

# El abuso de Internet y sus repercusiones en la formación de una identidad difusa en los adolescentes

Blanca Ariadna Cruz Soto (\*) [aricore\\_reveille@hotmail.com](mailto:aricore_reveille@hotmail.com)  
Jessica Cisneros Mendoza (\*) [jesscm95@gmail.com](mailto:jesscm95@gmail.com)

**Cómo citar este texto:** Cruz, B. A. y Cisneros, J. (2016). El abuso de Internet y sus repercusiones en la formación de una identidad difusa en los adolescentes. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 75-82.

## RESUMEN

El acceso y uso de Internet en el mundo ha estado proliferando año tras año, este crecimiento tan rápido se ha relacionado con las necesidades y la motivación de las personas, sus ventajas son innegables, sin embargo, el uso excesivo no regulado se ha asociado con una condición de trastornos, sobre todo en los adolescentes y su formación de la identidad. Por ello el objetivo del presente trabajo fue analizar si existía una relación entre el abuso de Internet y la formación de una identidad difusa en los adolescentes, sin embargo, se obtuvieron resultados una nula relación entre estas dos variables, ya que existen más aspectos que median el desarrollo óptimo de la identidad. Por ello, presentamos una propuesta de prevención que fomente el autocontrol individual y la resistencia colectiva la cual permitirá la reestructuración de la identidad de los alumnos adolescentes y el uso adecuado de las TIC.

**Palabras clave:** Adicción, Internet, Identidad difusa, Adolescente

## 1. INTRODUCCIÓN

### Propósito

Con el advenimiento de la Internet como un canal esencial en los medios de comunicación, el intercambio de información, la investigación académica, y con fines de entretenimiento, el uso de Internet se ha convertido en una necesidad en la vida cotidiana. Los estudios sobre el uso de Internet muestran que hubo un dramático crecimiento de usuarios de Internet en el mundo 2000-2012, aproximadamente el 566%. En la actualidad, el número de las personas que utilizan internet es más de 2,5 millones en el mundo (Chen y Wang, 2013). El Internet es considerado como una moderna tecnología de la comunicación, donde se puede llevar a cabo una variedad de actividades sociales, por ejemplo, la interacción con amigos o con personas elegidas al azar, formación de grupos de interés o de apoyo, conocimiento de otras culturas y lenguas, etc. Esto ha dado paso a que su acceso y uso en el mundo ha estado proliferando año tras año. Este crecimiento tan rápido se ha interactuado con las necesidades y la motivación de las personas; la información, la comunicación y el entretenimiento han sido motivos prominentes detrás del uso de Internet.

Gencer y Koc (2012) consideran que las ventajas de Internet son innegables, sin embargo, el uso excesivo no regulado se ha asociado con una condición de trastornos relacionados con Internet, que Morahan-Martin (2008) llama "el abuso de Internet", en referencia a los patrones de uso de Internet que dan lugar a alteraciones en la vida de una persona, pero no implica un proceso específico de la enfermedad o de la conducta adictiva. Algunos investigadores o médicos prefieren utilizar el término "adicción a Internet" para definir esta condición como una forma de trastorno de control de impulsos (por ejemplo, Young, 1998).

Hoy en día, la población más vulnerable a esta situación son los adolescentes en comparación con los adultos jóvenes; al ser los primeros consumidores en general y los conductores de contenidos digitales, los ubica en el centro de una empresa de marketing digital lucrativo. Por ello los nuevos productos están diseñados esencialmente por apelar a las emociones, hábitos y valores en la cultura juvenil (Montgomery, Gottlieb-Robles y Larson, 2004).

Esto a su vez hace que los jóvenes sean más susceptibles a las alteraciones digitales, tales como el abuso de Internet; el cual puede ser un impedimento para el correcto desarrollo en algunas áreas de la vida diaria, tales como el rendimiento académico, las relaciones familiares, hábitos de salud, y sobre el desarrollo psicológico. Es importante también, recordar que la adolescencia se ha definido como un estadio de desarrollo personal cuyo inicio está marcado por la pubertad; sin embargo, no tiene exclusivamente una naturaleza biológica, sino también aspectos cognitivos y socio-emocionales, lo que implica un conjunto de elementos culturales, sociales, económicos y políticos. Este proceso conduce a considerar el contexto en el que se construye esta etapa de la vida junto con las interacciones directas, como la familia, la escuela, la comunidad y los acontecimientos ambientales y socio-históricos; de ahí que para comprender su totalidad se requiere acudir a un entramado mucho más complejo. Con base a esto y de acuerdo con Zamora (2013), la concepción de los estadios de vida, precisamente es en esta etapa donde comienza la formación y consolidación de la identidad y del rol; es un momento entre la integración de sus identidades infantiles y las oportunidades ofrecidas en los roles sociales.

En otras palabras, la adolescencia es una etapa durante la cual la personalidad del individuo adquiere el mecanismo psicológico

\*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM  
*PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*. Vol. 2, Núm. 4, 75-82, 2016 | IZTACALA-UNAM

básico de autorregulación y autocontrol, o sea, cuando se cristaliza la identidad de su yo.

Ahora bien, la identidad se entiende como las características que posee un individuo, mediante las cuales es conocido. Sin desconocer los aspectos biológicos que la conforman, buena parte de la identidad personal la formamos a partir de las interacciones sociales que comienzan con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. Asimismo, como se ha sostenido la idea de que la identidad es producto en gran medida de la interacción social, también es posible suponer que estas influencias sociales y culturales pueden dar lugar a identidades colectivas derivadas de las contingencias que nos llevan a identificarnos como pertenecientes o afiliados a un entorno social significativo como la familia, la religión, la escuela, etc.

