

# Cambios en el desarrollo de la personalidad a partir del uso excesivo de Redes Sociales

Alondra Daniela Aldaco Torices (\*) [alo97dany@gmail.com](mailto:alo97dany@gmail.com)

Ariel Areli Álvarez Reyes (\*) [ari.arielle11@gmail.com](mailto:ari.arielle11@gmail.com)

Shari Amayrani Mondragón Solorzano (\*) [mondragon.shari@gmail.com](mailto:mondragon.shari@gmail.com)

Ricardo Ulloa Berumen (\*) [rykardo.ulloa.22@gmail.com](mailto:rykardo.ulloa.22@gmail.com)

\*Estudiante de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM

**Cómo citar este texto:** Aldaco, A. D., Álvarez, A. A., Mondragón, S. A. y Ulloa, R. (2018). Cambios en el desarrollo de la personalidad a partir del uso excesivo de Redes Sociales. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 4(7), 36-46.

## RESUMEN

La influencia del internet en las relaciones sociales del joven adulto es un tema de gran interés hoy en día. El debate en torno a si repercute al formar personas extrovertidas o introvertidas ha generado controversia. Es por ello que el propósito de esta investigación fue analizar los efectos del internet en las relaciones sociales de los adultos jóvenes. Para esto, se empleó una muestra de 40 estudiantes de la carrera de psicología de la FES Iztacala a los cuales se les aplicó un test de uso abusivo de internet y otro de extroversión/introversión. Se encontraron niveles de abuso leve en la mayoría de estas personas, además de estar dentro de la norma de personalidad. Por lo cual se puede decir que el internet no genera jóvenes extrovertidos sino que actúa como facilitador para establecer relaciones sociales. Con base en esto, se propone la elaboración de talleres sobre la organización del tiempo, un taller de manejo de distractores y uno más para fomentar habilidades sociales.

**Palabras clave:** Personalidad, abuso de internet, extroversión, introversión, jóvenes adultos.

## ABSTRACT

The influence of the internet on the social relationships of young adults is a subject of great interest nowadays. Whether the internet affects the development of extrovert or introvert people has risen a debate.

Therefore, this investigation aims to asses the influence of the use of the internet on young adults' social relationships. For this purpose, a sample of 40 students of psychology from the FES Iztacala was used, and they were asked to answer a test of use of internet overuse and a test of extroversion/introversion. Mild levels of overuse were found in most of the answers, however, most of the people were within the personality norm, so it can be deemed that the internet doesn't develop extroverted young people but serves as a facilitator to establish social relationships.

Based on this concern, it is proposed to create use of time management workshops, a distraction management workshop, and another workshop to promote social skills.

**Keywords:** Personality, internet overuse, extroversion, introversion, young adults.

## 1. INTRODUCCIÓN

### Presentación de la problemática

Desde finales del siglo XX y principios del siglo XXI, debido a la necesidad de la sociedad de comunicarse, poder expresar sus ideas y simplemente estar informado, se han desarrollado diferentes medios de comunicación que son todos aquellos que se utilizan para designar a todos los soportes en los cuales puede ser transmitida una idea o mensaje.

Existen tres tipos de medios de comunicación: 1) Masivos  
2) Auxiliares o complementarios y 3) Alternativos. Los

más comunes son los masivos, ya que son herramientas como las computadoras, el Internet, la televisión, radio, periódicos, etc., que bombardean a la población, en especial a los adolescentes, de información y millones de estímulos. En nuestra actual sociedad la construcción de identidades ha cambiado, los jóvenes ahora utilizan estas herramientas como apoyo para sus trabajos y tareas a realizar, sin embargo también se han visto afectados por el uso excesivo de estos. Si son bien empleadas, nos sirven para informar y enseñar, ya que son ricas en contenidos lúdicos e inmensamente interesantes, pero si

se les da un mal uso son armas capaces de modificar conductas, creencias y pensamientos.

Uno de estos medios de comunicación más empleados hoy en día es la televisión la cual, para Chadra y Raja (2013) tiene una gran influencia en la sociedad moderna, ya que ninguno de los medios de comunicación ha tenido tal dominio, llegando a desplazar a la película como una máquina de ensueño para emerger como el medio más poderoso y popular de la comunicación de masas. De igual forma se le atribuye a la televisión el encogimiento del mundo, haciendo un "mundo sin fronteras". Entendiendo que tiene un impacto positivo y negativo en las personas.

Para Chadra y Raja (2013) los adolescentes se ven atraídos a la televisión por el "glamour", mencionando que la edad y la etapa que están pasando los adolescentes es clave para que esta atracción se dé, mencionando que las experiencias repetidas se convierten en patrones, que pueden iniciar desde la infancia y extenderse hasta la adolescencia .

Otro de los medios de comunicación que más importancia ha tenido, y en el que nos centraremos en mayor medida en esta investigación, es el internet, el cual se ha convertido en un factor importante para el desarrollo del aprendizaje humano, para realización de trabajos, estudios, etc. Daraha (2013) plantea que han habido algunos beneficios ofrecidos por el Internet, que permiten el acceso a millones de recursos en todo el mundo y le ha permitido a los usuarios recoger, almacenar, utilizar e intercambiar información con otros usuarios, compañías privadas, agencias del gobierno, instituciones académicas, etc., ya que el Internet ha cambiado rápida y radicalmente el sentido de la vida y el trabajo. Estos cambios ocasionados por el Internet tienen un enorme impacto en la conducta de cada aspecto de la sociedad.

Por lo tanto nos encontramos en la época donde las relaciones interpersonales e identidades han sufrido cambios que aún cuestan entender. La forma en cómo utilizemos este medio (internet), puede provocar efectos tanto negativos como positivos, es por ello que Zagers y Larraín (2011) mencionan que el Internet, además de otros medios de comunicación, es en donde se van a presentar mayores desafíos, sobre todo en la formación de identidad, si bien, apreciamos día con día la decadencia de la juventud por los medios de comunicación, donde la identidad se forma con base a ellos, mostrando así diferentes formas de interactuar con los otros, en comparación con las generaciones anteriores.

