:

→ Multimedia. Las redes sociales permiten que los usuarios suban a la red contenidos multimedia, como música, fotografías o videos. El multimedia, que siempre ha sido el elemento más complicado por su naturaleza tecnológica, ahora se simplifica. Se crean aplicaciones sencillas en estos espacios, que no alentan el funcionamiento de la web, y que se pueden ver u oír en la misma página, sin que necesidad de abrir ventanas externas.

→ Hipertexto. Internet se basa en los enlaces que permiten conectar las páginas entre sí. Los enlaces son el componente fundamental que dirigen hacia los contenidos cargados por el usuario. Los usuarios suben los enlaces de las noticias en las redes sociales. Por lo tanto, se mejora la navegación entre hipertextos, aportando una mayor profundidad a los contenidos o comentarios publicados.

→ Interactividad. Las redes sociales permiten el mayor punto de interactividad posible en la red. Existe una comunicación múltiple, ya que en un mismo instante todas las personas conectadas a la red pueden escribir o comentar los contenidos que suba un determinado usuario. Para las nuevas generaciones, que rechazaban realizar comentarios en los medios de comunicación, esta opción es una oportunidad que se adapta más a sus preferencias de interactividad. Con esta nueva solución no interactúan directamente con el medio de comunicación sino que usan una noticia del medio para interactuar con sus amigos o seguidores de una red social. A diferencia de los comentarios que un usuario puede hacer en una noticia de un medio, donde su reflexión pasa por un filtro (el del redactor) para su definitiva publicación; en las redes sociales pueden comentar las noticias que hayan enlazado otros amigos con total libertad y sin restricción alguna.

Actualización. La actualización depende no de la propia red social, sino que al ser el usuario y los amigos asociados los creadores de sus perfiles, son ellos los que determinan el grado de renovación de los contenidos.

Al margen de la naturaleza de la red social, otra característica de su aceptación se debe a su diseño, basado en estructuras sencillas y fáciles que permitan navegar y publicar con rapidez en la web. Los rasgos más significativos de muchas redes se pueden ver en los siguientes puntos:

Fondos claros que potencian el contraste con la tipografía y mejoran la lectura.

Utilización de tipografías sans serif.

Mejoras multimedia con aplicaciones sencillas de usar y de visualización rápida.

Interactividad directa (sin intermediarios) y fácil de identificar.

Mensajes breves, con un número de caracteres determinado.

Uso de navegación por pestañas, en la misma página, sin abrir nuevas ventanas.

Uso adecuado del contraste del color, con tonos básicos que separan contenidos Sin duda alguna todos estos puntos son primordiales para el contenido de las redes sociales, y en parte son los causantes del apogeo en que viven, pero no hay que olvidar que son los usuarios quienes determinan el buen funcionamiento de una red social, y gracias a ellos han tenido un éxito total.

### **2.3.7. REDES SOCIALES MÁS POPULARES.**

#### **2.3.7.1 FACEBOOK**

La red social más grande del mundo (por ahora) ha cambiado el rumbo desde que nació hasta hoy. Inicialmente, Facebook fue creado como un sitio donde los 5 Tipo de letra sin elementos decorativos. Debido a la mediana resolución que presentan los monitores de las computadoras, no es muy cómodo leer el tipo de letra “adornada” (serif), pues suele distorsionarse, los estudiantes creaban grupos con el fin de compartir resúmenes, noticias, recordatorios de exámenes, trabajos prácticos, etc., hasta que poco a poco, los mismos estudiantes comenzaron a explotar otra faceta hasta el momento no utilizada, dándole un perfil más social, subiendo fotos y datos que comenzaron a darle un perfil más social al sitio web.

Es así que cuando los dueños de Facebook vieron este perfil comercial que estaba tomando el sitio, decidieron darle rienda suelta a esta faceta, logrando ser lo que es hoy en día.

¿Cómo funciona y para qué sirve Facebook? Las principales características son:

Abre una impresionante red de amigos o conocidos, ya que al agregar un amigo a tu perfil, podrás ver los amigos de éste y agregarlos y así sucesivamente ad infinitum.

El sistema realiza recomendaciones automáticas de gente que "Tal vez conozcas", basándose en los datos de tu perfil y tu posible amigo, logrando de esta forma encontrarte con gente que tal vez ni recordabas.

Permite difundir tu "Mensaje de estado" a toda tu red de amigos de forma instantánea.

Puedes subir fotos y videos desde tu celular o computadora y compartirlo con tus amigos.

Recomendación de links.

Jugar a juegos desarrollados por terceros y competir con tu red de amigos.

Admite publicidad de pago por click.

Puedes comentar y evaluar posts que hagan tus amigos.

Desde tu celular puedes manejar casi la totalidad de las opciones que permite tu perfil.

Permite enviar mensajes privados a usuarios.

### **2.3.7.2 TWITTER**

Twitter comenzó como proyecto en marzo de 2006 y fue lanzado al mercado en octubre del mismo año, el nombre original del producto era twttr, inspirado por Flickr, el servicio rápidamente comenzó a ganar adeptos y en marzo de 2007 ganó el premio South by Southwest Web Award en la categoría de blog.

A principios de 2008, el equipo de Twitter estaba compuesto por 18 personas, durante 2009 han multiplicado su plantilla por cuatro y siguen creciendo.

¿Cómo funciona y para qué sirve Twitter?

Te registras y creas tu perfil de usuario.

Puedes tener seguidores y también desde tu cuenta puedes seguir otros usuarios para que se informe cada vez que postea algo.

La técnica que se utiliza en Twitter es denominada "microblogging", ya que hay que limitarse a postear en un espacio de 140 caracteres.

Comunicas a tu red de seguidores o amigos lo que estás haciendo en ese momento, recomendar enlaces e interactuar fluida y rápidamente con ellos.

Los mensajes los puedes postear desde tu celular y tus seguidores tienen la opción de que éste les llegue incluso como mensaje de texto.

Estás informado constantemente sobre lo que realizan las personas, empresas o blogs que vos estés siguiendo.

Actualmente están utilizando Twitter personas famosas para estar en contacto con sus fans e incluso se comenzaron a realizar entrevistas vía twitter.

### **2.3.7.3. YAHOO ANSWERS.**

Yahoo! Respuestas es un sitio donde la gente puede plantear preguntas sobre cualquier tema y obtener respuestas compartiendo conocimientos, opiniones y experiencias personales.

¿Cómo funciona Yahoo Answers?

Una vez que tengas tu perfil creado, podrás realizar y contestar preguntas. Mediante estas preguntas y respuestas, según su relevancia, irás sumando o descontando puntos, haciendo que tu perfil gane o pierda grado de popularidad.

Los puntos y los niveles son útiles para tener una idea de tu grado de participación (y el de otros miembros) en Yahoo! Respuestas. Los puntos se conceden por realizar diferentes actividades como responder preguntas. Tu nivel dependerá de los puntos que consigas.

La temática de las preguntas es muy amplia, por lo que podrás encontrar de todo tipo.

Las preguntas y respuestas estarán clasificadas por categorías para que sea más fácil la búsqueda.

Si no quieres preguntar o responder nada, tienes preguntas resueltas, las que tal vez puedan resultar de tu interés y resolver las dudas que tengas en ese momento sin tener que preguntar nada.

#### **2.3.7.4 MYSPACE.**

MySpace fue fundado en 2003 por Chris DeWolfe y Tom Anderson. Comenzó como un sitio para socializar parecido a Friendster.

Ese mismo año, el líder de la industria, Friendster, tuvo un revés importante de tecnología, ya que no podía continuar con su volumen de tráfico creciente. Durante horas de tráfico, el sitio iba muy lento, o los usuarios recibían errores y no podían tener acceso al sitio.

Millones de usuarios de Friendster se cansaron y terminaron por cambiarse a MySpace a través de ir convenciendo a más personas, que empezó a través de amigos de los fundadores y empleados de MySpace, junto con algunas promociones en los medios a través de Intermix, la compañía que poseía parte de MySpace en ese momento. Cuando Anderson y DeWolfe vieron que los músicos y los fans de los músicos utilizaban MySpace más que cualquier otro grupo, crearon MySpace Music, y el tráfico del sitio se elevó súbitamente.

¿Cómo funciona MySpace?

MySpace es un sitio de red social. En MySpace tu red social empieza a crecer desde el primer día sin mucho esfuerzo por tu parte.

Cuando te haces miembro de MySpace creas tu propio perfil, entonces invitas a tus amigos a hacerse miembros y buscas en MySpace a amigos tuyos que ya sean miembros. Esta gente se convierten en parte de tu "Friend Space" o espacio de amigos inicial. Toda la gente



del espacio de amigos de cada uno de tus amigos pasa a formar parte de tu red, por lo que poco a poco vas conectando con más gente.

#### **2.3.7.5. TARINGA**

Taringa! es una comunidad web muy participativa y en expansión. Es uno de los sitios de mayor tráfico en la Argentina y con una gran expansión en el mercado Latinoamericano.

¿Cómo funciona Taringa?

Creas tu perfil como en toda red social.

Puedes publicar notas, links, fotos, videos, etc., lo que quieras.

Tus notas son puntuadas en algunos casos, lo que te da mejor perfil de usuario.

El sistema de búsqueda que utiliza es mediante TAGS.

Una vez que publicas un artículo, se te muestra una vista previa y confirmas que esté todo correcto antes de postearlo definitivamente.