Al ser una construcción social, la identidad no es estática sino dinámica, cambia con el tiempo, y en la medida en que los sujetos van formando parte de distintos grupos. Por ello se dice que las identidades sufren transformaciones en el tiempo y en el espacio, siendo procesos cambiantes. Este concepto admite que las identidades nunca están fijadas de una vez para siempre y que, en los últimos tiempos de un modo creciente, tales identidades están fragmentadas y fracturadas. Así, pues, están sometidas a una historización radical y se hallan en un proceso constante de cambio y transformación. Esa es la razón por la que necesitamos situar los debates sobre la identidad en el seno de todos los desarrollos y prácticas históricamente específicos que han trastornado el carácter relativamente “estable” de muchos pueblos y culturas, sobre todo en relación con los procesos de globalización.

De manera que, la identidad en un mundo mediado por el Internet y demás medios de comunicación nos permite el encuentro con personas que representan ámbitos sociales, étnicos o culturales diversos. Esto desafía la validez de perspectivas singulares, cuestionando la hegemonía de la elección racional y la creencia en una verdad o juicio uniforme. El yo se vuelve múltiple. Los individuos lejos de poseer un centro único desde el que evaluar y actuar, se encuentran descentrados. La sensación de no-lugar, parece ser una constante en la cultura moviediza actual. No hay duda: lo mediado despliega ante el sujeto un sinnúmero de oportunidades en las que manifestarse y, en consecuencia, una dispersión de la subjetividad en un mar de posibilidades que debe repercutir en la configuración de la identidad.

Por ello, hoy en día la construcción de la identidad se ha visto afectada en gran medida por la influencia de la globalización, y los medios de comunicación, en especial, por el uso y abuso del Internet, así como las redes sociales. Siendo, como se mencionó anteriormente, los adolescentes la población más afectada, al no tener la capacidad de resolver el conflicto entre la necesidad de expresar la individualidad, la necesidad de pertenecer a un grupo y la posibilidad de crear una generalización entre el éxito y la interacción en línea del mundo fuera de este. La formación de la identidad se ve frenada al recibir demasiada información, muchas veces errónea, a través del Internet donde los componentes más básicos de la personalidad e identidad son tocados por los demás y expresados a los demás.

## Presentación de la problemática

Hoy en día la construcción de la identidad se ha visto afectada en gran medida por la influencia de la globalización, y los medios de comunicación, en especial, por el uso y abuso del Internet, así como las redes sociales. En la actualidad esto ha tenido un gran impacto en los adolescentes, ya que en esta etapa se crean momentos de crisis importantes para el/la joven quien pasa por cambios físicos y cognitivos, provocando que tengan que explorar distintas alternativas conllevando a hacerlos más vulnerables a presentar problemas que afectan su vida diaria como la falta de atención o de concentración, falta de habilidades sociales y principalmente con la formación de su identidad.

Además de su efecto en la identidad, la investigación Behavior and Social Networking, publicada en The Journal Cyberpsychology, afirma que las personas, especialmente los adolescentes, que pasan más de dos horas diarias en las redes sociales son más propensas a sufrir enfermedades mentales como depresión o tendencias suicidas.

Otro punto importante es que los usuarios “compulsivos” de Facebook o Twitter experimentan una pérdida en su bienestar cuando ven publicaciones de amigos o conocidos, de situaciones o hechos que no están dentro de sus opciones, como un viaje al extranjero, la compra de un nuevo auto o una casa, un trabajo nuevo o hasta contraer matrimonio, haciendo que esto distorsione la manera en cómo se perciben, afectando el autoestima, los pensamientos, sentimientos, habilidades, inhabilidades, en general, el auto-concepto.

## Presentación del problema específico

Una de las tareas más importantes que tienen lugar durante la adolescencia es la construcción por parte de los jóvenes de una imagen estable, íntegra y coherente de ellos mismos. Esta estructura interna, agrupa todas las características que definen la forma de ser de las personas, que incluye un compromiso con valores ideológicos, religiosos y con un proyecto de futuro personal, es la identidad. Ahora bien, la formación de la identidad en un adolescente, al ser una construcción múltiple y cambiante puede estar influenciada negativamente por el abuso de Internet; provocando que esto conlleve a la formación de una identidad difusa que habiendo o no pasando por una experiencia o periodo de toma de decisiones, siguen indecisos sin situarse en una dirección, ideológica, vocacional, sexual, etc.

## 2. MARCO CONCEPTUAL

### Perspectiva

La perspectiva desde la cual consideramos que la adicción a Internet que presentan actualmente la mayoría de los adolescentes influye directamente en la construcción difusa de su identidad; es debido al hecho de que hoy en día los acelerados y marcados cambios del mundo actual han llevado a los adolescentes a vivir experiencias, que hace algunos años no eran vividas normalmente en esta etapa de la existencia, dichos cambios están estrechamente relacionados con las manifestaciones sociales y culturales que se gestionan a través de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC's).

Al respecto, Sarena (2006), expone que una de las características que distingue a las sociedades contemporáneas, las llamadas sociedades del conocimiento, es la peculiar maleabilidad de su

espacio-tiempo. Internet es, entre otros muchos, uno de los últimos artefactos que ha influido en esta deformación, abriendo un nuevo campo para la expansión de la sociabilidad y la configuración identitaria. Añade además que, en la última década del siglo XX, a partir de la mayor interconexión de las redes de TV y de computadoras, y la mayor circulación de intercambios a partir de dicha conectividad creciente, nos enfrentemos a un exponencial cambio en las formas de los procesos identitarios.

De manera que la situación de anonimato en la red genera una dinámica relacional que produce la apertura emocional entre los interlocutores y un proceso identitario en el que los jóvenes experimentan un enorme e inexplorado potencial de auto-representaciones disponibles en su “mundo interior”. Es como si, repentinamente, explorando en su espacio subjetivo, descubrieran muchas identidades por probar, o tal vez, muchas formas de probar una identidad.