Estos medios de comunicación, juegan un papel muy importante dentro de la sociedad, la cual tiende a ser manipulada por estos, creando una confusión en cuanto a su identidad como con los chats o páginas de socialización de internet como facebook.

A esta forma de relacionarse con el otro y crear personalidades e identidades, se le llama "cultura virtual". Zagers y Larraín, describen este espacio como un lugar de deseos, y en donde se expresan formas que no pueden expresarse en la vida cotidiana, pero más que esto, el querer obtener por ejemplo "amigos", facilitando el conocer y salir con personas.

Esta "cultura virtual" da pauta para muchas cosas, como para mentir acerca de quién son, crear intereses, subir fotos, mentir sobre la realización de ciertas actividades para alcanzar cierto nivel de popularidad o cierto tipo de amistades, e incluso para llegar a algún nivel de aceptación; esto es algo que se manipula fácilmente, con el fin de crear a una nueva identidad. Oliver (2011) hace referencia a lo anterior mencionando que esto tiene un efecto importante en los jóvenes, pues se valoran las ciber identidades valorándose más que la reales.

Para Arab y Díaz (2015) La identidad es un aspecto esencial para el desarrollo de los adolescentes y su construcción finaliza con la configuración de una personalidad sólida, la cual consiste en un buen acoplamiento entre el ideal de vida para el individuo y la sociedad en la que se desarrolla. De acuerdo a su desarrollo, cada adolescente generará estrategias adaptativas o desadaptativas en el manejo de las redes sociales que favorecen o dificultan la construcción de su identidad. Dentro de las estrategias adaptativas destacan el autocontrol, la priorización de actividades saludables y la exploración de varias alternativas offline. Dentro del segundo grupo destacan evitar el control parental, la normalización y legitimación del uso abusivo.

Dentro del desarrollo de la identidad del joven, se generan experiencias interpersonales y extrapersonales modulando la personalidad dependiendo de la retroalimentación que estos reciban, esta se da por medio de la cibercomunicación, la cual es definida por Arab y Díaz, como "el proceso de la comunicación mediatizado a través de Internet, y a través de las redes sociales en general."

La cibercomunicación es un herramienta de gran utilidad hoy en día ya que nos permite la fácil transmisión de información y el poder estar en contacto con familiares y amigos, aportando así un gran número de ventajas, sin embargo, como se mencionó anteriormente el internet puede tener tanto efectos positivos como negativos dependiendo de cómo este se emplee, ya que por ejemplo un uso excesivo de este medio puede terminar convirtiéndose en un uso problemático de internet, el cual, según Puerta-Cortés y Carbonell (2014), se caracteriza por el descuido de actividades académicas, laborales o domésticas y su sustitución por actividades en línea, esto puede estar relacionado con diversas repercusiones en la personalidad de estos por ejemplo Puerta-Cortés y Carbonell (2014) elaboraron un trabajo en el cual

relaciona las dimensiones básicas de personalidad formuladas por el modelo de los 5 factores de personalidad, con el uso problemático del internet en jóvenes colombianos. Para ello se reclutaron 411 jóvenes (61.3 % mujeres y 38.7% hombres) a los cuales se les aplicó un cuestionario de datos socio-demográficos y hábitos de uso de internet; también se aplicó el test de adicción a internet (IAT), el cual categoriza en 3 niveles: uso controlado, problemático y uso adictivo; y por último se aplicó el inventario de personalidad de los cinco factores (BFI) anteriormente descrito.

Se encontró que el 9.7% de los participantes tenían un uso problemático del internet, dentro los cuales era mayor en el caso de los hombres, su acceso era en mayor parte por el ordenador doméstico en donde mantenían actividades de comunicación, acceso de información y ocio.

En lo que concierne a la relación del uso del internet y la personalidad se encontró una correlación débil significativa positiva con el factor de neuroticismo, una correlación negativa con los factores afabilidad y responsabilidad y una nula correlación con la extraversión y apertura a la experiencia. El factor de riesgo registrado fue el neuroticismo y el factor de protección la dimensión de responsabilidad estos hallazgos se relacionan con los presentados por Correa, Hinsley y De Zuniga (2010) quienes investigaron la relación entre personalidad y medios sociales, el uso y efecto en la edad y el género. Para este estudio se enviaron un total de 1482 encuestas en línea de los cuales el 33% de los participantes eran hombres y el 67% eran mujeres. Se midieron 3 rasgos de personalidad (extraversión, estabilidad emocional y apertura a nuevas experiencias), y se midió la satisfacción personal.

Los resultados arrojaron que el 72% de los encuestados utilizan medios sociales (74% de las mujeres y 67% de los hombres) y se encontró una correlación entre la estabilidad emocional y satisfacción personal.

Se encontró que las personas más extrovertidas usaban los medios sociales con mayor frecuencia, las personas más estables emocionalmente empleaban los medios con menor frecuencia y las personas que están más abiertas a nuevas experiencias usaban los medios sociales con mayor frecuencia.

En la cuestión de género se encontró que la extraversión se encontraba relacionada positivamente con el uso de medios sociales, así mismo los hombres más extrovertidos y ansiosos eran más propensos a participar en aplicaciones socialmente interactivas en la web. En el caso de las mujeres la extraversión y la apertura a la experiencia se encontraba relacionada positivamente con el uso de medios sociales mientras que la estabilidad emocional no se encontró relacionada.

En lo que concierne a la edad se encontró que para los adultos jóvenes (18-29 años) solo la extraversión (30 años

y más) obtuvieron una correlación positiva entre la extraversión y apertura a nuevas experiencias con el uso de medios sociales y se encontró una correlación negativa entre estabilidad emocional y el uso de medios sociales.

Ayar, Bektas, Beste, Dilek y Ozturk (2015) mencionan que a pesar de que el uso de tecnologías en el desarrollo hace que nuestra vida cotidiana sea más fácil, las personas, especialmente los niños y los jóvenes, se ven afectados negativamente por el mal o excesivo uso de las herramientas como las computadoras e Internet, ya que siguen siendo psicológicamente inmaduros y constituyen un grupo de riesgo potencial para la adicción al Internet. Aunque su investigación mostró que los adolescentes con un comportamiento estructurado tienen un menor riesgo de adicción a Internet en comparación con aquellos que están desorganizados, no se descarta la idea de que el abuso de estas herramientas pueda ser nocivo para ambas poblaciones.