#### **2.3.7.6 LINKEDIN.**

Linked in, es una red social, similar a Facebook, pero con un perfil profesional.

¿Cómo funciona y para qué sirve Linked In?

En tu perfil puedes publicar información tanto personal como profesional.

A través de tu perfil te permite generar contactos y redes contactos.

Puedes publicar, preguntas, respuestas, grupos de interés, etc.

Te permite recomendar y ser recomendado entre contactos.

Puedes buscar empresas y empleo.

### **2.3.7.7 WINDOWS LIVE MESSENGER.**

Windows Live Messenger es una actualización de MSN Messenger, el famoso programa de mensajería instantánea de Microsoft. Tiene todo lo que ya tenía MSN Messenger y le añade algunas mejoras de funcionalidad y apariencia.

Windows Live Messenger no es una página a diferencia de las anteriores, sino un software que utiliza el internet para poder mantener las conversaciones entre sus contactos.

Las funciones de Windows Live Messenger son: lista de contactos, iconos gestuales, mensajes de texto, voz o videoconferencia, envío de archivos, carpetas compartidas.

### **2.3.8. VENTAJAS Y DESVENTAJAS.**

Como se mencionó en un principio, las redes sociales tienen varios beneficios, pero de igual forma presentan algunas desventajas, a continuación analizaremos ambas características.

#### **2.3.8.1 VENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES.**

Una de las grandes ventajas de las redes sociales es la vinculación entre los usuarios, al conocer gente nueva e interactuar entre ellos.

También permite hacer el intercambio de ideas, formar lazos con personas que comparten los mismos intereses, la creación de movimientos masivos de solidaridad o ideología y la creación de campañas publicitarias de gran éxito.

Para los jóvenes una de las principales ventajas es que los mantienen conectados y comunicados con su red de contacto, con esto puede mantenerse comunicado e informado además de poder utilizarla como herramienta para publicar sus actividades estudiantiles y para aclarar alguna duda sobre ellas.

Otros beneficios que podemos obtener de estas redes son los siguientes.

Rompe el aislamiento de muchas personas, posibilita la combinación entre pluralidad y comunidad, al anonimato le da popularidad, a la discriminación, integración y a la diferencia; espacios de igualdad.

Permite el establecimiento de lazos y relaciones con personas que comparten los mismos intereses, preocupaciones y necesidades, así como la actualización permanente de los contactos a diferencia de un servicio de correo electrónico

Con respecto al sector académico y laboral, no se han quedado atrás, diversas experiencias innovadoras se reflejan en estas redes.

Los empresarios que hacen uso de las redes han demostrado un nivel de eficiencia y un acertado trabajo en equipo, consolidando proyectos de gestión del conocimiento.

### **2.3.8.2 DESVENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES**

Algunas de las desventajas principales son:

La invasión de la privacidad es un gran problema que se presenta en las redes sociales, compañías especialistas en seguridad afirman que para los hackers es muy sencillo obtener información confidencial de sus usuarios.

Son peligrosas si no se configura la privacidad correctamente, pues exponen nuestra vida privada.

Para algunos países ser usuario de estas redes se convierte en una amenaza para la seguridad nacional. Esto ha hecho que para el personal relacionado con la seguridad de un país sea una prohibición.

Gran cantidad de casos de pornografía infantil y pedofilia se han manifestado en las diferentes redes sociales

Pueden darse casos de suplantación de personalidad.

Falta en el control de datos.

Pueden ser adictivas y devorar gran cantidad de nuestro tiempo, pues son ideales para el ocio, es decir, en el caso de los jóvenes estudiantes puede alterar el nivel académico en algunos casos.

Pueden apoderarse de todos los contenidos que publicamos.

Pueden ser utilizadas por criminales para conocer datos de sus víctimas en delitos: como el acoso y abuso sexual, secuestro, tráfico de personas, etc.

### **2.3.9. INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES.**

Los medios de comunicación juegan un papel importante dentro de las redes sociales, pues influyen de manera considerable en las personas que, persuadidas por ellos, se vuelven usuarios o invierten más tiempo en alguna red social. ¿A qué se debe esto? Podemos tomar en cuenta que a la mayoría de las personas les gusta estar en contacto de alguna manera con sus artistas favoritos, estar informado de lo que sucede en sus series de televisión preferidas o conocer información de algunas empresas de su interés.

Los medios de comunicación se encargan de fomentar el uso de estos servicios que ofrecen las redes para estar en contacto con personas y empresas de su agrado. Actualmente la mayoría de programas y/o empresas, cuentan con una cuenta activa, lo que provoca una interacción mutua entre ambos bandos (redes sociales – artistas, programas, compañías).

Desde un punto de vista neutral, esta relación beneficia a todas las partes involucradas, es decir:

- 1.- Las redes sociales se benefician al ver un incremento entre sus usuarios al irse integrando nuevos, y mantenerse activos los ya registrados.
- 2.- Todas las partes que se valen de las redes para hacerse publicidad y que ya mencionamos anteriormente (empresas, programas, artistas, instituciones, etc...), ya que obtienen más seguidores o clientes respectivamente.

3.- Las personas quienes conviven de alguna forma con famosos y están al tanto de la información que les interesa de ciertas instituciones o comunidades.

La manera en que todos estos elementos se entrelazan no es perjudicial siempre y cuando se mantenga un equilibrio adecuado entre el uso que se les da.

## **2.4. ESTADOS EMOCIONALES**

### **2.4.1. DEFINICIÓN DE ESTADOS EMOCIONALES**

(Bisquerra 2000: 63) manifiesta que los estados emocionales son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno, la intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar, en estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión)

### **2.4.2. ELEMENTOS QUE CONSTRUYEN UNA EMOCIÓN.**

- a) Una situación o estímulo que reúne ciertas características, o cierto potencial, para generar tal emoción.
- b) Un sujeto capaz de percibir esa situación, procesarla correctamente y reaccionar ante ella.
- c) El significado que el sujeto concede a dicha situación, lo que permite etiquetar una emoción, en función del dominio del lenguaje con términos como alegría, tristeza, enfado, entre otros.
- d) La experiencia emocional que el sujeto siente ante esa situación.

e) La reacción corporal o fisiológica: respuestas involuntarias: cambios en el ritmo cardíaco o respiratorio, aumento de sudoración, cambios en la tensión muscular, sudoración, sequedad en la boca, presión sanguínea.

f) La expresión motora-observable: expresiones faciales de alegría, ira, miedo, entre otras; tono y volumen de voz, movimientos del cuerpo, sonrisa, llanto y otros.

### **2.4.3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La inteligencia emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar personal. Peter Salovey y John Mayer, de las universidades de New Hampshire y de Yale fueron de los primeros investigadores en utilizar el término “Inteligencia emocional” con el mismo sentido de uso actual, pero el concepto adquirió mayor notoriedad a partir de la publicación del libro “La inteligencia Emocional” escrito por (Daniel Goleman, 1995)

El concepto de inteligencia emocional es quizá la gran revelación de la psicología, en cuanto a los nuevos elementos que aporta para la comprensión de la inteligencia humana. Estos nuevos conocimientos permiten una visión más realista y válida de los factores que conducen a la eficacia y adaptación personal, ayudando a tener una visión más equilibrada del papel que juegan la cognición y la emoción en la vida de las personas. Es tal el auge de las investigaciones en este campo, que se puede afirmar que la inteligencia emocional es un concepto en amplia expansión. (Educar emociones Mireya Vivas 2004 )

De acuerdo con Goleman se manifiesta que las personas emocionalmente desarrolladas, las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones y con los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad.

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás. La inteligencia emocional es la base de la competencia emocional, entendida como una capacidad adquirida que puede desarrollarse a través del modelamiento y la educación.

Para Fernández Berrocal y Ramos (2002:20) una definición general y breve de la IE es: “la capacidad para reconocer, comprender y regular nuestra emociones y las de los demás”. Desde esta perspectiva, la IE es una habilidad que implica tres procesos:

Para Goleman (1996) la inteligencia emocional se refleja en la manera en que las personas interactúan con el mundo. Las personas emocionalmente inteligentes toman muy en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás; tienen habilidades relacionadas con el control de los impulsos, la autoconciencia, la valoración adecuada de uno mismo, la adaptabilidad, motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, que configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación.

De acuerdo con lo planteado por Goleman (1996, 1999, 2001), la inteligencia emocional tiene un componente intrapersonal y un componente interpersonal. Lo intrapersonal comprende las capacidades para la identificación, comprensión y control de las emociones en uno mismo, que se manifiestan en la autoconciencia y el autocontrol. El componente interpersonal, comprende a su vez la capacidad de identificar y comprender las emociones de las otras personas, lo que en psicología se denomina ser empático; y la capacidad de relacionarnos socialmente de una manera positiva; es decir, poseer habilidades sociales.