Con base en esto Cáceres, Ruiz, Brandle y Gaspar (2009) realizaron un estudio mostrando algunos rasgos a propósito de cómo los jóvenes se presentan ante los otros a través de los procesos de comunicación interpersonal con mediación tecnológica, obteniendo como resultados que en los jóvenes se siguen percibiendo los comportamientos de modificación de la identidad bajo un cierto aspecto de indeseabilidad y, a la vez, en algunas ocasiones, en la medida que se flexibilizan las identidades, podría disminuir el miedo a reconocer las modificaciones de la propia identidad en determinadas circunstancias; poniendo de manifiesto que la búsqueda de relaciones personales a través de Internet, debe deslindarse de las tareas de entretenimiento con niveles más amplios de modificación u ocultación de la personalidad.

Ante esta problemática, Pinado (2005), argumenta que una de las consecuencias de la postmodernidad, fenómeno vinculado a la sociedad mediática, es la desestabilización del yo, pues es la comunicación mediada la que nos permite el encuentro con personas que representan ámbitos sociales, étnicos o culturales diversos. Esto desafía la validez de perspectivas singulares, cuestionando la hegemonía de la elección racional y la creencia en una verdad o juicio uniforme. El yo se vuelve múltiple. Los individuos lejos de poseer un centro único desde el que evaluar y actuar, se encuentran descentrados. Aguilar y Said (2010) consideran que también se debe centrar el interés en la creación y re-formulación de subjetividad e identidad en las redes sociales virtuales, ya que el desarrollo de nuevas herramientas de comunicación, a partir de la plataforma tecnológica ofrecida por la Internet, ha permitido desarrollar redes sociales virtuales, en las cuales los conceptos de identidad y subjetividad adquieren nuevos matices y manifestaciones.

Por ello, la sensación de no-lugar, esos contornos borrosos a los que aludía Meyrowitz (1985), parece ser una constante en la cultura moviediza actual. No hay duda: lo mediado despliega ante el sujeto un sinnúmero de oportunidades en las que manifestarse y, en consecuencia, una dispersión de la subjetividad en un mar de posibilidades que debe repercutir en la configuración de la identidad (Grodin y Lindlof, 1996, citado en Pinado, 2005). De modo que, las mismas voces, las mismas imágenes, los mismos programas en cualquier lugar. Todo esto ha de repercutir en la identidad buscada. Los mensajes poseen el don de la ubicuidad. La pantalla inunda todos los espacios, lo que debe afectar en la

naturaleza de la interacción social, al modo en que los individuos se experimentan unos a otros.

## Causas del problema

Dado todo lo expuesto anteriormente se abordará dos problemas significativos, a) Las repercusiones del abuso de Internet en la formación y el desarrollo de la identidad de los adolescentes, y b) Problemas sociales originados por el abuso de Internet.

Como se ha explicado a lo largo de los puntos anteriores hoy en día la construcción de la identidad se ha visto afectada en gran medida por la influencia de la globalización, y los medios de comunicación, en especial, por el uso y abuso del Internet, así como las redes sociales. En la actualidad esto ha tenido un gran impacto en los adolescentes, ya que en esta etapa se crean momentos de crisis importantes para el/la joven quien pasa por cambios físicos y cognitivos, provocando que tengan que explorar distintas alternativas, experimentar nuevos roles y vivir experiencias diversas para encontrar un lugar en su nueva realidad; esto se ve afectado en varias ocasiones por diversos factores, volviéndolos más vulnerables a presentar problemas que afectan su vida diaria como la falta de atención o de concentración, falta de habilidades sociales y principalmente con su identidad. Boerckel y Finlay (2008) al examinar la literatura más reciente sobre los efectos positivos y negativos del Internet en los adolescentes, indican que los efectos positivos de la Internet en la construcción de la identidad de los adolescentes incluyen proporcionar una extensión de exploración de la misma, las oportunidades para la auto-reflexión, y un foro de libre presente.

Sin embargo, los posibles efectos negativos reportados en la investigación incluyen la adicción a Internet, la compatibilidad con comportamientos negativos, y el aumento de casos de acoso entre los usuarios adolescentes que la hacen más fácil por la presencia de Internet. Aspecto que puede afectar de manera negativa a la construcción de la identidad según Talamo y Ligorio (2000) quienes muestran que las identidades cibernéticas parecen ser altamente congruentes con el desarrollo de la psicología reciente que considera a las identidades múltiples en sus conceptualizaciones. Sin desconocer los aspectos biológicos que la conforman, buena parte de la identidad personal se forma a partir de las interacciones sociales que comienzan con la familia, en la escuela y con la gente que se conoce a lo largo de la vida. Asimismo, como se ha sostenido la idea de que la identidad es producto en gran medida de la interacción social, también es posible suponer que estas influencias sociales y culturales pueden dar lugar a identidades colectivas derivadas de las contingencias que nos llevan a identificarnos como pertenecientes o afiliados a un entorno social significativo como la familia, la religión, la escuela, etc.

Al ser una construcción social, la identidad no es estática sino dinámica, cambia con el tiempo, y en la medida en que los sujetos van formando parte de distintos grupos. Por ello se dice que las identidades sufren transformaciones en el tiempo y en el espacio, siendo procesos cambiantes. Por ello, hoy en día la construcción de la identidad de los jóvenes se ha visto afectada al no tener la capacidad de resolver el conflicto entre la necesidad de expresar la individualidad y la necesidad de pertenecer a un grupo y la posibilidad de crear una generalización entre el éxito y la interacción en línea del mundo fuera de este. La formación de la

identidad se ve frenada al recibir demasiada información, muchas veces errónea, a través del Internet donde los componentes más básicos de nuestra personalidad e identidad son tocados por los demás y expresados a los demás.

