



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL

TEMA:

“EL PHUBBING Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.”

Trabajo de Graduación previa a la obtención del Título de Licenciada en Trabajo Social.

AUTORA:

Karen Micaela Tovar Heredia

TUTORA:

Dra. Mg. Anita Dalila Espín Miniguano

Ambato- Ecuador

2020

CERTIFICACIÓN DE LA TUTORA

En calidad de Tutora del Trabajo de Investigación sobre el tema: “**EL PHUBBING Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.**”, de la Srta. Karen Micaela Tovar Heredia, Egresada de la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, considero que dicho trabajo de Graduación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a Evaluación del Tribunal de Grado, que el H. Consejo Directivo de la Facultad designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Ambato, 23 de enero del 2020



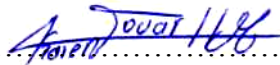
Dra. Mg. Anita Dalila Espín Miniguano

TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO

La responsabilidad del contenido, ideas, análisis, criterios y propuesta emitidas en el presente trabajo de investigación: “**EL PHUBBING Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**”, son de responsabilidad netamente de la autora.

Ambato, 23 de enero del 2020



.....
Karen Micaela Tovar Heredia

C.I. 0550128698

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los Miembros de Tribunal de Grado, APRUEBAN el Trabajo de Investigación, sobre el tema: “**EL PHUBBING Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**”, presentado por la Srta. Karen Micaela Tovar Heredia, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el Título Terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, del 2020

Para constancia firman:

.....

Presidente

.....

Miembro

.....

Miembro

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios y a mis padres por ser mi motivación, mi guía y fortaleza durante este camino tan importante para mí y a todas aquellas personas que directa e indirectamente contribuyeron en el desarrollo de mi formación profesional.

Karen Micaela Tovar Heredia

AGRADECIMIENTO

A Dios por ser mi inspiración diaria y a mis padres por brindarme siempre su amor y apoyo incondicional, gracias, por ser mi ejemplo de constancia y dedicación.

Karen Micaela Tovar Heredia

ÍNDICE GENERAL

PÁGINAS PRELIMINARES	Pág.
Portada.....	i
Certificación de la Tutora.....	ii
Autoría del Trabajo	iii
Aprobación del Tribunal de Grado	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice General	vii
Índice de Tablas	ix
Índice de Gráficos	x
Resumen Ejecutivo.....	xi
Abstract	xii

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Tema de Investigación:	1
1.2. Antecedentes Investigativos	1
1.2.1. Situación Problemática.....	1
1.2.2. Problema Científico	5
1.2.3. Delimitación del Problema.....	5
1.2.4. Investigaciones Previas	6
1.3. Desarrollo Teórico.....	10
Variable Independiente: El Phubbing	10
Variable Dependiente: Las Relaciones Interpersonales	31
1.4. Objetivos	47
Objetivo General	47
Objetivos Específicos.....	48

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. Materiales.....	49
----------------------	----

2.2. Enfoque	50
2.3. Modalidad básica de la investigación	51
2.4. Método	51
2.5. Nivel de investigación.....	52
2.6. Población y muestra	53

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis e Interpretación de Resultados	55
3.2. Prueba de Hipótesis.....	83
3.2.1. Diseño del proceso de validación.....	83
3.2.2. Formulación de las hipótesis estadísticas.....	83
3.2.3. Nivel de significancia.....	83
3.2.4. Estadístico para la prueba de hipótesis.....	83
3.2.5. Regla de Decisión	84
3.2.6. Cálculo	84
3.2.7. Decisión.....	89

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones	90
Recomendaciones.....	92
Bibliografía	93
Anexo 1	102
Anexo 2	136
Anexo 3	138

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Pregunta 1.....	57
Tabla 2. Pregunta 2	58
Tabla 3. Pregunta 3.....	59
Tabla 4. Pregunta 4.....	60
Tabla 5. Pregunta 5.....	61
Tabla 6. Pregunta 6.....	62
Tabla 7. Pregunta 7.....	63
Tabla 8. Pregunta 8.....	64
Tabla 9. Pregunta 9.....	65
Tabla 10. Pregunta 10.....	66
Tabla 11. Pregunta 11.....	67
Tabla 12. Pregunta 12.....	68
Tabla 13. Pregunta 13.....	69
Tabla 14. Pregunta 14.....	70
Tabla 15. Pregunta 15.....	71
Tabla 16. Pregunta 16.....	72
Tabla 17. Pregunta 17.....	73
Tabla 18. Pregunta 18.....	74
Tabla 19. Pregunta 19.....	75
Tabla 20. Pregunta 20.....	76
Tabla 21. Pregunta 21.....	77
Tabla 22. Pregunta 22.....	78
Tabla 23. Prueba de Normalidad.....	84
Tabla 24. Correlación de Spearman	89
Tabla 25. Modelo Operativo de la Propuesta	114
Tabla 26. Cronograma General de la Campaña Social	115
Tabla 27. Temáticas, recursos materiales y responsables	120
Tabla 28. Cronograma por actividad.....	122
Tabla 29. Administración de la Propuesta	135