### **Presentación del problema específico**

Las formas de comunicación han tenido un cambio en los últimos 10 años por todo el mundo. A excepción de los ciudadanos de países que practican la cibercensura, la mayor parte de la sociedad mundial tiene acceso a internet y sus múltiples redes sociales.

Este uso del internet puede volverse excesivo, el cual puede definirse por pensamientos recurrentes sobre internet; necesidad de incrementar el tiempo de conexión; necesidad de controlarlo a pesar de saber que es un problema; cambios en actividades cotidianas o en estilo de vida como: reducción o deterioro en lo profesional, familiar y social; y hábitos saludables como: actividad física, alteraciones del sueño, etc.(García Del Castillo, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges, 2008). Existe un debate en torno a su efecto en la personalidad del joven, específicamente en las relaciones sociales, ya que mientras en artículos como el de Correa, Hinsley y De Zuniga, (2010) se encontró una correlación positiva significativa entre el uso de la Web y la extraversión tanto en hombres como en mujeres, en otro se muestra lo contrario en la investigación realizada por García Del Castillo, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges (2008) donde se administró un cuestionario a los primeros cursos de titulaciones de psicología, ciencias ambientales, relaciones laborales, fisioterapia, administración y dirección de empresas y podología colaborando un total de 391 estudiantes de los cuales el 26% de la muestra eran hombres y el 74% eran mujeres con una edad media de 19 años. Los instrumentos que se aplicaron fueron: un cuestionario de variables sociodemográficas; un cuestionario de expresión social evaluando el componente cognitivo y el motor; un cuestionario de personalidad que evalúa neuroticismo-estabilidad y extraversión-introversión: un cuestionario de internet sobre frecuencia, tiempo y recurso utilizado; y un cuestionario sobre uso y abuso del internet.

Se encontró que el 72% de los entrevistados se conectan todas las semanas y el 2.2% se conecta varias veces al día y el resto una vez por mes. Se encontró además de los alumnos de la carrera de psicología se muestran un mayor porcentaje de uso “varias veces al día” con un 4.8%.

También se encontró que el 80% pasa de media hora a 2 horas conectado en donde los recursos más consumidos con el navegar por la red, el uso del correo electrónico y el uso del Chat o Messenger. De los lugares donde se utiliza más esta la universidad y la propia casa. Por último en los motivos de uso destacan el ocio y cuestiones relacionadas con estudio.

En lo que respecta a las habilidades encontraron que el grupo de mayor frecuencia muestra una mayor presencia de pensamientos negativos que interfieren en diversas situaciones sociales, además también la mayor frecuencia de uso de internet se relaciona con la búsqueda de relaciones y amistad y la búsqueda por mejorar el estado emocional. Por último se encuentra la no presencia de abuso del internet en sujetos de este estudio

Otra investigación con datos similares es la elaborado por Ebeling-Witte, Frank, y Lester, (2007) en donde a una muestra conformada por 34 varones y 54 mujeres estudiantes universitarios matriculados en una clase de psicología introductoria en un colegio estatal, se les aplicó un cuestionario de uso del internet, personalidad y datos sociodemográficos y en donde se encontró que la timidez estaba asociada con las preferencias por la conversación en línea y obteniendo por ende, menos satisfacción con las interacciones cara a cara. Además la timidez también se encontró relacionada con el uso problemático del internet, en donde se establecen un gran número de amistades en línea o virtuales, para aliviar sentimientos de soledad y depresión y para evitar atender cuestiones estresantes para la persona y con ello a su realidad.

Es aquí cuando nos percatamos que las relaciones sociales son un punto importante en la interacción de los jóvenes, en especial cuando se trata del internet, donde cambia totalmente el panorama para ellos. Una red social es una estructura compuesta por un conjunto de individuos que están vinculados por lazos interpersonales; son esquemas que permiten a los individuos atender un punto de interés común para compartir contenidos en diversos formatos de comunicación (Molina y Tapia, 2014). Según Cornejo y Tapia (2011), las relaciones sociales han cambiado ya que dentro de internet se da una nueva forma de relacionarse en torno a cualquier afinidad de gustos, intereses, etc.

Con la popularización de las redes sociales se ha identificado una diversidad de nuevas conductas en las sociedades y sus individuos. En el campo de la salud, hoy en día se habla de un nuevo género de adicciones, como adicción al internet, cibersexo o simplemente una red social.

Dentro de las relaciones sociales en internet y el uso de las redes sociales una de las páginas más visitadas es Facebook, en esta página suele darse una información completa del individuo (gustos, intereses, música, lugares que visita, fotos, etc.), con ello la personalidad se vuelve cambiante dentro y fuera de internet, pues dentro de él, la personalidad que se refleja es agradable para la otra persona, de esta manera se consigue el tipo de amigos que se quiere. Del Moral (citado en Cornejo y Tapia, 2011), hace referencia a que las relaciones dentro de las redes sociales pueden ser debido a factores como mantener o crear amistades, o por simple entretenimiento, evitando atender su realidad como se mencionó antes. De esta forma se nos permite relacionarnos con la gente a la que sería imposible acceder a diario.

Para poder crear cierta relación con otra persona se necesitan ciertas características, las cuales serán valoradas por otras personas y que pasan a personificarse con un valor positivo o negativas es aquí donde las características asociadas con ciertos obstáculos relacionados al mantenimiento de las relaciones interpersonales significativas, tendrán cierta valoración negativa, de esta forma las relaciones pueden volverse de cierta manera complicadas para aquellos que no pueden desenvolverse con facilidad, creando así personalidades tímidas en jóvenes. Por esta razón las relaciones virtuales ofrecen un mejor acceso a poder relacionarse con las otras personas pues se caracterizan por ser sensatas, higiénicas, fáciles de usar, amistosas con el usuario, en comparación con las relaciones verdaderas. Así el joven tímido podrá mostrar una personalidad diferente ante los demás que puede ser falsa, esta suplantación puede afectar negativamente, pues el uso excesivo de internet crea un aislamiento de la vida real, interfiriendo en su vida cotidiana, su relación con su familia y la relación de amistades, creando personalidades obsesivo compulsivas.