Por lo tanto, la suposición hecha a partir de los datos que servirá de base para ésta investigación refiere que la adicción a Internet que presentan actualmente la mayoría de los adolescentes influye directamente en la construcción difusa de su identidad.

### 3. PLANTEAMIENTO

#### Método

**Participantes:** La muestra estuvo integrada por 30 estudiantes de 2do año de nivel secundaria, cuyas edades fluctúan entre los 13 y 14 años. El requerimiento para la elección únicamente fue que hicieran uso de las TIC.

**Escenario:** El presente trabajo se llevó a cabo en una escuela ubicada en Cuautitlán Izcalli, Estado de México.

**Instrumentos:** Para medir la adicción a internet se empleó el Internet Addiction Test (IAT) de Kimberley Young (1995), traducido por el Dr. Luis I. Mariani, con la finalidad de medir de manera fiable y válida el uso adictivo de Internet. Consta de 20 ítems que mide el nivel leve, moderado y grave del uso de internet. Para identificar el estatus de identidad que tienen los participantes se llevó a cabo el Extended Objective Measure of Ego Identity Status, EOM-EIS-2 de Adam, Bennion y Huh (1989). Dicho instrumento establece cuatro tipos de identidad; moratoria, donde los adolescentes no admiten ningún compromiso; la identidad difusa, donde no hay compromiso ni la necesidad de buscarlo; la identidad hipotecada, donde los adolescentes toman decisiones por presión externa y no por la reflexión personal; y la identidad lograda, en la cual el adolescente ha adoptado un compromiso a nivel vocacional.

Variables:

Variable Independiente

**Internet:** Red integrada por miles de redes y computadoras interconectadas en todo el mundo mediante cables y señales de telecomunicaciones, que utilizan una tecnología común para la transferencia de datos. Actualmente Internet es la herramienta de información, formación y comunicación más potente que existe, ya que permite superar la distancia física como factor limitante. Pero además de ser un medio de comunicación se trata de un nuevo ámbito de desarrollo social (Zamora, 2014).

Variable dependiente

**Identidad difusa:** Marcia (1966), establece que la identidad es un conjunto de manifestaciones que no son unificadas, que están continuamente fragmentadas y fracturadas, son múltiples y se construyen a través de los distintos discursos y prácticas existentes, los cuales se intersectan y contradicen. La identidad difusa es aquella donde los chicos no han adoptado ningún compromiso porque no han sentido la necesidad de hacerlo.

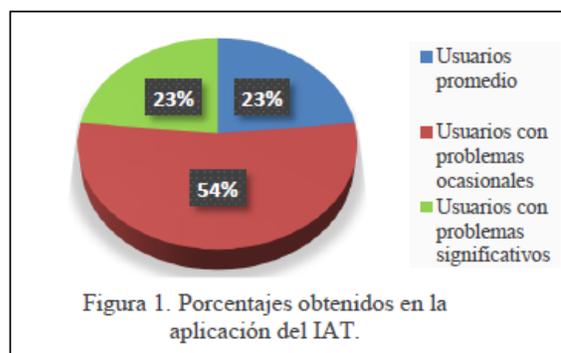
#### Obtención de datos

Para poder llevar a cabo la recolección de datos se aplicaron los dos instrumentos mencionados anteriormente. Se les indicó que debían contestar cada uno de la manera más sincera posible, comenzando por el IAT. Una vez concluida la aplicación, se

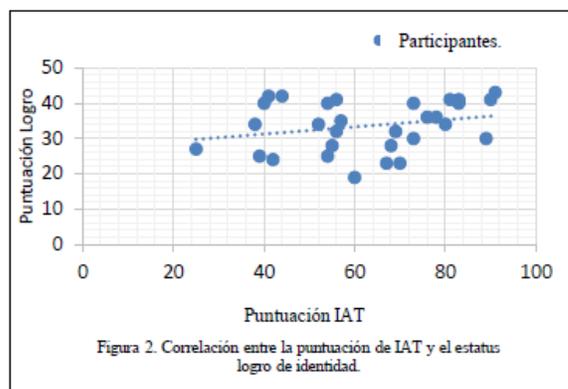
registraron los resultados obtenidos de cada uno de los participantes y con base en ello se presentaron los siguientes resultados.

#### Resultados

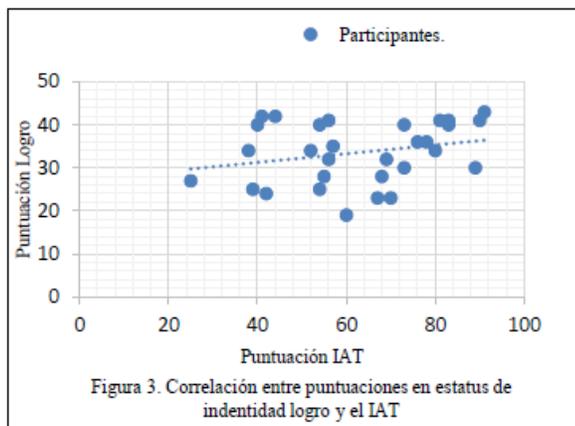
Los resultados obtenidos a partir de la aplicación del IAT arrojan que el 53.3% de los participantes enfrentan problemas ocasionales o frecuentes debido al tiempo que dedican a la Internet, mientras que un 23.3% son usuarios promedio, al igual que aquellos participantes que confrontan problemas significativos en sus vidas debido al uso de la Internet (Figura 1).



Con respecto a la relación que existe entre la adicción a Internet y el tipo de identidad que presentan los participantes, se observa que, a pesar de que este es un factor que puede influir en la identidad, no lo hizo de manera significativa en el presente estudio, ya que al relacionar los resultados obtenidos en el IAT y en el EMOEIS-II, las correlaciones dieron como resultado un puntaje por debajo de 0.7, sin embargo, una de las correlaciones con más puntaje, a comparación de las demás, fue la identidad ideológica difusa ( $r= 0.14$ ) demostrando que no existe ausencia de relación entre estas dos variables, con lo que podemos decir que la identidad difusa en los participantes se ve ligeramente afectada por la adicción a Internet (Figura 2).