#### **2.4.4. LAS EMOCIONES Y EL PROCESO EMOCIONAL**

El interés científico por las emociones ha tenido gran impulso en la última década del pasado siglo. La emoción se ha convertido en un tema de interés para distintas disciplinas. Resulta difícil definir en un sentido estricto lo que significa la palabra emoción. Investigadores como Palmero, Fernández-Abascal, Martínez-Sánchez y Chóliz (2002) exponen que la investigación básica sobre las emociones aún no proporciona una base

firme donde apoyar muchos de los resultados parciales que continuamente provee la investigación, y afirman que, por sorprendente que parezca, actualmente se carece de una definición y hasta de un concepto de emoción que sea aceptado por todos. A pesar de estas limitaciones y dificultades conceptuales, destacamos lo siguiente:

- a) La emoción es un proceso complejo, multidimensional, en el que están integradas respuestas de tipo neurofisiológico, motor y cognitivo.
- b) En los seres humanos, emoción y cognición están integrados. Ser solamente racionales nos niega el acceso a una fuente compleja de conocimiento emocional, que informa adaptativamente a la acción y contribuye a la resolución de problemas y a la toma de decisiones. Las emociones son indispensables para la toma de decisiones porque orientan en la dirección adecuada.
- c) Nuestro bagaje emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas (Goleman, 2001).
- d) En un sentido real, todos tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra que siente, y estas dos formas de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental. La mente racional es la modalidad de comprensión de la que solemos ser más conscientes, nos permite ponderar y reflexionar. El otro tipo de conocimiento, más impulsivo y más poderoso aunque a veces ilógico es la mente emocional (Goleman, 2001).
- e) Existe una razón para que seamos emocionales. Nuestras emociones son parte de nuestra inteligencia. Es necesario resolver la división entre emocional y racional, dando un nuevo paso evolutivo cultural. (Greenberg, 2000).
- f) Las emociones son importantes para el ejercicio de la razón. El cerebro emocional se halla tan implicado en el razonamiento como lo está el cerebro pensante. La emoción guía nuestras decisiones instante tras instante, trabajando mano a mano con la mente racional y capacitando, o incapacitando, al pensamiento mismo. (Evans 2002)



#### **2.4.5. EL PROCESO EMOCIONAL EN EL CEREBRO.**

La investigación sobre el cerebro emocional tiene sus antecedentes en las investigaciones de (Sperry y MacLean. Roger Sperry 1981) fue el investigador que ganó el Premio Nobel de Medicina en 1981 al descubrir que el hemisferio derecho de nuestro cerebro contribuye a la inteligencia tanto como lo hace el hemisferio izquierdo. Por su parte, (Paul MacLean 1949), estableció que la totalidad del cerebro está conformada por tres estructuras diferentes: el sistema neocortical, el sistema límbico y el sistema reptil.

El sistema límbico, también llamado cerebro emocional, asocia diferentes partes del sistema cerebral (amígdala, hipotálamo, hipocampo y tálamo) con las emociones. (Goleman 2001) explica que la amígdala en los seres humanos es una estructura relativamente grande en comparación con la de los primates. Existen en realidad dos amígdalas que forman parte de un conglomerado de estructuras interconectadas organizadas en forma de almendra.

Se hallan encima del tallo encefálico, cerca de la base del anillo límbico, ligeramente desplazadas hacia adelante, el hipocampo y la amígdala fueron dos piezas claves del primitivo “cerebro olfativo” que, a lo largo del proceso evolutivo, terminó dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex, la amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y en la actualidad se entiende que es una estructura límbica muy ligada a los procesos de aprendizaje y memoria, la amígdala compone una especie de depósito de la memoria emocional y en consecuencia, también se puede considerar como un depósito de significado.

(LeDoux 1999), neurocientífico del Center for Neural Science de la Universidad de Nueva York, fue el primero en descubrir el importante papel que desempeña la amígdala en el cerebro emocional, este investigador encontró que junto a la larga vía neuronal que va al córtex, existe una pequeña estructura neuronal que comunica directamente al tálamo con la amígdala, esta vía secundaria y más corta permite que la amígdala reciba algunas señales de manera directa de los sentidos y emita una respuesta antes de que sean registradas por el neocórtex lo que explica la forma en que la amígdala y asume el control cuando el cerebro pensante, el neocórtex, todavía no ha llegado a tomar ninguna decisión.

#### **2.4.6. LOS DIFERENTES TIPOS DE EMOCIONES**

Una de las clasificaciones más empleadas dentro de la psicología es la de distinguir entre “emociones básicas o primarias y emociones complejas o secundarias”. Las emociones básicas, también denominadas primarias, puras o elementales, se reconocen por una expresión facial característica. El argumento sobre la existencia de al menos algunas emociones que no son aprendidas sino universales e innatas se debe en cierta medida a (Paul Ekman 1992) de la Universidad de California, quien descubrió que las expresiones faciales de estas emociones son reconocidas por personas de distintas culturas, lo cual les otorga un carácter de universal.

Las emociones básicas se inician con rapidez y duran unos segundos cada vez, los investigadores discrepan en lo que concierne al número de ellas, pero en general se reconocen como tales: la alegría, la aflicción o tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco, no existe cultura alguna de la que estén ausentes estas emociones. No son aprendidas sino que forman parte de la configuración del ser humano. Esto se evidencia en la presencia de las mismas expresiones faciales en los ciegos congénitos. Se pueden usar palabras o conceptos distintos para describir una determinada emoción, pero la expresión facial es la misma. Las emociones básicas están grabadas en los circuitos nerviosos de los genes y no a través de la cultura. Sólo una vez activada la conciencia, transcurridos unos cientos de milisegundos, las reglas de exhibición culturalmente determinadas se imponen sobre la respuesta biológica elemental.

(Evans 2002) también apoya la propuesta de incluir una tercera categoría denominada emociones cognitivas superiores, las cuales serían menos innatas que las emociones básicas, pero más innatas que las culturalmente específicas, las emociones cognitivas superiores difieren de las emociones básicas en que no son tan rápidas y automáticas ni se hallan asociadas universalmente a una única expresión facial.

Se cree que estas emociones se procesan en áreas del neocórtex, por lo que estarían más expuestas a la influencia de los pensamientos conscientes y por lo tanto, más susceptibles de variación cultural, esta propuesta considera que esas emociones son universales porque forman parte de la naturaleza humana, presentan una mayor variabilidad cultural, su

desarrollo y extinción toman más tiempo que en las emociones básicas entre las emociones cognitivas superiores se incluyen las siguientes: amor, culpabilidad, vergüenza, desconcierto, orgullo, envidia y celos.

#### **2.4.7. DESCRIPCIÓN DE LAS EMOCIONES**

De igual manera autores como (Fernández-Abascal, Martín y Domínguez 2001: 308), clasifican las emociones en primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras, y las describen de la siguiente manera:

- a) Emociones primarias: parecen poseer una alta carga genética, en el sentido que presentan respuestas emocionales preorganizadas que, aunque son modeladas por el aprendizaje y la experiencia, están presentes en todas las personas y culturas.
- b) Emociones secundarias: emanan de las primarias, se deben en gran grado al desarrollo individual y sus respuestas difieren ampliamente de unas personas a otras.
- c) Emociones negativas: implican sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañina y la movilización de muchos recursos para su afrontamiento. Ej.: el miedo, la ira, la tristeza y el asco.
- d) Emociones positivas: son aquellas que implican sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa, tienen una duración temporal muy corta y movilizan escasos recursos para su afrontamiento. Ej.: felicidad.
- e) Emociones neutras: son las que no producen intrínsecamente reacciones ni agradables ni desagradables, es decir que no pueden considerarse ni como positivas ni como negativas, y tienen como finalidad el facilitar la aparición de posteriores estados emocionales. Ej.: la sorpresa.

## **2.4.8. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES**

A partir de los aportes realizados por (Marina y López 1996), Fernández Abascal, Martín y Domínguez (2001), Greenberg (2000) se presenta a continuación la descripción de algunas emociones:

Es una emoción negativa que se activa por la percepción de un peligro presente e inminente, por lo cual se encuentra muy ligada al estímulo que la genera, es una señal emocional de advertencia que se aproxima un daño físico o psicológico, el miedo también implica una inseguridad respecto a la propia capacidad para soportar o manejar una situación de amenaza, la intensidad de la respuesta emocional de miedo depende de la incertidumbre sobre los resultados.

### **2.4.8.1 EL MIEDO**

El miedo es una de las emociones más intensas y desagradables, genera aprensión, desasosiego y malestar, su característica principal es la sensación de tensión nerviosa, de preocupación y recelo por la propia seguridad o por la salud, habitualmente acompañada por la sensación de pérdida de control.

### **2.4.8.2 LA IRA**

Es una emoción negativa que se desencadena ante situaciones que son valoradas como injustas o que atentan contra los valores morales y la libertad personal; situaciones que ejercen un control externo o coacción sobre nuestro comportamiento, personas que nos afectan con abusos verbales o físicos y situaciones en las cuales consideramos que se producen tratamientos injustos y el bloqueo de metas.

La ira produce efectos subjetivos o sentimientos de irritación, enojo, furia y rabia. También va acompañada de obnubilación, incapacidad o dificultad para la ejecución eficaz de los procesos cognitivos. La ira a su vez produce una sensación de energía o impulsividad, de necesidad subjetiva de actuar física o verbalmente de forma intensa e inmediata, para solucionar de forma activa la situación problemática. Se aprecia como una experiencia aversiva, desagradable e intensa.

Es la emoción potencialmente más peligrosa ya que su propósito funcional es el de destruir las barreras que se perciben, desde una perspectiva evolutiva, la ira moviliza la energía hacia la autodefensa.