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Pregunta 1	57
Gráfico 2. Pregunta 2	58
Gráfico 3. Pregunta 3	59
Gráfico 4. Pregunta 4	60
Gráfico 5. Pregunta 5	61
Gráfico 6. Pregunta 6	62
Gráfico 7. Pregunta 7	63
Gráfico 8. Pregunta 8	64
Gráfico 9. Pregunta 9	65
Gráfico 10. Pregunta 10	66
Gráfico 11. Pregunta 11	67
Gráfico 12. Pregunta 12	68
Gráfico 13. Pregunta 13	69
Gráfico 14. Pregunta 14	70
Gráfico 15. Pregunta 15.	71
Gráfico 16. Pregunta 16.	72
Gráfico 17. Pregunta 17	73
Gráfico 18. Pregunta 18	74
Gráfico 19. Pregunta 19	75
Gráfico 20. Pregunta 20	76
Gráfico 21. Pregunta 21.	77
Gráfico 22. Pregunta 22	78
Gráfico 23. Aplicación de Encuestas	138
Gráfico 24. Aplicación de Encuestas	138
Gráfico 25. Aplicación de Encuestas	139
Gráfico 26. Aplicación de Encuestas	139
Gráfico 27. Aplicación de Encuestas	140
Gráfico 28. Aplicación de Encuestas	140
Gráfico 29. Aplicación de Encuestas	141

RESUMEN EJECUTIVO

La investigación de carácter descriptivo, correlacional, con una población de 188 estudiantes, tiene como finalidad, determinar la existencia de una relación entre el Phubbing y las Relaciones Interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato. Para ello, se utilizó un instrumento para medir la variable independiente, una encuesta que tiene como objetivo conocer el uso problemático de las tecnologías móviles, que consta de 3 dimensiones: ansiedad-insomnio, relaciones interpersonales y dependencia. En cambio, para medir la variable dependiente, se usó una escala de relaciones interpersonales, que consta de 4 subescalas cada una para establecer las actitudes hacia la aceptación, respeto, autenticidad y estabilidad de las relaciones interpersonales.

La información recabada, refleja índices considerables de phubbing en los estudiantes universitarios, además de incitar al aislamiento social y producir varios daños psicosociales, que progresivamente afectan el bienestar de la persona.

En base a los resultados obtenidos, se ha considerado necesario diseñar una campaña social para evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing, dirigida a los estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato, que consta de varias actividades que están encaminadas a socializar, concienciar y promover el uso responsable del celular y la importancia de las relaciones sociales.

Palabras Claves: Phubbing; Aislamiento Social; Relaciones Interpersonales; Daños Psicosociales.

ABSTRACT

The investigation of a descriptive, correlational nature, applied to a population of 188 students, aims to determine the existence of a relationship between phubbing and the interpersonal relationships of the students of the Social Work career of the Universidad Técnica de Ambato. For this, two instruments were used to measure the independent variable, an inquiry that aims to know the problematic use of mobile technologies, which consists of four subscales, each to establish attitudes towards acceptance, respect, authenticity and stability of interpersonal relationships.

The information collected reflects considerable rates of phubbing in university students, as well as it incites to social isolation and causes various psychosocial damages that affect the well-being of the person.

Based on the obtained results, it has been considered necessary to design a social campaign to avoid social isolation and the wastage of interpersonal relationships, caused by phubbing, it has been aimed at students of the Social Work career of the Universidad Técnica de Ambato, it consists of several activities that are focused at socializing, raise awareness and promote the responsible use of cell phones and the importance of social relationships.

Keys Words: Phubbing; Social Isolation; interpersonal relationships; psychosocial damages

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. TEMA DE INVESTIGACIÓN:

“El Phubbing y las Relaciones interpersonales en los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato”

1.2. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

1.2.1. Situación Problemática

Varios son los avances que se han ido dando en torno a las herramientas tecnológicas donde las computadoras y las tablets se han vuelto parte de la cotidianidad y en especial el desarrollo significativo que desde el 2007 ha tenido el smartphone o teléfono inteligente, convirtiéndose de a poco en un dispositivo indispensable en la vida de los seres humanos. Este ha generado un aporte positivo en cuanto a nuevas formas de conexión y socialización entre las personas y negativo con respecto a la forma en la que cada persona se relaciona con los demás, por la distracción y el grado de dependencia que provoca, ocasionado la ruptura de las relaciones interpersonales.