Asimismo se obtuvo una correlación ligeramente alta en la identidad interpersonal lograda ( $r=0.25$ ), lo que indica que la adicción a internet puede llegar a afectar la formación de la identidad de los participantes con respecto a los roles de género, amistades, aficiones y salir con chicos/as (Figura 3).



Entonces, a pesar de que las correlaciones obtenidas no fueron lo suficientemente altas para demostrar que el tener una identidad difusa está directamente relacionada con la adicción a Internet, los resultados obtenidos en los puntajes de dicho tipo de identidad estuvieron por encima del punto de corte, obteniendo así un estatus de identidad puro, lo que quiere decir que el 73.3% de los participantes tienen un comportamiento apático y distante, lo que puede ocasionar algún padecimiento de un trastorno psicológico, no obstante, esto puede estar influido por diversos factores tales como el estatus social, la relación familiar, el entorno en que vive, la cultura, el autoestima, autoconcepto, autoregulación, la filosofía que tiene sobre la vida, etc. Aspecto importante que hay que considerar, sobre todo en esta etapa donde los adolescentes se ven emergidos a una crisis psicosocial, por parte de las exigencias sociales y las necesidades biológicas y psicológicas. Por ello a continuación se hablará de una posible solución para que los adolescentes presenten en menor medida una identidad difusa. De manera que con esto podemos observar que el Internet permite crear una personalidad virtual modificando las propias características físicas que en el mundo real son inamovibles.

Es una forma de reinventarse a sí mismo, de cubrir necesidades psicológicas previamente no afrontadas enmascarando la inseguridad interpersonal. Dos de estas necesidades psicológicas son la expresión de un rasgo de personalidad reprimido y los sentimientos de reconocimiento y poder. Asimismo, en con base en los resultados podemos percibir que en Internet pueden crearse personalidades muy diferentes a como uno es en realidad. Las personas que usan esta falsa identidad cultivan un cierto "mundo de fantasía" dentro de las pantallas del ordenador. Las personas con mayor riesgo de crear esta nueva pseudo-identidad on-line son las que presentan baja autoestima, sentimientos de insuficiencia y miedo a la desaprobación de los demás. Estos rasgos también pueden conducir a otros trastornos como la depresión y ansiedad, que pueden entrelazarse con el uso excesivo de Internet.

### Solución del caso

En la actualidad, se analizan las transformaciones que, a un ritmo cada vez más rápido, se producen en el mundo contemporáneo, así como las nuevas misiones y funciones que una sociedad en constante evolución demanda a los sistemas educativos. Se ha visto que el cambio y la acumulación permanentes del conocimiento exigen a los sistemas educativos una capacidad de actualización continua de sus currículos y de sus cuerpos docentes; que la universalización del acceso y la heterogeneidad sociocultural y económica crecientes reclaman de los sistemas

educativos, y especialmente de la escuela, una alta capacidad para desarrollar estrategias y modalidades de funcionamiento y de enseñanza diferenciadas; que los cambios en el mundo del trabajo necesitan la formación de un conjunto de competencias básicas y potentes en todos los individuos; y, finalmente, exigen al sistema educativo que asuma una mayor responsabilidad en la formación de la personalidad de los individuos. Ahora bien, para alcanzar el objetivo planteado en ésta investigación, se llevará a cabo una exposición del trabajo como un Modelo de Gestión Educativa Estratégica (MGEE), intentando que sea aceptado en el Programa de Escuelas de Calidad (PEC).

En primera instancia proponemos distintas actividades para educar a adolescentes entre 11 y 18 años en el buen uso de las TIC. Estas actividades pretenden que el alumnado de Educación Secundaria y media superior construya positivamente su relación con las TIC, y evite o reduzca su adicción a las mismas. Dichas actividades posibilitan un análisis de contexto para diagnosticar si su uso de las tecnologías está derivando en una adicción o no, dejando paso a su madurez personal para decidir si necesitan un programa específico de prevención y tratamiento o no. Estas actividades están concebidas para llevarlas a cabo en una hora extra, a la que podríamos llamarle "Hora de Tutorías", cabe recalcar que éstas ideas son resultado del análisis del estudio de Ordóñez, Reche y Fuentes (2013), quienes publicaron en la Revista Digital de Investigación Educativa un artículo que lleva por nombre *"Tecnoadicciones: una propuesta de intervención para prevenirlas en el aula."*

### FASE I

Actividad n° 1. ¿La relación con las TIC es sana? La finalidad recae en reflexionar sobre el uso que los adolescentes hacen de la tecnología, principalmente Internet y dispositivos móviles. Oportunidad que genera que el alumnado pueda expresar sus ideas y conductas, creando un ambiente de seguridad donde nadie se sienta prejuzgado; facilitando que cada alumno y alumna pueda comentar como es su día a día en relación a la tecnología. Materiales: Para llevar a cabo esta actividad en el aula es indispensable poder tener acceso a Internet para poder rellenar un cuestionario de manera on-line al inicio de la tutoría. Descripción de la actividad:

Se llevará a cabo un cuestionario sobre la relación con las TIC.

- Ítems sobre Internet: porcentaje de usuarios de Internet, frecuencia de la conexión (diaria, semanal), duración de la conexión (0-1h, 1h a 2h, más de 2h), objetivo de la conexión (información escolar, otras informaciones, chatear), lugar de la conexión (casa, cibernets, casa amigos, instituto).