#### **2.4.8.3 LA TRISTEZA**

Es una emoción que se produce en respuesta a sucesos que son considerados como no placenteros, se ha social con la melancolía, la tristeza es una forma de displacer que se produce por la frustración de un deseo apremiante, cuya satisfacción se sabe que resulta imposible, los desencadenantes de la tristeza son la separación física o psicológica, la pérdida o el fracaso; la decepción, especialmente si se han desvanecido esperanzas puestas en algo.

#### **2.4.8.4 EL ASCO**

Es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable causada por algo. Es una emoción compleja que implica una respuesta de rechazo a un objeto deteriorado, a un acontecimiento psicológico o a valores morales repugnantes.

#### **2.4.8.5 LA FELICIDAD**

Es el estado de ánimo que se complace en la posesión de algún bien. La felicidad facilita la empatía, lo que promueve la aparición de conductas altruistas. así mismo, contribuye al rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización. Los desencadenantes de la felicidad son los éxitos o los logros, la consecución de los objetivos que se pretenden. Igualmente se produce por la congruencia entre lo que se desea y lo que se posee, entre las expectativas y las condiciones actuales, y en la comparación con las demás personas.

#### **2.4.8.6 LA SORPRESA**

Es la más breve de las emociones. Es una reacción causada por algo imprevisto o extraño, como un trueno o una celebración no anunciada. Los acontecimientos cognitivos también provocan sorpresa. La sorpresa también se da cuando se producen consecuencias o resultados inesperados o interrupciones de la actividad en curso. El significado funcional de la sorpresa es preparar al individuo para afrontar de forma eficaz los acontecimientos

repentinos e inesperados y sus consecuencias. La sorpresa suele convertirse rápidamente en otra emoción. Se asocian a la sorpresa los siguientes términos: asombro, pánico, estupefacción, extrañeza.

#### **2.4.8.7 LA ANSIEDAD**

Es un estado de agitación, inquietud y zozobra, parecida a la producida por el miedo, la ansiedad es desproporcionalmente intensa con relación a la supuesta peligrosidad del estímulo, la ansiedad como todas las emociones es en principio un conjunto de procesos adaptativos reacciones defensivas innatas, garantes de la supervivencia de las personas.

Hay dos tipos de ansiedad: la ansiedad inespecífica, que no está asociada a estímulos determinados y la ansiedad específica, que está suscitada por un estímulo concreto que puede ser real o simbólico, la ansiedad es a su vez el componente patológico de los llamados “trastornos por ansiedad”, los cuales están relacionados con una reacción de miedo desmedida e inapropiada: sin duda, también es la reacción que produce la mayor cantidad de trastornos mentales, conductuales y psicofisiológicos. La ansiedad produce efectos subjetivos de tensión, nerviosismo, malestar, preocupación, aprensión e incluso puede llegar a sentimientos de pavor o pánico.

#### **2.4.8.8 LA HOSTILIDAD**

Es una emoción negativa que implica una actitud social de resentimiento que conlleva respuestas verbales o motoras implícitas, es un sentimiento mantenido en el tiempo, en el que concurren el resentimiento, la indignación, la acritud y la animosidad, los desencadenantes de la hostilidad son la violencia física y el sufrir hostilidad indirecta, la hostilidad se desencadena cuando percibimos o atribuimos en otras personas, hacia nosotros o hacia personas queridas de nuestro entorno, actitudes de irritabilidad, de negativismo, de resentimiento, de recelo o de sospecha, los efectos subjetivos de la hostilidad implican usualmente sensaciones airadas.

#### **2.4.8.9 EL AMOR/CARIÑO**

Es el afecto que sentimos por otra persona, animal, cosa o idea, la reacción de amor puede implicar dos tipos de reacción: el amor apasionado y el de compañero, el amor apasionado, llamado también “amor obsesivo” o “enamoramiento”, es una emoción intensa que se

refiere a un estado de intenso anhelo por la unión con el otro, el amor de compañero, llamado “amor verdadero”, “cariño”, “amor conyugal”, es una emoción menos intensa, que combina sentimientos de profundo cariño, compromiso e intimidad.

El procesamiento cognitivo del amor se inicia ante una situación que suele poseer una alta novedad, pero con cierto grado de predictibilidad, el suceso se valora como relevante para el bienestar general y psicológico, los efectos subjetivos del amor, especialmente del apasionado, son sentimientos que están mezclados con otras experiencias emocionales intensas como la alegría, celos, soledad, tristeza, miedo e ira. Se asocia al amor los siguientes términos: atracción, añoranza, afecto, deseo, ternura, pasión, cariño, compasión, capricho, simpatía.

#### **2.4.8.10 LA VERGÜENZA**

Emoción negativa desencadenada por una creencia en relación con el propio carácter.

#### **2.4.8.11 EL DESPRECIO Y EL ODIO**

Emociones negativas desencadenadas por creencias sobre el carácter de otros. (El desprecio lo induce el pensamiento de que el otro es inferior; el odio, el pensamiento de que es malo).

#### **2.4.8.12 LA CULPA**

Emoción negativa desencadenada por una creencia sobre la acción de otro.

#### **2.4.8.13 EL AMOR PROPIO O DIGNIDAD**

Emoción positiva provocada por una creencia sobre el propio carácter.

#### **2.4.8.14 LA SIMPATÍA**

Emoción positiva provocada por una creencia sobre el carácter de otro.

#### **2.4.8.15 EL ORGULLO**

Emoción positiva provocada por una creencia sobre la propia acción.

#### **2.4.8.16 LA ADMIRACIÓN**

Emoción positiva provocada por una creencia sobre la acción realizada por otro.

#### **2.4.8.17 LA ENVIDIA**

Emoción negativa causada por el merecido bien de alguien.

#### **2.4.8.18 LA INDIGNACIÓN**

Emoción negativa causada por el bien inmerecido de alguien.

#### **2.4.8.19 LA CONGRATULACIÓN**

Emoción positiva causada por el merecido bien de alguien.

#### **2.4.8.20 LA COMPASIÓN**

Emoción negativa causada por la desgracia no merecida de alguien.

### **2.4.9. AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL**

La conciencia emocional comienza cuando nos contactamos con nuestras emociones, las cuales están presentes en todos nosotros y entendemos de qué forma afecta a lo que percibimos, pensamos y hacemos, las emociones corren en paralelo con nuestros pensamientos, siempre experimentamos alguna emoción pero a veces es tan sutil que no le damos tanta importancia en nuestra actividad diaria, generalmente experimentamos cientos de emociones con diversa intensidad, que vienen y van con los acontecimientos cotidianos, las sensaciones nos acompañan siempre, pero rara vez les prestamos atención.

### **2.4.10. EL MANEJO DE LAS EMOCIONES Y ESTRATEGIAS PARA SU CONTROL**

Una de las habilidades fundamentales de la inteligencia emocional es el adecuado manejo de las emociones en uno mismo, también llamada autocontrol emocional. El control de las emociones no significa que ellas deban suprimirse, sino que se refiere a cómo manejarlas, regularlas o transformarlas si es necesario.

Hay personas que poseen la habilidad para enfrentar positivamente las tensiones emocionales, sin embargo, a otras les cuesta mucho o se enfrentan de manera inadecuada, se escapan o las evitan. La evitación y el escape no son buenas soluciones para enfrentarse



a las tensiones emocionales porque no resuelven las fuentes del conflicto, crean grandes insatisfacciones y terminan por debilitar la integridad emocional.

A continuación se presenta una pequeña guía para el control de las emociones:

#### **2.4.10.1 LA RESPIRACIÓN**

La respiración es esencial para la vida. Una respiración correcta es un antídoto contra el estrés. Los ejercicios de respiración han demostrado ser útiles en la reducción de la ansiedad, la depresión, la irritabilidad, la tensión muscular y la fatiga. La respiración nos proporciona una mejor oxigenación optimizando la vida, cuanto más oxigenado tengamos el cerebro, seremos más claros, más lúcidos y más eficaces.

Los ejercicios que estimulan la respiración abdominal ayudan a relajar la mente. El mero hecho de concentrarnos en el acto de respirar detiene el flujo de pensamientos inquietantes y angustiosos que se suelen experimentar en un estado de estrés o ansiedad.

#### **2.4.10.2 LA RELAJACIÓN**

La relajación es un estado del cuerpo y de la mente, que se alcanza de forma progresiva; contribuye a reposar los músculos, liberar tensiones y al logro de mayores niveles de concentración. La relajación es tan importante como la respiración, ambas están interrelacionadas a tal punto que una modifica la otra. Cuando nuestro cuerpo está en tensión, envía señales al cerebro de que no estamos tranquilos y se genera un círculo promotor de ansiedad. Para mantener la regulación emocional es importante mantener también un cuerpo relajado y tonificado. La relajación muscular profunda reduce la tensión fisiológica y es incompatible con la ansiedad.

La relajación física resulta esencial para combatir estados emocionales relacionados con la ansiedad, el estrés, el miedo, el manejo de la rabia y la depresión, entre otros. No siempre es posible eliminar las causas que generan estos estados emocionales, pero aprender a relajar el cuerpo ayuda a reforzar la resistencia a esas situaciones y asumir mejor las exigencias cotidianas.

### **2.4.10.3 LA VISUALIZACIÓN**

La visualización es una técnica muy útil para conseguir un mayor control de la mente, las emociones y el cuerpo, y para efectuar cambios deseados en la conducta. Consiste en concentrarse en imágenes mentales. El propósito de la visualización es reprogramar las actitudes mentales de la persona y así capacitarlo para efectuar cambios positivos en su mente, emoción y conducta.