Según investigaciones realizadas a finales del 2016, revelan que existen 7.1 billones de suscriptores a líneas celulares de los cuales, el 47% de la población a nivel mundial tenía acceso a internet, con más de 900 millones de redes sociales, lo que refleja la cantidad de información producida y compartida por todos los beneficiarios (Universidad Autónoma del Estado de México, 2018).

Esto es el reflejo de que los dispositivos tecnológicos han provocado en las personas la necesidad de vivir cada aspecto de su vida a través de ellos, creando, subiendo, compartiendo y posteando cada vez más información acerca de su vida y de las

actividades que realizan a diario: de entretenimiento, trabajo, estudio, entre otros, al punto de dañar la comunicación entre las personas que forman parte de su entorno.

De acuerdo con Wireless Intelligence que recopila las cifras oficiales de suscripciones móviles en todos los países, refiere que la penetración de telefonía celular en Latinoamérica llegó al 90% de la población, impulsada en gran medida por la fortaleza de mercados como Chile y Argentina, en donde hay más celulares que personas (BBC Mundo, 2010).

Los teléfonos celulares, con su llegada, han provocado que este dispositivo se convierta en una necesidad y que incluso llegue a cambiar el comportamiento de las personas en su contexto, esto se refleja principalmente en los jóvenes de 18 a 26 años de edad (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017).

Según el INEC, la tecnología celular se expande en el Ecuador y se ve reflejada por la gran adquisición de teléfonos móviles que se registran en el año 2017, puesto que 9 de cada 10 hogares en el país poseen al menos un teléfono celular. (2017). Esto apunta a que el objetivo del teléfono móvil ya no es solamente permitir la comunicación telefónica, si no que surgieron distintas aplicaciones que lo convirtieron en un dispositivo atractivo al ojo humano (Junquera C. , 2015, pág. 5).

En algunos casos el exceso del uso de la tecnología ha interferido con otras actividades cotidianas y perturba las relaciones sociales y familiares, una persona que sea incapaz de dejar el uso de la tecnología específicamente internet y que sienta malestar cuando no se puede conectar, esta frente a un problema de adicción, el cual impedirá una buena comunicación de persona a persona que se convierte en un impedimento en las relaciones (Obregón, 2015, pág. 13).

Como una necesidad de describir a este fenómeno social que apareció con la llegada de los dispositivos móviles, surge el término phubbing, a pesar de que todos alguna vez a lo largo de su vida han experimentado esto, durante una cena, cita, reunión o fiesta, con su familia, pareja, amigos y conocidos, es un tema que aun la mayor parte de la población desconoce. Este nuevo contexto social imperante por los más jóvenes, implica nuevos aprendizajes para su crecimiento, desarrollo e independencia

personal, pero también supone la aparición de riesgos que crean barreras comunicacionales afectando la interacción entre las personas.

El término Phubbing ha sido recientemente bautizado en Estados Unidos y se dio a conocer en el año 2012 por varias plataformas virtuales que combaten activamente este descortés hábito, pero principalmente por una agencia de publicidad llamada McCann en Melbourne. Este término se forma a través de las palabras en inglés: phone que significa teléfono y snubbing despreciar, que describe la situación en la que la persona resta atención a sus acompañantes para dedicársela a su teléfono móvil (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017).

En el año 2013, en Australia, se introdujo por primera vez la palabra phubbing en el famoso diccionario Macquarie. Esta palabra aún no ha sido introducida al idioma español por la Real Academia Española. (Barrios Borjas, Bejar Ramos , & Cauchos Mora, 2017)

El phubbing no afecta solo a las relaciones de amistad, familiares y laborales sino también a las de pareja, pues las prioridades pasan a girar en torno a lo que pasa dentro de una pantalla y ocasiona confusión y distracción de las actividades que realmente son importantes y que por este tipo de conductas pueden derivarse en algo grave, como el bajo rendimiento escolar y laboral de las personas.

Los dispositivos que llevamos en el bolsillo, tienen tanta fuerza psicológica que no solo cambian lo que hacemos, sino que cambian lo que somos. Entre las nuevas generaciones, se están habituando a estar solos, pero pareciendo que están juntos (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017, pág. 176).