- Ítems sobre móvil: número de llamadas diarias a la familia y a los amigos, número de mensajes diarios a la familia y a los amigos, a quién llaman con más frecuencia (señalar dos: madre, padre, familia, amistades íntimas, compañeros y compañeras de clase, otros compañeros o compañeras), motivos de la llamada, con quién se comunican de manera más continua a través de whatsapp, line (familia, compañeros de clase, amistades), cuántas veces consulto redes sociales (facebook, tuenti, tweeter), cuántos archivos diferentes subo a diario a las redes sociales.

Una vez rellenado individualmente el cuestionario se dividirá la clase en pequeños grupos de trabajo para obtener conclusiones sobre sus respuestas.

La finalidad que persigue esta actividad es la de hacer consciente al alumnado de la utilización que hacen de las TIC, ya bien sea, en el sentido positivo (ayuda, accesibilidad de la información o comodidad) como en el sentido negativo (exceso de utilización de las mismas o problemas asociados a su utilización).

Actividad n° 2. Actividades de ocio y tiempo libre La finalidad de la presente actividad es examinar las actividades de ocio y tiempo libre realizan los y las adolescentes en sus grupo de iguales, para poder realizar un análisis sobre qué se debe abordar para cambiar y modificar hábitos de ocio inadecuados. Un punto importante en éste ejercicio es preparar y motivar a los alumnos para realizar la actividad, ya que, requiere de un trabajo previo fuera del centro y de una continuación en el aula para abordarla con mayor detalle. La actividad trata de fotografiar lo que "hacen las manos y los pies" de cada adolescente en su tiempo libre. De modo que a partir de estas fotografías, pueda existir una reflexión sobre el uso de las TIC durante el tiempo de ocio. La síntesis de la actividad debe girar en torno al análisis de las diferentes actividades de ocio para encaminarlas hacia un tiempo libre más saludable sin tanta relación con las TIC.

Actividad n° 3. Consumo responsable

La finalidad de ésta actividad va relacionada directamente con las siguientes actividades que van enfocadas a la identidad, su propósito es analizar y descubrir la manipulación que bombardea a la sociedad actual, principalmente al colectivo más vulnerable, el juvenil.

Se les pedirá a los estudiantes que busquen anuncios, si es posible en formato digital, para tener una base de material amplia. Una vez recopilado el material de trabajo para la actividad, se pasará a visualizarlos analizando lo que existe detrás de cada uno de ellos; es decir, intereses tanto económicos, ideológicos, uso, modas, población a la que se destina, etc., posteriormente los adolescentes realizarán un anuncio fórum al respecto, obteniendo como conclusiones puntos clave para realizar un decálogo sobre buenas prácticas para usar las TIC de manera adecuada y saludable. Alternativas de la actividad: Elaborar pancartas y/o una campaña de sensibilización en la Institución a la que pertenezcan. La finalidad principal es la de concienciar a los jóvenes de las estrategias de marketing a los que están expuestos para tener un consumo no responsable de las TIC.

## FASE II

El programa de intervención ha sido diseñado y adaptado en dos fases, de manera que su administración sea óptimo para grupos de adolescentes de 12 a 16 años, pero puede ser administrado a adolescentes de mayor edad. La propuesta utiliza diversas técnicas de dinámica de grupos para el desarrollo de la acción (juegos de comunicación, cooperación, dramatización, dibujo, pequeños grupos de discusión, torbellino de ideas, frases incompletas, estudio de casos, rol-playing) así como otras técnicas de estimulación y regulación de la discusión o debate.

El programa está constituido entre 30 a 50 actividades distribuidas en cinco módulos cada uno de los cuales incluye de 8 a 10 actividades. Estos módulos son:

1) Autoconocimiento-autoconcepto, 2) comunicación intragrupo, 3) expresión y comprensión de sentimientos, 4) relaciones de ayuda-cooperación, 5) percepciones-estereotipos. Cabe destacar que los módulos y algunas actividades han sido rescatadas de Garaigordobil (s/f), quien llevó a cabo un estudio bajo el nombre de *"Intervención con adolescentes: un programa para fomentar*

*el desarrollo socio- emocional y prevenir la violencia."*, investigación que sirve para sustentar los objetivos y actividades de éste trabajo.

Módulo 1. Autoconocimiento-autoconcepto.

Tiene por objetivo general incrementar el autoconocimiento y el conocimiento de los miembros del grupo entre sí, fomentando los mensajes positivos que mejoren el auto-concepto. Un ejemplo de actividad de este módulo es "el Foco".

En esta actividad los participantes se dividen en equipos de 6. Cada miembro del equipo recibe 5 cartulinas blancas rectangulares con espacio para escribir 4 o 5 frases en cada una de ellas. Por turnos, cada miembro se convierte en "el foco" situándose en el centro del círculo que forman sus compañeros de equipo. Todos los miembros del equipo deben pensar cosas positivas del compañero-foco que está en el centro, y escribirlas en una de sus cartulinas. Posteriormente, rotativamente verbalizan los mensajes positivos al compañero-foco, y le entregan la cartulina que tiene estos mensajes escritos. Por turnos, los 6 miembros del equipo se convierten en foco recibiendo mensajes positivos de sí mismos por parte de sus compañeros, y se esfuerzan por pensar y verbalizar cualidades positivas de los demás.