La visualización se utiliza con diferentes propósitos, por ejemplo, desarrollar relaciones más armoniosas o ganar seguridad en situaciones de carácter social; puede también emplearse como técnica de relajación mental y como método de ayuda para controlar el estrés.

### **2.4.10.4 LA MEDITACIÓN**

La meditación es un estado de sosiego que permite observar los propios pensamientos y actitudes. Es beneficiosa tanto física como mentalmente, y estimula la agudeza mental.

Se ha comprobado que la meditación resulta efectiva al crear un estado de profunda relajación, en un período relativamente corto de tiempo. En ella, el metabolismo del organismo se enlentece; así como disminuye el consumo de oxígeno, la producción de dióxido de carbono, la presión sanguínea, la frecuencia respiratoria y cardíaca. Además, reduce la cantidad de ácido láctico, sustancia producida por el metabolismo del músculo esquelético, asociada con la ansiedad y la tensión. Se ha demostrado, igualmente, que las ondas alfa del cerebro, presentes en el estado de relajación profunda, con la meditación

## **2.5. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS**

### **2.5.1 Internet:**

Internet es una red de redes de millones de ordenadores en todo el mundo. World Wide Web (WWW).

### **2.5.2 Red:**

Según el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE), entendemos como red a un: Conjunto de elementos organizados para un determinado fin.

### **2.5.3 Social:**

Es aquello perteneciente o relativo a la sociedad, se entiende por sociedad al conjunto de individuos que comparten una misma cultura y que interactúan entre sí para conformar una comunidad.

### **2.5.4 Redes sociales:**

Las redes sociales son comunidades virtuales donde sus usuarios interactúan con personas de todo el mundo con quienes encuentran gustos, intereses en común. Funcionan como una plataforma de comunicaciones que permite conectarse emocionalmente mediante estados.

### **2.5.5 Interacción:**

Es una acción recíproca entre dos o más objetos, sustancias, personas o agentes Según su campo de aplicación,

### **2.5.6 Emociones:**

Las emociones son estados afectivos, de expresión súbita y de aparición breve, pueden según David Goleman y otros, crear un impacto positivo o negativo sobre nuestra salud física, mental y espiritual.

### **2.5.7 Afecto:**

Según el “Diccionario de Psicoanálisis” de Laplanche y Pontalis (1968), el afecto designa todo estado emocional, penoso o agradable, vago o preciso, ya se presente en forma de una descarga masiva o como una tonalidad general.

### **2.5.8 Sentimiento:**

Se deriva del latín sentire, que condensa los significados de “sensación”, “percibir a través de los sentidos” y “darse cuenta de algo”, “pensar, opinar”.

### **2.5.9 Relaciones Interpersonales:**

Son contactos profundos o superficiales que existen entre las personas durante la realización de cualquier actividad. (Mercedes Rodríguez Velázquez).

### **2.5.10 Redes Sociales:**

Son sitios web que ofrecen servicios y funcionalidades de comunicación diversos para mantener en contacto a los usuarios de la red. Se basan en software especial que integra numerosas funciones individuales: blogs, wikis, foros, chat, mensajería, etc. en una misma interfaz y que proporciona la conectividad entre los diversos usuarios de la red.

### **2.5.11 Socializar:**

Se denomina socialización o sociabilización al proceso a través del cual los individuos aprenden e interiorizan las normas y los valores de una determinada sociedad y cultura específica. Este aprendizaje les permite obtener las capacidades necesarias para desempeñarse con éxito en la interacción social.

### **2.5.12 Transición:**

Es la acción y efecto de pasar de un modo de ser o estar, a otro muy distinto del anterior. Representa un cambio de un estado a otro.

### **2.5.13 Virtual:**

El concepto, de todas formas, está actualmente asociado a lo que tiene existencia aparente y no real o física. Este término es muy usual en el ámbito de la informática y la tecnología para nombrar a la realidad construida mediante sistemas o formatos digitales

## **2.6. VARIABLES**

### **2.6.1. VARIABLE INDEPENDIENTE**

Redes Sociales

### **2.6.2. VARIABLE DEPENDIENTE**

Estados Emocionales

## 2.7 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE	CONCEPTO	CATEGORIA	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<b>INDEPENDIENTE</b> Redes Sociales	Las redes sociales son comunidades virtuales donde sus usuarios interactúan con personas de todo el mundo con quienes encuentran gustos, intereses en común. Funcionan como una plataforma de comunicaciones que permite conectarse emocionalmente mediante estados.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interactúan</li> <li>- Gustos e intereses</li> </ul>	<p>Conocidos Desconocidos</p> <p>Juzgar Socializar Jugar Informarse Aprender Criticar Aparentar Ocultar</p>	Encuesta Cuestionario
<b>DEPENDIENTE</b> Estados Emocionales	La capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los estados anímicos tanto propios como ajenos.	<p>Sentir</p> <p>Estados de ánimo.</p>	<p>Positivas Negativas</p> <p>Alegría Tristeza Enfado Miedo Asombro Envidia</p>	Encuesta Cuestionario

Tabla 1

## CAPÍTULO III

### 3. MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1. MÉTODO:

Los métodos que se utilizarán en el proceso investigativo son: Deductivo – Inductivo, En toda la investigación se establecerá una relación dialéctica entre la teoría que sirve como respaldo científico y la realidad en la cual se va a investigar, en todo el proceso está presente el método Deductivo – Inductivo que va de lo general del problema a lo particular del mismo a través de los procesos analítico – sintético.

#### 3.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

No experimental: Porque se observará la investigación tal como se da en su contexto natural, para después analizarlos.

De campo: Porque se investigará de una manera directa en el lugar donde se genera los hechos.

#### 3.3. TIPO DE INVESTIGACIÓN

**DESCRIPTIVA:** el tipo de estudio en el que se basa esta investigación, es de carácter descriptivo, la investigación descriptiva busca especificar propiedades características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice, lo que se pretende es describir el porqué de un fenómeno en qué condiciones se da este, o por que las variables están relacionadas. Según el objetivo de investigación es **EXPLICATIVO** porque se indago las causas. Es de carácter Cualitativa: Porque se buscará explicar las diferentes razones por las que se da dicho problema.

### **3.4. TIPO DE ESTUDIO**

En la presente investigación se manejará el estudio transversal, ya que se estudiará el problema una sola vez.

### **3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA**

#### **3.5.1. POBLACIÓN**

Nuestra población a investigar es de 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo.

#### **3.5.2. MUESTRA**

En la presente investigación no es necesario realizar el cálculo de una muestra ya que es oportuno trabajar con toda la población.

#### **3.5.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

A fin de recabar información del tema a investigarse se aplicará la técnica de la encuesta de forma directa a todos los involucrados en el tema del trabajo investigativo, cuyo instrumento será el cuestionario elaborado previamente partiendo de las variables.

### **3.6. TÉCNICAS PARA PROCEDIMIENTO E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

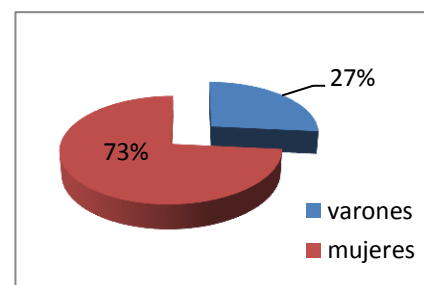
Se utilizarán TABLAS y gráficos estadísticos para una mejor comprensión de los resultados obtenidos, para analizar e interpretar los valores adquiridos.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

**Datos Estadísticos de hombres y mujeres estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías.**

ESTRATOS				
CURSO	VARONES	MUJERES	TOTAL	%
CARRERA DE PSICOLOGÍA A EDUCATIVA	78	216	294	100%



**Tabla 2**

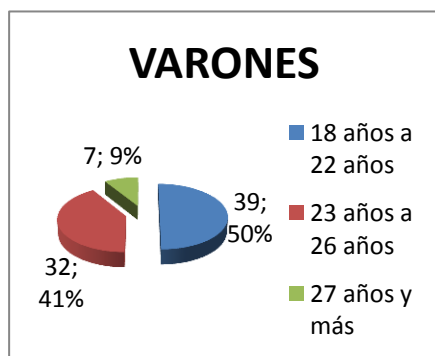
**Gráfico 1**

**FUENTE:** Secretaría del la Carrera de Psicología Educativa.  
**Elaborado por:** Israel García

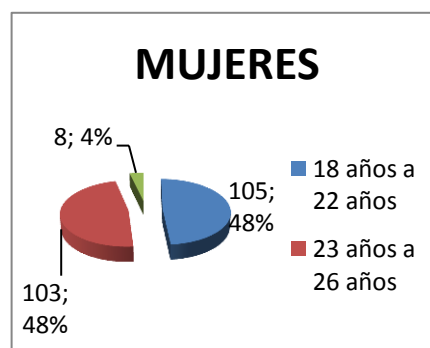
Características Sexo	Estudiantes		Total
	Varones	Mujeres	
	78	216	294
Edad			
18 años a 22 años	39	105	144
Edad			
23 años a 26 años	32	103	135
Edad			
27 años y más	7	8	15
<b>TOTAL DE ALUMNOS</b>			<b>294</b>

**Tabla 3**

**FUENTE:** Secretaría del la Carrera de Psicología Educativa.  
**Elaborado por:** Israel García



**Gráfico 2**



**Gráfico 3**



### 1.- ¿Si eres miembro de una red social, elige a cual perteneces?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Facebook	279	95%
Twitter	5	2%
Hi5	3	1%
Instagram	6	2%
Otras	1	0%
Total	294	100%

Tabla 4

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

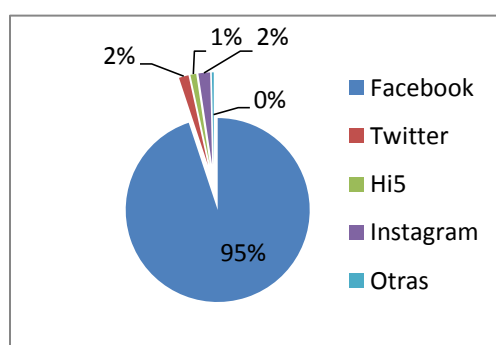


Gráfico 4

#### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población referente a que red social es miembro, 279 personas que determina el 95% manifiestan ser parte de la red social Facebook, mientras que 5 personas entre hombres y mujeres con el 2% comentan ser parte de Twitter, 3 personas con el 1% dicen ser parte de HI5, 6 estudiantes con el 2% afirman ser parte de Instagram y una persona comenta que es parte de otra red social.

#### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

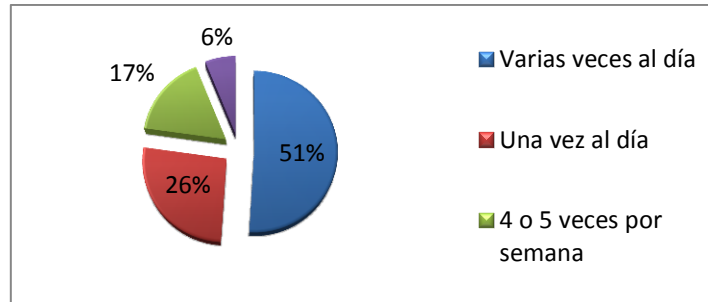
Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres son miembros de la red Social Facebook, afirmándonos que el Facebook es la red social que más suscriptores posee.

**2.- ¿Con qué frecuencia te conectas a través de redes sociales? Si no está la frecuencia exacta elige la que más se acerque.**

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Varias veces al día	150	51%
Una vez al día	77	26%
4 o 5 veces por semana	49	17%
una vez al mes	18	6%
Total	294	100%

**Tabla 5**

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García



**Gráfico 5**

### **ANÁLISIS DESCRIPTIVO:**

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población referente a la frecuencia con la que se conectan a una red social se manifiesta que 150 personas que determina el 51% afirman visitar su cuenta de red social varias veces al día, mientras que 77 personas entre hombres y mujeres con el 26% comentan visitar una vez al día, 49 personas con el 17% dicen visitar su cuenta de red social 4 o 5 veces por semana, 18 estudiantes con el 6% afirman visitar una vez al mes su cuenta.

### **ANÁLISIS EXPLICATIVO:**

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres visitan varias veces su cuenta de red social, comprobando de esta manera que forma parte de nuestro estilo de vida.

### 3.- ¿Cuántas horas al día dedicas a la utilización de redes sociales?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Menos de 1 hora	54	18%
Entre 1 y 2 horas	80	27%
Entre 2 y 4 horas	70	24%
Más de 4 horas	90	31%
Total.	294	100%

Tabla 6

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

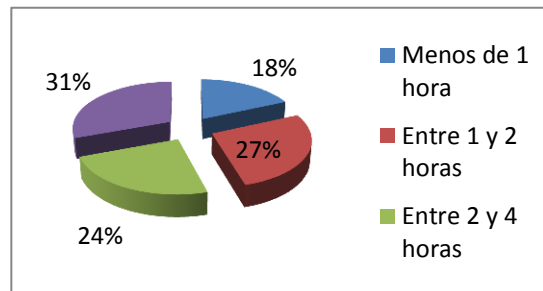


Gráfico 6

#### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población referente a las horas que se dedican a la utilización de sus cuentas de redes sociales se manifiesta que 54 personas que determina el 18% afirman visitar su cuenta de red social menos de una hora, mientras que 88 personas entre hombres y mujeres con el 27% comentan visitar cuentas de redes sociales entre una y dos horas al día, 70 personas con el 24% dicen visitar su cuenta de red social entre 2 y 4 horas al día, 90 estudiantes con el 31% afirman visitar su cuenta de red social más de 4 horas al día.

#### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

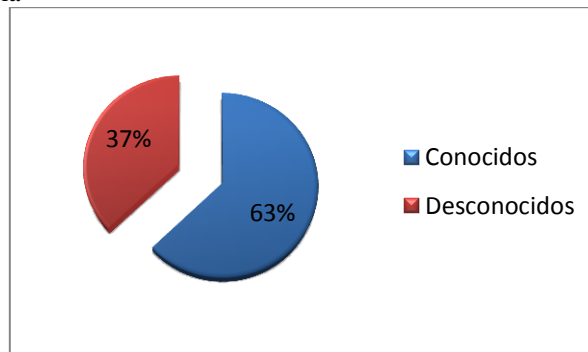
Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres visitan más de cuatro horas sus cuentas de redes sociales, comprobando de esta manera que existe un despilfarro de tiempo, tomando en cuenta que existe un bajo porcentaje de estudiantes que dicen visitar sus cuentas de redes sociales menos de una hora.

#### 4.- ¿Cuándo estás en tu cuenta de red social, con qué tipo de personas interactúas?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Conocidos	185	63%
Desconocidos	109	37%
Total	294	100%

**Tabla 7**

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García



**Gráfico 7**

#### **ANALISIS DESCRIPTIVO:**

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia de con quien interactúa en sus redes sociales se manifiesta que 185 personas que determina el 63% afirman interactuar con conocidos, mientras que 109 personas entre hombres y mujeres con el 37% comentan interactuar cibernéticamente con desconocidos.

#### **ANALISIS EXPLICATIVO:**

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres comparten e interactúan con conocidos, tomando en cuenta que existe un bajo porcentaje cercano donde los estudiantes comentan interrelacionarse por medio de redes sociales con desconocidos sin tomar en cuenta el problema que esto puede acarrear.

### 5.- ¿Utilizas redes sociales para indagar la vida de otras personas?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	57	20%
Frecuentemente	36	12%
A veces	89	30%
Rara vez	68	23%
Nunca	44	15%
Total	294	100%

Tabla 8

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

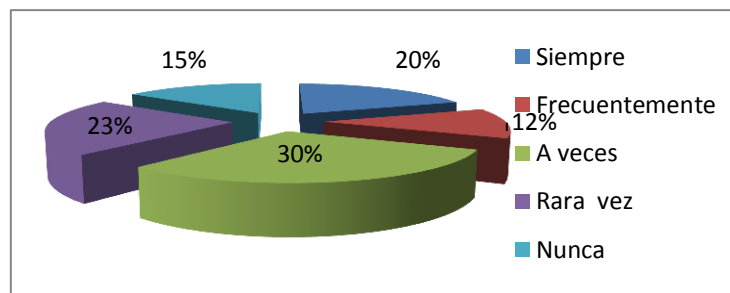


Gráfico 8

#### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población referente a la utilización de las redes sociales como medio de indagación de la vida privada se manifiesta que 57 personas que determina el 20% afirman visitar siempre su cuenta de red social, mientras que 36 personas con el 12% comentan visitar frecuentemente sus cuentas de redes sociales, 89 personas con el 30% dicen visitar a veces su cuenta de red social, 68 estudiantes con el 23% afirman visitar su cuenta de red social y 44 estudiantes con el 15% afirma nunca ingresar a sus redes sociales para indagar la vida de la otras personas.

#### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres visitan sus cuentas de redes sociales para indagar la vida de otras personas, complementando que muy pocas personas indagan la vida de otras personas por estos medios.

## 6.- ¿Cuándo utilizas redes sociales ingresas para? Selecciona una o varias alternativas

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Juzgar	30	7%
Jugar	44	13%
Informarse	111	26%
Aprender	23	7%
Criticar	85	25%
Aparentar	50	14%
Total	343	100%

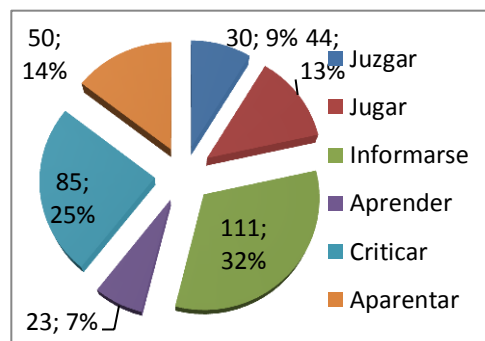


Gráfico 9

Tabla 9

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población referente a las actividades que se realiza al momento de ingresar a una red social, se manifiesta que 30 personas que determina el 7% afirman visitar siempre su cuenta de red social para juzgar, mientras que 44 personas entre hombres y mujeres con el 13% comentan visitar frecuentemente sus cuentas de redes sociales para jugar, 110 personas con el 26% dicen visitar su cuenta de red social para informarse, 23 estudiantes con el 7% afirman visitar su cuenta de red social para aprender, 85 estudiantes con el 25% afirma ingresar a sus redes sociales para criticar, de igual manera 50 estudiantes con el 14% afirman ingresar a sus redes sociales para aparentar.

### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que un gran porcentaje de estudiantes varones y mujeres visitan sus cuentas de redes sociales para informarse, mientras un porcentaje inferior comenta que utiliza estos medios para criticar a los demás.

## 7.- ¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones positivas?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	110	37%
Frecuentemente	70	24%
A veces	76	26%
Rara vez	28	10%
Nunca	10	3%
<b>Total</b>	<b>294</b>	<b>100%</b>

Tabla 10

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.

Elaborado por: Israel García

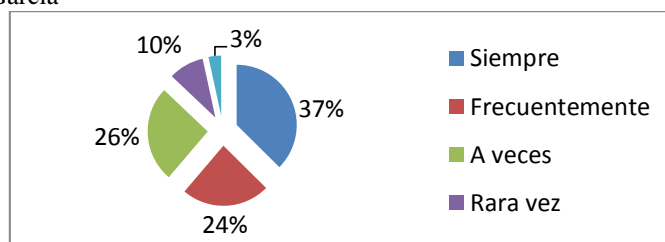


Gráfico 10

### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes han sentido emociones positivas cuando ingresan a sus redes sociales. se manifiesta que 110 personas que determina el 37% afirman siempre tener emociones positivas cuando ingresan a su cuenta de red social, mientras que 70 personas entre hombres y mujeres con el 24% comentan tener frecuentemente emociones positivas, 76 personas con 26% definen que a veces siente emociones positivas, 28 estudiantes con el 10% dicen sentir emociones positivas rara vez, y 10 estudiantes con el 3% afirma que nunca sienten emociones positivas cuando están visitando sus redes sociales.

### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres visitan sus cuentas de redes sociales y tienen emociones positivas en su gran mayoría, mientras que un porcentaje inferior no tiene emociones positivas cuando visita una red social.

## 8.- ¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones negativas?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	32	11%
Frecuentemente	53	18%
A veces	107	36%
Rara vez	68	23%
Nunca	34	12%
Total	294	100%

Tabla 11

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

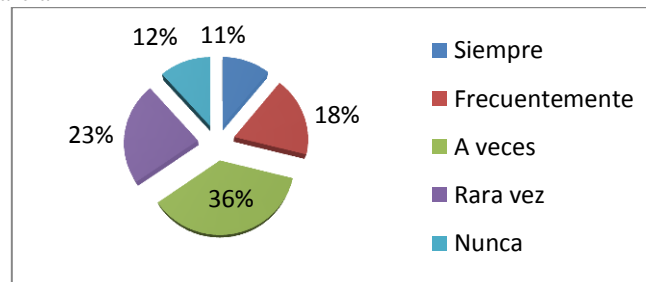


Gráfico 11

### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes han sentido emociones negativas cuando ingresan a sus redes sociales. se manifiesta que 32 personas que determina el 11% afirman siempre tener emociones negativas cuando ingresan a su cuenta de red social, mientras que 53 personas entre hombres y mujeres con el 18% comentan tener frecuentemente emociones negativas, 106 personas con 36% definen que a veces siente emociones negativas, 68 estudiantes con el 23% dicen sentir emociones negativas rara vez, y 34 estudiantes con el 12% afirma que nunca sienten emociones negativas cuando están en sus redes sociales.

### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres visitan sus cuentas de redes sociales y tienen emociones positivas en su gran mayoría, mientras que un porcentaje inferior no tiene emociones negativas cuando visita una red social.



## 9.-¿Sientes alegría al observar que alguien te escribió por medio de redes sociales?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	89	30%
Frecuentemente	63	22%
A veces	57	19%
Rara vez	52	18%
Nunca	33	11%
Total	294	100%

Tabla 12

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García

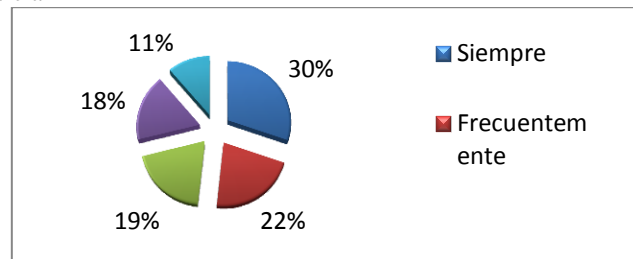


Gráfico 12

### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes han sentido alegría al observar si alguien les escribió por medio de redes sociales, se manifiesta que 89 personas que determina el 30% afirman que siempre les alegra que les hayan escrito por medio de redes sociales, el 63 personas entre hombres y mujeres con el 22% comentan sentir alegría frecuentemente, 57 personas con 19% definen que a veces siente alegría, 52 estudiantes con el 18% dicen sentir alegría rara vez, y 33 estudiantes con el 11% afirma que nunca sienten alegría al observar que alguien les escribió en sus redes sociales.

### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres 294 en total que aborda el 100% manifiestan que existe alegría al observar que alguien les escribió en sus redes sociales, mientras un porcentaje pobre afirma que los estudiantes no sienten alegría cuando alguien les escribe en redes sociales.

### 10.-¿ Al ver una fotografía o estado en tu cuenta de red social, has sentido alegría?

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	28	9%
Frecuentemente	107	36%
A veces	93	32%
Rara vez	52	18%
Nunca	14	5%
Total	294	100%

Tabla 13

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.

Elaborado por: Israel García

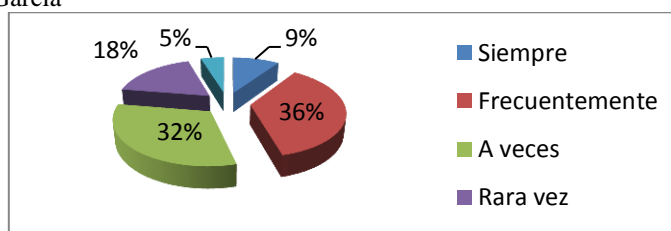


Gráfico 13

#### ANÁLISIS DESCRIPTIVO:

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes han sentido alegría al observar una fotografía publicada en las redes sociales, se manifiesta que 28 personas que determina el 9% afirman que siempre les alegra ver fotografías por medio de redes sociales, mientras que 107 personas entre hombres y mujeres con el 36% comentan sentir alegría frecuentemente, 93 personas con 32% definen que a veces sienten alegría al ver fotografías en su cuenta de redes sociales, 52 estudiantes con el 18% dicen sentir alegría rara vez, y 14 estudiantes con el 5% afirma que nunca sienten alegría al observar fotografías en redes sociales.

#### ANÁLISIS EXPLICATIVO:

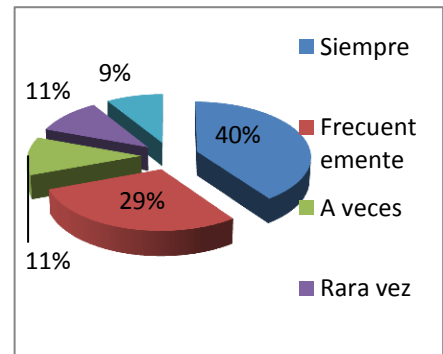
Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres 294 en total que aborda el 100% manifiestan que existe alegría al observar fotografías en redes sociales, mientras un porcentaje pobre afirma que los estudiantes no sienten alegría al ver fotografías.

**11.-¿Cuándo escribes una publicación en tu cuenta de red social tratas de transmitir a tus contactos, estados de emoción? (sea de alegría o tristeza)**

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	118	40%
Frecuentemente	86	29%
A veces	33	11%
Rara vez	31	11%
Nunca	26	9%
Total	294	100%

**Tabla 14**

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García



**Gráfico 14**

**ANALISIS DESCRIPTIVO:**

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes tratan de transmitir estados emocionales cuando escriben una publicación en las redes sociales, se manifiesta que 118 personas que determina el 40% afirman que siempre transmiten estados emocionales ya sean positivos o negativos cuando escriben una publicación por medio de redes sociales, mientras que 86 personas entre hombres y mujeres con el 29% comentan que transmiten frecuentemente emociones positivas o negativas cuando escriben, 33 personas con 11% definen que a veces tratan de transmitir emociones positivas o negativas su cuenta de redes sociales, 31 estudiantes con el 12% dicen transmitir rara vez emociones positivas o negativas, y 26 estudiantes con el 9% afirma que nunca tratan de transmitir estados emocionales en redes sociales.

**ANALISIS EXPLICATIVO:**

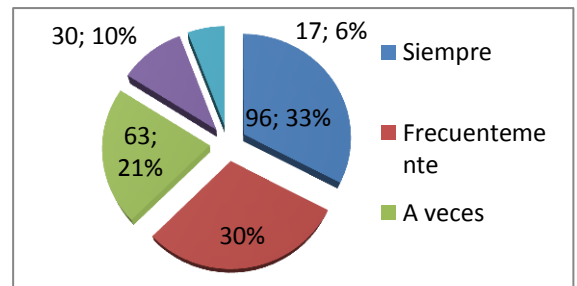
Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres 294 en total que aborda el 100% manifiestan siempre trata de transmitir estados de emoción cuando realiza una publicación en redes sociales, mientras un porcentaje pobre afirma que los estudiantes no transmiten emociones por medio de las publicaciones.