Las enfermedades tecnológicas aumentan por el uso excesivo de la misma, provocando, además de las patologías comentadas, falta de memoria operativa, enfermedades en la vista y problemas de audición, entre otros trastornos podemos mencionar, vista cansada, ansiedad, dolor de cabeza, dolor de espalda, hipocondrismo, mala postura corporal, lesiones en el pulgar, síndrome del túnel carpiano, el llamado efecto Google, entre otros (Capilla Garrido & Cubo Delgado,

2017, pág. 178).

Las problemáticas relacionadas con el phubbing son diversas, pero el desgaste de las relaciones interpersonales es el más evidente, considerando a estas como el intercambio de formas de sentir y de percibir la vida, además de compartir momentos, experiencias y necesidades con amistades, padres, hijos, compañeros de trabajo y estudio, las cuales suscitan a lo largo de la vida de cada individuo. Pese a que esta es una forma de crecimiento a nivel personal y social, hoy en día se ve en juego, debido a que la mayoría de las personas especialmente los jóvenes prefieren comunicarse a través de mensajes de texto y no se interesan por una conversación cara a cara, donde se puedan tener relaciones verdaderamente significativas.

Hay que recalcar que las relaciones interpersonales juegan un papel esencial en el desarrollo integral de la persona. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. En contrapartida, la carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y, en definitiva, limitar la calidad de vida. (Prócel, 2012)

El phubbing es un problema que enfría las relaciones familiares y sociales, separa a las personas que lo practican, convirtiéndolos en unos desconocidos y en personas solitarias, que no están ni ausentes ni del todo presentes, provocando así desequilibrios a nivel emocional y social.

El uso excesivo de los dispositivos móviles es una práctica creciente, que para muchos implica un contacto directo con sus círculos afectivos cercanos, pero disminuye las opciones y oportunidades de entablar nuevas relaciones, que se basen en la empatía que se genera como se dijo anteriormente, desde una escucha asertiva y respetuosa. Por lo que, la reflexión debe situarse en el terreno del aumento de las posibilidades de comunicación e interacción. (López J. P., 2016, pág. 25)

A lo largo de mi formación académica como estudiante de la carrera de Trabajo Social en la Universidad Técnica de Ambato, e evidenciado, la inexistencia dentro de la institución de acciones y estrategias que busquen evitar el phubbing o uso

excesivo del celular a pesar de que este trae consigo problemas para la comunicación y sobre todo para las relaciones entre los estudiantes universitarios, por lo tanto, se ha visto necesario llevar a cabo una investigación que permita conocer a fondo esta temática, con el objetivo de proponer ciertas alternativas que sean implementadas tanto por docentes como sujetos de estudio, permitiendo así abordar o controlar los efectos negativos de este fenómeno social.

1.2.2. Problema Científico

¿Cómo influye el phubbing en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato?

1.2.3. Delimitación del Problema

- Delimitación de Contenido

Campo: Social

Área: Social

Aspecto: El phubbing - Las relaciones interpersonales

- Delimitación Espacial

País: Ecuador

Provincia: Tungurahua

Ciudad: Ambato

Unidad de investigación: Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales, Carrera de Trabajo Social.

- Delimitación Temporal

La investigación se realizará en el año lectivo Septiembre 2019- Enero 2020

1.2.4. Investigaciones Previas

Las investigaciones y la información recabada acerca del Phubbing y las Relaciones Interpersonales en América Latina y sobre todo en el Ecuador son realmente escasas, debido a que es un término que ha tomado forma recientemente y que se está dando a conocer por diversas campañas que se han llevado a cabo en varios países, promoviendo un uso adecuado de los dispositivos electrónicos, plataformas virtuales y especialmente de los teléfonos móviles, por ello a continuación se hace un recuento de todos los trabajos investigativos de repositorios digitales y virtuales de las más prestigiosas Instituciones de Educación Superior de Latinoamérica y del Ecuador, además de artículos de importantes revistas digitales que abordan el problema a tratar.

Capilla Garrido & Cubo Delgado, (2017), exponen en su investigación “Phubbing, Conectados a la Red y Desconectados de la Realidad”, como el celular repercute en el bienestar psicológico de las personas, especialmente en los jóvenes universitarios, partiendo de un enfoque metodológico descriptivo y por medio del cuestionario MPPUSA que refleja los efectos del teléfono, en la vida diaria. Obteniendo como resultado una tendencia elevada entre el uso problemático de estos aparatos y los síntomas somáticos que este ocasiona como: la ansiedad, el insomnio y la depresión. Los autores se enfocan principalmente en investigar acerca de la evolución que ha tenido el teléfono móvil o Smartphone y las barreras comunicacionales a las que induce además, de las patologías y adicciones asociadas a su uso excesivo, por medio de esta investigación llegan a conclusiones que permiten explicar ciertos comportamientos en los jóvenes que se ven vinculados al manejo del celular y por ende ciertas implicaciones en los distintos ámbitos de su vida, especialmente psicológico, educativo y social.