Módulo 2. Estimulación de la comunicación intragrupo. La finalidad es el desarrollo de hábitos de escucha activa, la capacidad de dialogar. Un ejemplo de actividad de este módulo es "Polarización eléctrica". En esta actividad una pared del aula representa el "Sí" y la opuesta representará el "No". Los jugadores se colocan en el centro del aula y el profesor/a dice en voz alta una afirmación o frase, da una palmada y todos los miembros del grupo se desplazan. O bien, se sitúan en la pared del "Sí", si están de acuerdo con la afirmación, o en la pared del "No", si están en contra. Nadie puede quedarse en medio. Posteriormente, el adulto pregunta las razones por las que se situaron en los respectivos polos. Cuando se han expuesto los principales argumentos el adulto informa que aquellos que están de acuerdo con algún argumento dicho por el grupo de enfrente, pueden desplazarse hacia ese lado, debiendo hacerlo más o menos en función del grado en el que los argumentos del otro grupo les hayan convencido. Si hay un cierto grado de acuerdo se puede intentar entre todos llegar a una frase de consenso en donde todos estarían más o menos de acuerdo. Con esta técnica se trabajan diversos contenidos temáticos. Algunas afirmaciones utilizadas han sido: solucionaríamos el problema del racismo si las distintas razas vivieran en lugares diferentes, los hombres históricamente han dominado el mundo y así debe de seguir siendo, los marroquíes quitan el trabajo a las personas del país, un hombre vale si tiene dinero y cultura.

Módulo 3. Expresión y comprensión de sentimientos.

La actividad llevada a cabo es titulada "el Miedo". En esta actividad, cada participante dibuja en un folio algún acontecimiento o situación que le haya hecho sentir esta emoción, escribiendo una frase debajo que clarifique el contenido del dibujo. Posteriormente, por turnos, van mostrando y comentando sus dibujos al grupo. Después de expresar diversas situaciones generadoras de miedo, se abre un debate sobre las reacciones o conductas que se derivan, es decir, las consecuencias del miedo, y en último lugar, se reflexiona sobre formas de afrontar estos sentimientos.

#### Módulo 4.

Está constituido por actividades que promueven las relaciones de ayuda y cooperación entre los miembros del grupo, es decir, cuya esencia consiste en dar y recibir ayuda para contribuir a un fin común. Un ejemplo de juego que estimula las relaciones de ayuda es "Localización de objetos". En esta actividad el grupo se divide en parejas, uno representa el rol de ciego y el otro el rol de guía. Posteriormente, se colocan muchos objetos distribuidos por todo el suelo del aula y se entrega una bolsa de basura a cada pareja. El guía de cada pareja deberá dar instrucciones verbales al ciego con la finalidad de que éste recoja el mayor número de los objetos esparcidos por el suelo del aula, y que irá introduciendo en la bolsa. Después de 2 minutos de tiempo, se invierten los roles.

#### Módulo 5.

Está relacionado con las percepciones, estereotipos y prejuicios que se tienen de la realidad. Las actividades que configuran este módulo tienen por objetivo identificar y analizar las percepciones y creencias que los miembros del grupo tienen de la realidad, fomentando la apertura del pensamiento a otros posibles puntos de vista. Un ejemplo de esta actividad es "Percepciones gráficas". En esta actividad se presenta a cada participante una imagen de una mujer en la que se puede percibir una mujer joven y/o una anciana. Los miembros del grupo individualmente deben indicar qué edad tiene la persona de la figura y destacar tres de sus principales características. Posteriormente, se contrastan las distintas edades asignadas a la dama y sus principales características, lo que pone de relieve las limitaciones fisiológicas y la subjetividad de la percepción. Con esta metodología se analizan varios ejemplos clásicos de ilusiones ópticas.

### Aportaciones

Como se ha visto a lo largo de la presente investigación, el uso y abuso de Internet ha tenido una repercusión en gran medida en la construcción de la identidad, el auto-concepto, e inclusive, en la autoestima. Estos datos han sido arrojados tras un análisis de los resultados obtenidos en el trabajo de campo. Datos que generan una gran preocupación, dado que, a pesar de ser un fenómeno que no es suficientemente visible en la sociedad actual, tiene un efecto trascendental en la formación y desarrollo de los niños, y jóvenes. De esta manera, y con base, no solo en los datos recabados, sino también en la bibliografía revisada, se planteó en el apartado anterior un plan de acción con el objetivo que se implemente en algunas instituciones para su evaluación, esto con la finalidad de poder reconocer que tan funcional es la intervención, para entonces averiguar las limitantes y los desaciertos que pueda llegar a tener, para que se pueda llevar a cabo un ajuste y poder proponerlo después como un Modelo de Gestión Educativa Estratégica, en el Programa de Escuelas de Calidad.

Consideramos que éste programa está sustentado en buenas bases, ya que se hizo una exhaustiva búsqueda de material que pudiese ser funcional para el objetivo de la investigación, incluyendo actividades que han sido óptimas en otras investigaciones. Éste programa cuenta con la compilación de ideas de dos planes de acción propuestos por algunos autores enfocados en las adicciones, la formación y desarrollo de los jóvenes.

Se puede agregar que es una solución tentativa, sin embargo

destaca por la innovación al abordar tanto la adicción al internet y la construcción de la identidad, ya que, la mayoría de los artículos revisados sólo se enfocaban en uno u otro. Asimismo, se puede añadir que este plan de acción no se enfoca únicamente para fines de éste trabajo, sino que busca extenderse a las escuelas, posibilitando que sea parte de la formación de los jóvenes.

### Discusión

A pesar de que el plan de acción fue elaborado con bases sólidas, y después de un análisis sobre lo que sería mejor de acuerdo a las exigencias de la sociedad actual, y sobre todo de la educación, se han detectado algunas limitaciones y circunstancias que ponen en riesgo la fiabilidad de la propuesta de intervención. Entre ellas está la manera en cómo se capacitarían a los profesores para que puedan manejar el tipo de herramientas que demandan ocuparse y, además, la manera evaluar los instrumentos que se requieren. Consideramos que sería necesaria una capacitación exhaustiva.

Por otro lado, también es necesario la motivación, el interés, y la inclusión de los estudiantes en las actividades y tareas que debieran realizar. Si bien, los profesores podrían estar capacitados, ésta situación sería otra limitante, puesto que, al tratar con adolescentes podemos enfrentarnos con conductas de evitación, apatía y agresividad ante el plan que se ha elaborado.