**12.-¿Cuándo ingresas a tu red social, has sentido emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia?**

Alternativa de respuesta	Respuesta	Porcentaje
Siempre	96	33%
Frecuentemente	88	30%
A veces	63	21%
Rara vez	30	10%
Nunca	17	6%
<b>Total</b>	<b>294</b>	<b>100%</b>

**Tabla 15**

FUENTE: Encuesta aplicada a la Carrera de Psicología Educativa.  
Elaborado por: Israel García



**Gráfico 15**

**ANÁLISIS DESCRIPTIVO:**

De 294 estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa comprendido entre 78 varones y 216 mujeres, que equivale al 100% de la población con referencia a si los estudiantes han sentido emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia cuando ingresan a una de sus redes sociales, se manifiesta que 96 personas que determina el 33% afirman que siempre sienten estados emocionales como como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia cuando ingresan a sus redes sociales, mientras que 88 personas entre hombres y mujeres con el 30% comentan que frecuentemente sienten emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia cuando ingresan a una cuenta de redes sociales , 63 personas con 21% definen que a veces sienten emociones varias , 30 estudiantes con el 10% dicen sentir emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia raras veces, y 17 estudiantes con el 6% afirma que nunca sienten emociones diversas al visitar sus redes sociales.

**ANÁLISIS EXPLICATIVO:**

Del análisis de los datos descriptivos se evidencia que el porcentaje más elevado de estudiantes varones y mujeres 96 en total que aborda el 33% manifiestan siempre sienten emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia cuando ingresan a una de sus cuentas de redes sociales, mientras un porcentaje pobre con 17 estudiantes que equivale al 6% afirma que los estudiantes no sienten emociones al visitar sus redes sociales.

## CAPITULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. CONCLUSIONES

Con base a todo el desarrollo de la investigación se llega a las siguientes conclusiones:

- Los estudiantes varones y mujeres de la Carrera de Psicología Educativa de la Universidad Nacional de Chimborazo, manifiestan que utilizan redes sociales a gran escala en factores como el tiempo y en métodos de utilización inadecuados, evidenciando que la utilización de estos medios no son fructíferos.
- Las redes sociales al ser utilizadas como vías multimedia para el contacto instantáneo de comunicación entre personas, da la oportunidad para que esto influya significativamente en los estados emocionales de los estudiantes al ser partícipes de las publicaciones, estados, y mensajería.
- Las redes sociales fueron creadas con varios propósitos en la vida cibernética de la gente, por ese motivo se toma en cuenta dos factores, uno el tiempo empleado para la utilización y el impacto que ejerce en sus usuarios, mediante esta investigación se puede concluir que las redes sociales al ser utilizadas por los usuarios evidentemente influye en los estados emocionales, concluyendo que los estudiantes de la Carrera de Psicología Educativa si están influenciados por estos dos factores.

## 5.2. RECOMENDACIONES

- En base a las conclusiones obtenidas en la investigación se recomienda usar las redes sociales con un control adecuado, es decir, no exagerar en su uso, pues se convierte en una adicción, además de las desventajas que esto conlleva. Debemos evitar agregar información excesiva a nuestra cuenta para evitar problemas futuros.
- Debemos tomar en cuenta que no todas las personas podemos tolerar ciertas publicaciones perturbadoras en nuestras cuentas, por ello se recomienda escoger las amistades dentro de este vínculo, y medir en gran escala los tipos de publicaciones que se realicen, de igual manera tomar en cuenta que este no es el único medio de comunicación que puede facilitarnos el contacto con nuestros vínculos sociales.
- Se recomienda que también debemos buscar otros espacios de entretenimiento, y recordar siempre que las redes sociales no solamente son un método para aliviar la soledad o un medio para buscar amigos, por medio de este factor se socializa la implementación de talleres para que se dé a conocer los resultados y que la gente tome conciencia sobre las consecuencias de estos métodos.

## **BIBLIOGRAFÍA**

**Galdeón, G.** (2008). “Teoría y práctica de la documentación informativa”, Ed. Ariel Comunicación,

**Ortega, F. y Humanes, M. L.** (2000.) Algo más que periodistas. Sociología de una profesión, Ariel, Barcelona,

Revisión de Bisquerra (2000) y Calhoun y Salomom (1989).

**(El libro de las emociones)** 1<sup>a</sup> edición virtual **e-libro.net de Laura Esquivel**

### **Página # 36**

SAVATER, Fernando (2000): El valor de educar en la Sociedad de la Información.

VYGOTSKI, L. S. *Desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona: Crítica. 1979.

GOLEMAN, Daniel. La inteligencia emocional, José Vergara Editor.

AGUIRRE, M. (2003), La Web como memoria organizada: el hipocampo colectivo de la Red, Autores: Javier Candeira, Localización: Revista de Occidente, ISSN 0034-8635, N° 239, 2001 , pags. 87-113

Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (2002). Corazón y razón. En Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (Eds.).

Corazones inteligentes. (pp. 17-34). Barcelona: Kairós.

Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

Goleman, D. (1999). La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.

Goleman, D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Cherniss, C. y Goleman, D. (Eds.). The emotionally intelligent workplace.(pp.13-26). San Francisco: Jossey-Bass

- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.
- Evans, D. (2002). Emoción: La ciencia del sentimiento. Madrid: Taurus.
- Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
- Goleman, D. (2001). Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Chemiss, C. y Goleman, D. (Eds.).
- The emotionally intelligent workplace.(pp.13-26). San Francisco: Jossey-Bass
- Greenberg, L. (2000). Emociones: una guía interna. Bilbao: Desclée De Brouwer.

## **WEBGRAFÍA.**

[https://www.google.com.ec/?gws\\_rd=ssl#q=las+redes+sociales+a+nivel+mundial](https://www.google.com.ec/?gws_rd=ssl#q=las+redes+sociales+a+nivel+mundial)

<http://www.rvillanuevarios.com/las-redes-sociales-de-mayor-crecimiento/>

[http://blog.formaciongerencial.com/2014/05/16/ranking-redes-sociales-ecuador-mayo-2014/.](http://blog.formaciongerencial.com/2014/05/16/ranking-redes-sociales-ecuador-mayo-2014/)

<http://www.inteligencia-emocional.org/>

<http://www.psicologia-online.com>

<http://www.emocionol.com>

<http://www.eiconsortium.org/>

<http://www.casel.org/home/index.php>

<http://www.eq.org/>

<http://www.maestrosdelweb.com/editorial/redessociales/>



# ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS  
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

## CUESTIONARIO

El objetivo del presente cuestionario es obtener información acerca de la incidencia que ejercen las redes sociales sobre los estados emocionales de los estudiantes de la Escuela de Psicología Educativa de la UNACH, con el propósito de obtener datos que nos permitan determinar si las redes sociales son una de las causas principales para que exista impacto emocional en los estudiantes de Psicología Educativa

La veracidad de sus respuestas ayudara al correcto desenvolvimiento de este proyecto, garantizamos su anonimato.

Datos Informativos.

SEXO H  M  Edad años

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada pregunta y responda en los casilleros correspondientes marcando con una X.

1 ¿Si eres miembro de una red social, elige a cual perteneces?

Facebook   
Twitter   
Hi5   
Instagram   
Otras.....

2 ¿Con qué frecuencia te conectas a través de redes sociales? si no está la frecuencia exacta elige la que más se acerque.

Varias veces al día   
Una vez al día   
4 o 5 veces por semana   
Una vez al mes

3 ¿Cuántas horas al día dedicas a la utilización de redes sociales?

Menos de 1 hora   
Entre 1 y 2 horas   
Entre 2 y 4 horas   
Más de 4 horas

4 ¿Cuándo estás en tu cuenta de red social, con qué tipo de personas interactúas?

Con Conocidos

Con Desconocidos

5 ¿Utilizas redes sociales para indagar la vida de otras personas?

Siempre   
Frecuentemente   
A veces   
Rara vez   
Nunca

6. ¿Cuándo utilizas redes sociales ingresas para? Selecciona una o varias alternativas

Juzgar   
Jugar   
Informarse   
Aprender   
Criticar   
Aparentar

7 ¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones positivas?

Siempre   
Frecuentemente   
A veces   
Rara vez   
Nunca

8 ¿Cuándo ingresas a una red social, tienes emociones negativas?

Siempre   
Frecuentemente   
A veces   
Rara vez   
Nunca

9 ¿Sientes alegría al observar que alguien te escribió por medio de redes sociales?

Siempre   
Frecuentemente   
A veces   
Rara vez   
Nunca

10 ¿Al ver una fotografía o estado en tu cuenta de red social, has sentido alegría?

Siempre   
Frecuentemente   
A veces   
Rara vez   
Nunca

11 ¿Cuándo escribes una publicación en tu cuenta de red social tratas de transmitir a tus contactos, estados de emoción? (sea de alegría o tristeza)

Siempre	<input type="checkbox"/>
Frecuentemente	<input type="checkbox"/>
A veces	<input type="checkbox"/>
Rara vez	<input type="checkbox"/>
Nunca	<input type="checkbox"/>

12 ¿Cuándo ingresas a tu red social, has sentido emociones como tristeza, enfado, miedo, asombro, angustia?

Siempre	<input type="checkbox"/>
Frecuentemente	<input type="checkbox"/>
A veces	<input type="checkbox"/>
Rara vez	<input type="checkbox"/>
Nunca	<input type="checkbox"/>