También mencionan Cornejo y Tapia (2011) que las características de personalidad que se encontraron en un estudio por Castillo y colaboradores (citado en Cornejo y Tapia, 2008) con jóvenes universitarios, las cuales fueron principalmente la introversión y pensamientos negativos de poder relacionarse con los otros, de esta manera se relaciona con lo anterior descrito, observando que el joven necesitará esta herramienta para así poder desenvolverse de una manera diferente y no sólo recurrir al aislamiento social.

Para Mohseni, Dowran y Hadi (2008), el aislamiento social es una situación en la que una persona carece de vínculos sociales para conseguir el apoyo social necesario, se presenta cuando el adolescente se aleja totalmente de su entorno. Esto puede llevar a la persona a tener problemas de aprendizaje, atención y toma de decisiones, debido a que cuando no hay una relación con el entorno, el cerebro no recibe los estímulos adecuados por lo tanto no se puede trabajar de la forma esperada.

Como se ha mencionado el aislamiento social es una condición que es percibida de distintas formas tanto por las características propias de la persona, esto es su personalidad y carácter, como por el grupo al que pertenecen; puesto que el estar solo físicamente, no implica en estricto que la persona se sienta aislado socialmente, sino que la persona se encuentra en una etapa o situación en la que el adolescente sienta que al cambiar las experiencias sociales, también lo hacen las expectativas acerca de las interacciones sociales y las percepciones de lo que constituye el aislamiento social. Esto puede ser relacionado con el uso adictivo de internet puesto que como lo menciona Mohseni, Dowran y Hadi (2008) en países de primer mundo como Estados Unidos y Japón se usa el término de “screenagers” o “bedroom culture”, los cuales hacen referencia a los adolescentes que pasan gran parte de su tiempo ante las nuevas tecnologías, en sus habitaciones ya que, estas son vistas como espacios privados donde no pueden acceder sus padres o personas adultas y, en sus habitaciones se encuentran ubicadas sus aparatos tecnológicos, permitiéndoles encerrarse y hacer contacto con el mundo exterior sólo mediante estas. Otros de los principales factores de riesgo tanto para el aislamiento social como para la adicción a internet, principalmente el ser adolescente, con inestabilidad afectiva, baja autoestima, inseguridad y timidez. Sin embargo, debe quedar claro que estos factores no son determinantes de que se tenga una adicción a internet que produzca aislamiento social.

El uso problemático al internet aumenta el aislamiento social y se deterioran las relaciones más cercanas. Se ha estudiado la manera en que el uso de las TIC afecta dichas relaciones sociales de los jóvenes con sus iguales. Esta interacción, según las investigaciones, se produce con mayor frecuencia cuando el acceso a estas tecnologías está relacionado con actividades de ocio, las cuales se encuentran relacionadas al uso de las redes sociales, principalmente mediante el uso del teléfono móvil, este se ha convertido en el instrumento de comunicación fundamental, consecuentemente, su pérdida o la imposibilidad de utilizarlo significa el aislamiento con respecto a sus amistades. Sin embargo muchas veces el uso excesivo de internet puede dificultar las relaciones como lo menciona Muñoz, Fernández & Gámez, (2010 citados en Rodríguez y Fernandez 2014), quienes encontraron en una investigación con estudiantes universitarios que el hecho de pasar más tiempo en Internet interferirá en sus relaciones, debido a que tenían que cambiar sus citas con amigos por estar en Internet, y adicionalmente les acarrea más problemas con su familia. Este uso excesivo puede crear cierta adicción a ellas como lo menciona Rodríguez y Fernandez (2014), en su investigación donde encontraron algunas variables que pueden influir en una posible adicción al uso de las redes sociales, las cuales fueron: el tiempo que los adolescentes permanecen solos en casa, las cualidades de los

adolescentes y, por último, la insatisfacción social de los menores. En esta investigación se encontró que el tiempo que los adolescentes hacen uso de las redes sociales está relacionado con el acceso a Internet desde sus hogares, lo que resulta coherente con otras investigaciones que también han encontrado que el mayor porcentaje de adolescentes se conecta con redes desde su casa (Castellana et al., 2007; Viñas, 2009 Citados en Rodríguez y Fernandez 2014), siendo también el hogar el lugar desde el que se conectan por más tiempo. Otro factor importante ocurre dentro de la escuela donde puede existir cierta insatisfacción, esto se evaluó mediante el LSDQ, la cual está vinculada con la insatisfacción en las relaciones con otros adolescentes en el ámbito escolar. Es posible que la relación encontrada se deba a que los adolescentes se sienten inconformes con sus relaciones en el ámbito escolar, lo que les lleva a emplear más tiempo a diario relacionándose a través de las redes sociales, como se había mencionado anteriormente, para ser honestos en aspectos que no discutirán fácilmente frente a frente.

De acuerdo con Fernández (2013) la denominada adicción a Internet y la adicción a las Redes Sociales no pueden ser calificadas como tales ya que no existe una adicción a Internet sino problemas de conducta derivados del acceso a la diversidad de contenidos que provee la Internet y la población más vulnerable hacia los posibles efectos del uso excesivo del internet y sus redes sociales son los adolescentes y los jóvenes.

Sin embargo, en el estudio realizado por Molina y Toledo (2014) en la ciudad de Cuenca a estudiantes de primer año de bachillerato con la finalidad de analizar la influencia de las redes sociales en las áreas social, personal, familiar y académica de los adolescentes, se demostró que a nivel general la mayoría de los adolescentes no se veían muy afectados por las redes sociales en las diferentes áreas a pesar de dedicar hasta tres horas a ésta actividad y revisar sus redes por lo menos cinco veces al día distrayéndose de sus estudios.