## 4. CONCLUSIÓN

Con base en los resultados obtenidos nos percatamos que la hipótesis planteada sobre la relación que existe entre la adicción a Internet y la identidad difusa, es rechazada, ya que los datos no fueron altamente significativos al ser correlacionados; manifestando que puede haber una relación entre estas dos variables, sin embargo, este tipo de identidad puede estar influenciada por diversos factores sociales, y no solo por la adicción a internet. Esto se debe, según Marcia (1966), a que al construir los chicos una imagen estable, íntegra y coherente de ellos mismos, se ven influenciados por los cambios físicos y cognitivos que los obligan encontrar un lugar en su nueva realidad, y sobre todo por el carácter psicosocial que incluyen aspectos que trascienden al individuo, como las normas del grupo al que pertenece o sus valores.

Asimismo podemos rescatar el hecho de que la adicción a Internet puede no ser el único factor que influya en la formación de la identidad en un adolescente, pero si toma un papel importante en esta, tal como lo mencionan Boerckel y Finlay (2008), quienes consideran que los posibles efectos negativos de la adicción a Internet, son la compatibilidad con comportamientos negativos, y el aumento de casos de acoso entre los usuarios adolescentes que la hacen más fácil por la presencia del mismo. Respecto a esto Martínez, García y García (2015) señalan la necesidad de atender lo que los usuarios hacen conectados, el tiempo que dedican, los efectos que se producen y las transformaciones en sus conductas, esto con el objetivo de dejar a un lado el consumo continuo y efímero de identidades en una sociedad líquida en la que lo que hoy es, mañana puede no ser, especialmente a aquellos que parecen refugiarse su incapacidad para las relaciones interpersonales en la pericia para las relaciones online.

Esto sigue reflejado en la actualidad donde los jóvenes siguen percibiendo los comportamientos de modificación de la identidad

bajo un cierto aspecto indeseable, poniendo de manifiesto que la búsqueda de relaciones personales a través de Internet, debe deslindarse de las tareas de entretenimiento con niveles más amplios de modificación u ocultación de la personalidad, tal como lo mostraron Cáceres, Ruiz, Brandle y Gaspar (2009) al estudiar cómo los jóvenes se presentan ante los otros a través de los procesos de comunicación interpersonal con mediación tecnológica.

De manera que se cree que para los adolescentes la capacidad de expresar el "yo real" en la red no es un aspecto menor en esta etapa de la vida, y al ser el Internet como un laboratorio de la identidad de sus usuarios, tanto en términos de su potencial positivo y sus peligros, se recomienda una mayor investigación, para que el bienestar de la persona se pueda mejorar a través de este mismo medio; en primer lugar para mejorar la capacidad de resolver el conflicto entre la necesidad de expresar la individualidad y la necesidad de pertenecer a un grupo, y en segundo lugar para tener la posibilidad de crear una generalización entre el éxito y la interacción en línea del mundo fuera de este. Con respeto a esto, llegamos a considerar que el uso adecuado del Internet puede tener aportaciones positivas en los adolescentes, tal como lo mencionan Boerckel y Finlay (2008), quienes, consideran que los efectos positivos que puede llegar a tener la Internet en la construcción de la identidad de los adolescentes, proporciona una extensión de exploración de la misma, las oportunidades para la auto-reflexión, y un foro de libre presente.

Es por ello que nuestra propuesta de prevención está enfocada a diseñar, promover e implementar un programa institucional de iniciativas tendentes a modificar y mejorar la formación integral y la calidad de vida de los individuos, fomentando el autocontrol individual y la resistencia colectiva que permita la restructuración de la identidad de los alumnos adolescentes y el uso adecuado de las TIC.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, R., D., & Said, H. (2010) Identidad y subjetividad en las redes sociales virtuales: caso de Facebook. *Revista del Instituto de Estudios en Educación* 12(1), 190- 207.
- Boerckel, K. y Finlay, A. (2008). Positive and Negative Effects of Internet Usage on Adolescent Identity Construction. University of Texas at San Antonio.
- Cáceres, Z., Ruiz, S., Brandle, S. y Gaspar (2009) Comunicación interpersonal y vida cotidiana. La presentación de la identidad de los jóvenes en Internet. *CIC: Cuadernos de Información y Comunicación*, 14 . pp. 213-231.
- Camacho, K. (2002). Evaluando el impacto social de la Internet. *IDRC*. pp. 5-9.
- Figura 1. Porcentajes obtenidos en la aplicación del IAT
- Figura 2. Correlación entre la puntuación de IAT y el estatus logro de identidad.
- Figura 3. Correlación entre puntuaciones en estatus identidad logro y el IAT.
- Gencer, S. L., & Koc, M. (2012). Internet Abuse among Teenagers and Its Relations to Internet Usage Patterns and Demographics. *Educational Technology & Society*, 15 (2), 25-36.
- INEGI (2015). Estadísticas a propósito del día mundial del Internet. Datos nacionales. pp 1- 3.

- Marcia, J., (1966). Development and validación of Ego Identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551-558.
- Martínez, G., García, L. y García, R. (2015). Uso y abuso de Internet, en población infantil escolarizada. *Entre textos*. 7 (19).
- Morahan-Martin, J. (2008). Internet abuse: Emerging trends and lingering questions. In A. Barak (Ed.), *Psychological aspects of cyberspace: Theory, research, applications* (pp. 32-69). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Renau, V., Garbonell, X., & Oberst, U. (2012) Redes sociales online, género y construcción del self. *Revista de Psicología* 30(2), 97-107.
- Talamo, A., & Ligorio, M., B. (2000) Identity in the cyberspace: The social construction of identity through on-line virtual interactions. *Social and Developmental Psychology* 23(21), 1-17.
- Zamora, L. (2014). Internet. *UAEH*. pp. 4.