Se muestra entonces, que el internet no influye como tal en el joven, sin embargo esto se puede ver más en personas extrovertidas, las cuales tanto dentro y fuera de internet se muestran de la misma manera, mostrando así que no hay una relación entre el uso de internet y sus relaciones sociales, esto nos menciona en un estudio que se realizó por Sheldon (2013) con 150 universitarios en donde se quiso probar cómo influía la timidez y la soledad al relacionarse con los amigos de Facebook, donde la hipótesis de su estudio consistía en que esta relación era la misma que una relación cara a cara, esto quiere decir que si una persona es tímida en la vida real también lo serían en internet, principalmente Facebook, los resultados encontrados acertaron a esta hipótesis, donde encontraron que los estudiantes tímidos también tienen menos amigos de Facebook y menos amigos en la vida real, esto debido a que están poco dispuestos a relacionarse con otros

porque temen la desaprobación, y esto genera la ansiedad, de igual forma se encontró que hay una necesidad por parte de los jóvenes tímidos a establecer relaciones sociales con otros, crear amigos, sin embargo al no tener tantos amigos en la vida real tampoco los tienen en Facebook, probando así que por este grupo de jóvenes la personalidad no afecta dentro y fuera de internet, se menciona que al tener esta necesidad de amistad los jóvenes suelen agregar a personas, teniendo así un gran número de amigos en Facebook para compensar la carencia de amigos, sin embargo no hay relación con ellos, de esta forma, el hacer notar que ellos tienen muchos amigos en Facebook hará creer a la otra persona que posiblemente se trate de una persona extrovertida, sin embargo como se ha descrito anteriormente en muchos casos los jóvenes suelen tener un cambio de personalidad cuando utilizan especialmente redes sociales, los jóvenes se pueden mostrar seguros detrás de una pantalla, facilitando así en ocasiones su interacción con los otros solo por este medio.

### **Propósito**

El presente artículo tuvo como objetivo determinar si el uso excesivo de internet y redes sociales tiene algún efecto en el desarrollo de la personalidad del joven adulto. Por lo que se propuso encontrar una relación entre el uso excesivo de internet y el desarrollo de la personalidad de los jóvenes, que de acuerdo a la hipótesis se creería que influyen de manera negativa en el desarrollo de la personalidad, específicamente en los campos de introversión y extroversión.

## **2. MARCO CONCEPTUAL**

### **Perspectiva**

En la época actual las nuevas tecnologías se han convertido en parte importante de nuestras vidas, una de las que destaca es el internet el cual ha facilitado la comunicación tanto social como científica, sin embargo, también hemos llegado a un mal uso de él con lo que se conoce como adicción al internet, de acuerdo con Fernández (2013) la denominada adicción a Internet y la adicción a las Redes Sociales no pueden ser calificadas como tales ya que no existe una adicción a Internet sino problemas de conducta derivados del acceso a la diversidad de contenidos que provee la Internet y la población más vulnerable hacia los posibles efectos del uso excesivo del internet y sus redes sociales con los adolescentes y los jóvenes, estos problemas suelen conocerse como el abuso del internet el cual según García, Terol, Nieto, Lledó, Sánchez, Martín-Aragón y Sitges (2008) puede definirse por diversas características las cuales son: pensamientos recurrentes sobre internet; necesidad de incrementar el tiempo de conexión; cambios en actividades cotidianas o en estilo de vida como la

reducción o deterioro en lo profesional, familiar y social; y hábitos saludables como las alteraciones del sueño.

Este abuso del internet se ha encontrado relacionado con características de la personalidad de las personas que utilizan este servicio. Diferentes autores han estudiado sus efectos en la personalidad, donde principalmente resaltan la introversión y extroversión de la personalidad del individuo, Cornejo y Tapia (2011) menciona una posible definición acerca de las personas extrovertidas e introvertidas. En el caso de las personas extrovertidas, se definirá como aquellas que poseen características que serán significativas de manera positiva ante los demás, a comparación de las introvertidas que poseerán características donde las personas significaran como negativas, esto puede llevar al aislamiento social el cual para

Mohseni, Dowran y Hadi (2008), es una situación en la que una persona carece de vínculos sociales para conseguir el apoyo social necesario, se presenta cuando el adolescente se aleja totalmente de su entorno. Esto puede llevar a la persona a tener problemas de aprendizaje, atención y toma de decisiones, debido a que cuando no hay una relación con el entorno, el cerebro no recibe los estímulos adecuados por lo tanto no se puede trabajar de la forma esperada.

### **Causas del problema**

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, se observa que el abuso de internet influye de cierta forma en la personalidad del individuo, especialmente en los jóvenes. Se ha conformado un debate debido a que algunos autores como Correa, Hinsley y De Zuniga, (2010) mencionan que el uso abusivo del internet se encuentra relacionado con jóvenes extrovertidos, (principalmente mujeres) los cuales pasan más tiempo haciendo uso de las redes sociales y con un gran número de amigos, sin embargo en otras investigaciones como en la de Ebeling-Witte, Frank y Lester (2007). se encuentra lo contrario mencionando que en realidad este abuso del internet está relacionado con la introversión o la timidez en donde a pesar de que mantengan conversaciones con otros a través de las redes sociales o tengan un gran número de amigos virtuales, en la realidad social les resulta difícil entablar conversaciones con otros, conocer a nuevas personas y también tienen dificultad en las relaciones interpersonales y por lo tanto la extroversión que presentan en redes sociales solo es una máscara para cubrir su soledad. Explicado de una forma más amplia, el uso abusivo del internet repercutirá en las relaciones sociales reales y actividades que se realicen en la vida diaria, principalmente redes sociales como Facebook, donde los jóvenes al querer obtener más amigos, publican estados, fotos, videos, música, entre otras cosas, que ayudará a ampliar sus amistades virtuales, ocasionando que los jóvenes estén más al pendiente de publicar contenido para poder cumplir con esta meta, ya que de

cierta forma habrá una aceptación social virtual, sin embargo como menciona Sheldon (2013) esto no implica que los jóvenes tímidos puedan crear una amistad, pues solamente agregan amigos para poder crear esta aceptación.

### 3. PLANTEAMIENTO

#### Método

Pregunta de investigación

¿El uso excesivo de internet y redes sociales tiene algún efecto en el desarrollo de la personalidad del joven adulto?

Hipótesis de Trabajo

El uso excesivo de redes sociales e internet en los jóvenes influye de manera negativa en sus relaciones interpersonales.

Factores e instrumentos

El internet ha cambiado rápida y radicalmente el sentido de la vida y el trabajo para los seres humanos. A pesar de que han habido algunos beneficios ofrecidos por el uso de este, como lo son el permitir el acceso a millones de recursos de todo el mundo, el poder recoger, almacenar, utilizar e intercambiar información con otros usuarios, la forma en la que es utilizado este medio puede provocar efectos tanto positivos como negativos en el desarrollo de la personalidad e interrelaciones de los usuarios.

Es por eso que el internet se ha convertido en un factor importante para el desarrollo ya sea positivo o negativo de procesos en los jóvenes.

Uno de los factores de mayor interés que se cree que puede verse influido por el uso excesivo de internet es el del desarrollo de la personalidad en los jóvenes, como el desarrollo de sus relaciones sociales (introversión y extroversión).

Por lo que el objetivo de la presente investigación fue determinar el tipo de influencia (positiva o negativa) que ejerce el uso excesivo de internet sobre el desarrollo de la personalidad y relaciones interpersonales de los jóvenes.

**La muestra** consistió en alumnos de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala en un rango de edad entre 17-25 años los cuales fueron pertenecientes a 2 grupos de primer semestre de la carrera de psicología en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

**Los instrumentos** utilizados fueron el Test de introversión-extroversión de Chaure en el cual se presenta una serie de preguntas sobre la personalidad enfocándose en la introversión y extroversión del participantes, cuenta con un total de 25 reactivos los cuales tienen para opciones de respuesta una escala Liker con las siguientes opciones: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca, nunca, también contiene un apartado para el género del

participante y su ocupación la cual en este caso se cambiaría a careera que se encuentra cursando. Para medir la adicción a internet que se empleó el Test de uso del internet de Young, Kimberly, que es un cuestionario de 20 puntos que mide los niveles leves, moderados y severos de adicción a Internet.

#### Obtención de datos

El corte de la investigación fue no probabilístico por lo cual para el trabajo se utilizó una muestra no significativa con 2 grupos de alumnos de la carrera de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala conformando un total de 40 participantes, en un rango de edad entre 17 a 25 años.

| Genero | Frecuencia | Porcentaje |
|--------|------------|------------|
| Hombre | 11         | 27.5       |
| Mujer  | 29         | 72.5       |
| Total  | 40         | 100.0      |

Figura 1. Número de participantes por género

Como podemos observar en la figura 1, la muestra no fue equitativa ya que hubo más mujeres que hombres; el 27.5 % de los estudiantes eran del sexo masculino, mientras que el 72.5 % son del sexo femenino.

| Edad  | Frecuencia | Porcentaje |
|-------|------------|------------|
| 17    | 1          | 2.5        |
| 18    | 21         | 52.5       |
| 19    | 11         | 27.5       |
| 20    | 5          | 12.5       |
| 23    | 1          | 2.5        |
| 24    | 1          | 2.5        |
| Total | 40         | 100.0      |

Figura 2. Frecuencia de las edades por participantes

La figura 2 nos indica que la edad predominante es la de 18 años con un 52.5% de los estudiantes..

### Resultados

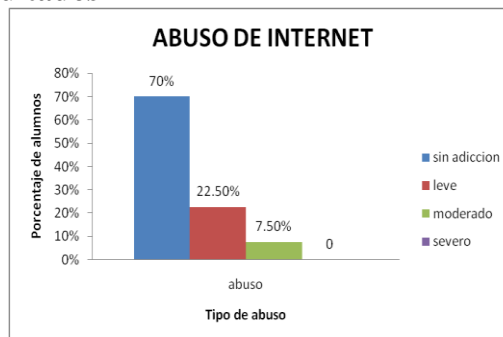


Figura 3. Nivel de abuso de los estudiantes.

De acuerdo a los gráficos de la figura 3, podemos observar que se encontró que el 70% de los participantes no mostró haber tenido algún nivel de adicción al internet y/o uso de redes sociales, un 22.5% de ellos únicamente demostró tener un leve nivel de abuso al uso de internet, el 7.5% se encontró en un nivel de abuso moderado y 0% de los participantes representó un nivel severo de abuso al tiempo que emplean navegando.

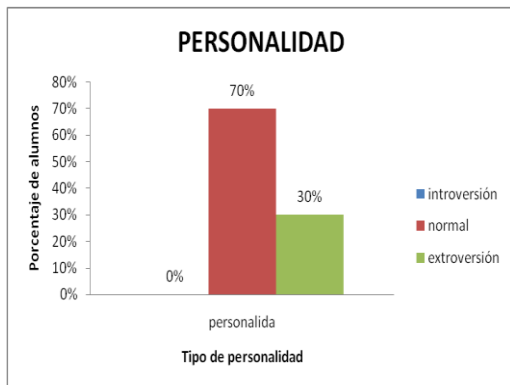


Figura 4. Tipo de personalidad de los participantes.

En la figura 4 se observa el porcentaje de alumnos con respecto a su personalidad, donde se muestra que el 70% se encontró en la normalidad, ya que su personalidad no es ni introvertida ni extrovertida. Por otra parte el 30 % restante de los participantes mostraron ser más extrovertidos, mientras que en el caso de la personalidad introvertida no se encontró ningún porcentaje de alumnos.



Figura 5. Nivel de correlación de abuso y personalidad

Lo que se puede observar en la figura 5 son los porcentajes de participantes ya correlacionada la personalidad (extrovertido o en la norma) con el nivel de abuso de Internet en el que se encuentran, teniendo así 6

categorías que son: los participantes que se encuentran dentro de la norma de personalidad y no presentan abuso del Internet (NSA), los que calificaron como extrovertidos en la prueba pero no presentan abuso de Internet (ESA), los que se encuentran dentro de la norma de personalidad y presentan un abuso leve del Internet (NAL), los que se encuentran dentro de la norma de personalidad y presentan un abuso moderado de Internet (NAM), los que calificaron como extrovertidos en la prueba y presentan un abuso leve de Internet (EAL) y por último los que calificaron en la prueba como extrovertidos y presentan un abuso moderado del internet (EAM).

En la Figura 5 se muestra que el mayor número de participantes (52.5%) entre los que su personalidad se encuentra dentro de la norma de personalidad y no presentan ningún grado de abuso del Internet mientras que la menor parte de la población se encuentra entre en los que su personalidad se encuentra dentro de la norma y se encuentran en el nivel moderado de abuso del Internet (2.5%).

No se encontró una correlación significativa entre el abuso del Internet y la extraversión, sin embargo se entró un correlación moderada negativa significativa entre el hecho de que desatienda sus labores de la casa por estar en el Internet y el que se considere una persona de confianza ( $r=-0.360$ ;  $p\leq 0.05$ ) lo que muestra que entre más descuide sus labores del hogar por estar en el Internet él mismo se considerará como una persona en quien no se puede confiar.

También se encontró una correlación moderada positiva significativa entre el navegar más tiempo del pretendido con que sean considerados con características de líder ( $p=0.336$ ;  $p\leq 0.05$ ).

Se encontró una correlación moderada significativa positiva entre las personas que dicen las cosas sin pensar y la frecuencia con la que establecen relaciones en internet ( $r= 0.371$ ;  $p\leq 0.05$ ). Lo que nos indica que a mayor facilidad para establecer relaciones vía internet, menos se preocupan por pensar lo que están diciendo.

De la misma manera se encontró una correlación moderada significativa positiva entre el hecho de pasar mucho tiempo en internet con que le guste realizar actividades en solitario ( $r= 0.383$ ;  $p\leq 0.05$ ). Lo que nos permite vincular el hecho de que al pasar demasiado tiempo navegando y/o en redes sociales, mayor será su preferencia a las actividades en solitario.

De igual forma se encontró una correlación moderada significativa negativa entre que se vuelva reservado cuando le pregunten acerca del tiempo que pasa navegando con el hecho que le gusten los cambios ( $r=-0.320$ ;  $p\leq 0.05$ ), lo cual implica que entre más sea reservado sea cuando se le cuestione sobre el uso de internet menos les gustarán los cambios.



Así mismo se encontró una correlación moderada positiva significativa de 0.325 entre el perder horas de sueño por estar en internet con la dificultad para pedir ayuda a los demás ( $r=-0.325$ ;  $p\leq 0.05$ ).

Se encontró una correlación moderada positiva significativa de .327 entre el pensar en el internet mientras no se le está usando y la facilidad para enojarse ante el fracaso inmediato ( $r=.327$ ;  $p\leq 0.05$ ).

También se encontró una correlación moderada significativa negativa entre las personas que se molestan cuando alguien los interrumpe mientras se encuentran navegando con que estas mismas personas no piensan antes de hablar ( $r= -.352$ ;  $p\leq 0.05$ ), lo que podría indicar que al momento de ser interrumpidos mientras se encuentran usando el internet reaccionan de manera impulsiva hacia las personas que les causan la molestia.

Se encontró una correlación positiva significativa entre el perder horas de sueño por el uso del internet con el hecho de que a esas personas les agrada conocer diariamente a nuevas personas ( $r= 0.404$ ;  $p\leq 0.01$ ), lo que indica que no les importa la hora que sea pues la idea de entablar conversaciones con personas nuevas le es muy grata.

Por último, se encontró una correlación alta negativa significativa entre el ocultar el tiempo que navega y el que sea una persona conversadora ( $r= -0.417$ ;  $p\leq 0.01$ ), lo que indica que las personas que hacen uso excesivo del tiempo que permanecen conectados a internet pasan la mayor parte del tiempo entablando conversaciones

### **Solución del caso**

Debido a que se encontró un nivel de abuso del internet entre los participantes y también a que estos en su mayoría no se encontraron calificados como extrovertidos podría apoyar a lo planteado por Ebeling-Witte, Frank y Lester (2007) sobre que los jóvenes en realidad encuentran en el internet un medio para facilitar sus interacciones sociales pero fuera de este medio podría resultar en algo que se les dificulte se propone la implementación de un programa o taller en donde se enseñe a los jóvenes a mantener relaciones sociales sin que para hacerlo necesiten obligatoriamente el internet.

Como parte de la solución también se propone impartir un Taller sobre Manejo de Tiempo, el cual les permite a los participantes administrar bien su tiempo para incrementar la productividad en su trabajo y así poder disfrutar de su tiempo libre. El taller tendría como objetivo analizar costumbres y actitudes relacionadas con el manejo de tiempo y descubrir maneras eficaces de usarlo para mejorar el desempeño de los jóvenes adultos tanto en sus escuelas, como trabajos y hogares.

Ligado al taller anterior también se propone un Taller sobre Manejo de Distractores. Este taller les permitirá a los participantes considerar sus prioridades para poder realizar sus actividades adecuadamente en el tiempo

establecido y de esta manera incrementar su desempeño y sus buenos hábitos de organización. El taller tiene como objetivo que los participantes conozcan e identifiquen sus prioridades relacionadas con el ámbito escolar, laboral y del hogar, así como los distintos distractores que pueden existir en estas áreas, de esta manera podrán crear alternativas para potencializar la adecuada realización de sus actividades cotidianas dentro de la organización de su tiempo.

## **4. CONCLUSIÓN**

### **Discusión**

El objetivo de esta investigación fue analizar repercusiones del uso del Internet en la personalidad del joven desde el punto de vista de sus relaciones sociales en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de la facultad de Estudios Superiores Iztacala, por lo cual se planteó la hipótesis de que el uso excesivo del internet influye de manera negativa en sus relaciones sociales, este planteamiento se cumplió parcialmente ya que se encontró en primer punto que si existía un abuso del internet leve en la muestra empleada para la investigación (22.5%), se encontró también un porcentaje de personas extrovertidas y ningún participante resultó introvertido, sin embargo no se encontró una correlación entre los 2 instrumentos fueron aplicados, sin embargo se encontraron diversas correlaciones entre diversos aspectos relacionados con el abuso del internet y aspectos relacionados con la personalidad extrovertida en donde entre las correlaciones más fuertes que estaban vinculadas al hecho de conocer y conversar con personas nuevas, por lo cual el internet en realidad puede brindar un apoyo a las personas para socializar, sin embargo, se encontró que existe un mayor porcentaje en entre las personas que se encuentran dentro de la norma de personalidad y presentan algún grado de adicción al internet en comparación con los que calificaron como extrovertidos y presentan algún grado de adicción, lo cual podría mostrar que realmente el internet no repercute en la personalidad del joven para a que este sea una persona extrovertida, sino que actúa como un facilitador en sus relaciones sociales, permitiéndoles conocer a más personas, dialogar más con ellas, inclusive entrar a grupo de personas que mantengan los mismos intereses que ellos, sin embargo esto puede resultar también un problema en el momento en que se enfrentan en la vida real con las personas, esto puede relacionarse con lo mencionado por Ebeling-Witte, Frank y Lester (2007), los cuales reportan que a pasar de que mantengan muchas conversaciones con un gran número de personas por medio del internet a muchos de ellos se les dificulta realizar estas mismas actividades en cuando no están empleando los medios electrónicos para hacerlo, esto también se convierte en un problema debido a que, también se encontraron correlaciones entre el abuso del internet y la falta de responsabilidad sobre todo en el

momento de expresarse, como el decir lo primero que se piensa, sin reflexionar antes lo que se está diciendo, o perder horas de sueño por estar navegando en internet esto podría llevar en gran medida a que publiquen gran cantidad de contenido en sus redes sociales, como fotos, información personal, etc. con el objetivo de obtener un mayor número de amigos lo cual se relaciona con lo obtenido en la investigación de Sheldon (2013).

Por lo anteriormente mencionado deberían de buscarse en posteriores investigaciones el poner a prueba la hipótesis del internet como un facilitador en las relaciones sociales de los jóvenes y no como un medio que provoque que la personalidad de los jóvenes se desarrolle de una manera extrovertida, por cual se puede resultar relevante estudiar a grupos de jóvenes que no hayan tenido contacto con el internet para después implementar su uso y ver así la manera en la que este afecta en el desarrollo de su personalidad. Igualmente se propone emplear una muestra de estudio más grande y de diferentes niveles educativos para saber si este tiene alguna relevancia en el desarrollo de su personalidad. También se propone investigar si tienen alguna relación con el género al emplear una muestra más equitativa.

### Aportaciones

En el presente artículo se buscaron las correlaciones entre el uso excesivo del internet y el desarrollo de la personalidad en los jóvenes, al no encontrar una correlación significativa entre ambas, se realizó una correlación entre los diversos factores que caracterizan al abuso del internet y la personalidad extrovertida, lo que arrojó que el uso del internet no tiene un efecto negativo sobre la personalidad de los adultos jóvenes, por otra parte el uso excesivo del internet si es un problema para los estudiantes pues suelen perder o gastar tiempo en actividades que no son necesarias, por lo que dentro del artículo se dan sugerencias hacia talleres para una mejor organización del tiempo y otro centrado hacia el manejo de los distractores que pueden ser un factor negativo para el desarrollo del alumno y de sus actividades académicas. Buscando resaltar que el objetivo del internet es mejorar la búsqueda de información y que el acceso hacia la misma sea más sencillo para los usuarios de la red.

A partir de los resultados encontrados, se puede sugerir para futuras investigaciones que se analice a profundidad la forma en que los estudiantes usan las redes sociales para entablar conversaciones e iniciar amistades, así como las principales actividades que se realizan en el tiempo dedicado al uso del internet.

### Colofón

Dado que vivimos en la época donde el internet cada vez más tiene un peso importante en la vida de los jóvenes, se observa que en mucho de ellos existe un abuso de este, en nuestro trabajo se encontró que este abuso repercutirá en las relaciones sociales reales y actividades que los jóvenes

realicen en su vida diaria, cumpliéndose parcialmente la hipótesis de que esto influye de manera negativa ya que en realidad puede ser tanto positivo como negativo en la vida del joven adulto ya que ayuda al joven a mantener poder relacionarse con otros, sin embargo también puede generarse un problema cuando este se convierte en el único medio para entablar relaciones con otras personas.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Condes*, 26 (1), 7-13.
- Ayar, D., Bektas, M., Beste, O., Dilek, Y. y Ozturk, C. (2015). Association of Personality Traits and Risk of Internet Addiction in Adolescents. *Asian Nursing Research*, 9, 120-124.
- Chandra, M., Nabi, A. y Raja, R. (2013). Role of Television in Child Development. *Mass Communication and Journalism*, 3 (3), 2-5.
- Chauré, F. L. (2010) Construcción y validación de un test de extroversión - introversión como rasgo de la personalidad, Universidad de Zaragoza. *Campus de Teruel* 1 (1) 1-14
- Cornejo, M. y Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*, 2 (24), 219-229.
- Correa, T., Hinsley, A., y De Zuniga, H. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 247-253.
- Daraha, K. (2013). The effect of the internet use on high school students: A case study of Pattani province of Thailand. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 91, 241-256.
- Ebeling-Witte, S., Frank, M. y Lester, D. (2007). Shyness, Internet use, and personality. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 713-716.
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en internet. *Salud Mental*, 36, 521-527.
- García, J., Terol, M., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M., y Sitges, E. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20(2), 131-142.
- Mohseni, M., Dowran, B y Hadi, M. (2008). Does the internet make people socially isolated? A social network approach. *Journal of Sociology. Bangladesh*, 5 (1), 13-26.

- Molina, G. y Toledo, R. (2014). *Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes*. Tesis de licenciatura de la Universidad del Azuay.
- Puerta, D. y Carbonell, X. (2014) El modelo de los cinco grandes factores de personalidad y el uso problemático de internet en jóvenes colombianos. *Adicciones*, 26 (1), 54-62.
- Olivier, B. (2011). Facebook, cyberspace, and identity. *Psychology in Society*, 41, 40-58.
- Sheldon, P. (2013). Voices that cannot be heard: Can shyness explain how we communicate on Facebook versus face-to-face?. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1402-1407.
- Rodríguez, A. y Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta colombiana de psicología*, 17(1), 131-140.
- Zegers, B., & Larraín, M. E. (2011). El impacto de la Internet en la definición de la identidad juvenil: Una revisión. *Psyche*, 11(1), 203-216.