Según Junquera (2015), en su artículo “Desconectados del entorno y conectados a la red: tan cerca pero tan lejos; expone como las nuevas generaciones han optado en su mayoría por una comunicación que se da a través de un dispositivo móvil, invirtiendo un tiempo considerable en su uso, convirtiéndolo en un aparato necesario en las reuniones familiares y de amigos, en tiempos de ocio y en espacios laborales

como también educativos. Asimismo, analiza como las TIC influyen en la manera de relacionarse de las personas y sus ventajas y desventajas.

La autora busca a través de su trabajo enfocar su esfuerzo en adolescentes entre 12 y 18 años de edad y comprender que tan significativos son estos dispositivos móviles en sus vidas, además de las implicancias en su manera de comunicarse y relacionarse con los demás. A manera de conclusión ella alude que las TICS son una herramienta que favorecen la comunicación y ofrecen oportunidades, pero, por lo tanto, uno de sus aspectos negativos es que las personas pueden llegar a convertirse en seres dependientes de la tecnología dando lugar al phubbing y a la nomofobia. Del mismo modo manifiesta que las TIC serán tecnologías útiles dependiendo del uso responsable y correcto que se haga de ellas, es decir, estableciendo límites de tiempo para su manejo y procurando siempre la comunicación interpersonal gestual (Junquera C. , 2015, pág. 6).

Por su parte, Obregón, (2015), en su indagación “Phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes”. Manifiesta la importancia de la capacitación a los estudiantes con la finalidad de fortalecer las relaciones con las demás personas, por ello su estudio se basa en determinar el impacto que generan las nuevas tecnologías en la vida de los mismos y como poder prevenirlas. Este estudio se realizó por medio del cuestionario de relaciones humanas, que ayudo a valorar aproximadamente la capacidad individual de relación interpersonal, entre adolescentes de 14 y 18 años de edad, determinado así que existe un nivel intermedio de influencia del phubbing en las relaciones interpersonales y que si no se previene a tiempo puede ocasionar daños psicosociales severos dentro del entorno familiar y social.

De acuerdo a López (2016) en su trabajo investigativo de maestría “El fenómeno social Phubbing y las relaciones interpersonales en jóvenes universitarios de la facultad de comunicación social de la jornada nocturna” refiere que el avance de las nuevas tecnologías han convertido al celular en uno de los medios de interacción más empleados por los jóvenes, debido a su amplia y diversa plataforma de aplicaciones virtuales por lo tanto, por medio de la observación esta autora logra evidenciar como la comunicación no verbal prevalece al momento de hacer phubbing y cómo afecta y

que sentimientos genera a la persona que realiza esta acción y a las que están a su alrededor.

El artículo publicado por González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, (2018), “Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental”, alude que el propósito de su estudio fue examinar si el uso frecuente del celular (phubbing) impacta directamente la satisfacción en las relaciones e indirectamente en el bienestar de los participantes, analizando las propiedades psicométricas de la escala de valoración del phubbing en pareja y de la escala de conflictos relacionados al uso del celular. Los resultados fueron que los colaboradores que reportaban mayor phubbing en sus relaciones mostraban menor agrado con su pareja y varios síntomas asociados a la depresión, al estrés y sobre todo un bajo bienestar psicológico. Además de demostrar que el uso inadecuado del dispositivo móvil puede lacerar los patrones de comunicación de la pareja, afectar la calidad del tiempo que comparten juntos y provocar un número significativo de discusiones. (Juan A. González Rivera, 2018, pág. 90).

En cambio, Vargas (2017) en su obra “El phubbing y las relaciones interpersonales en los estudiantes de secundaria de la institución educativa “San Alberto Magno” de Monquirá, Boyacá, Colombia – 2017. Alude que mediante su trabajo lo que se busco es investigar la relación existente entre las dos variables y en qué medida el dispositivo móvil a corroborado para que se generen problemas sociales. Por ello, con la ayuda de varias técnicas investigativas como cuestionarios y principalmente la observación, la autora llego a la conclusión que el phubbing genera hábitos de conducta que aparentemente son inofensivos pero que en realidad y analizándolos de una mejor forma infieren significativamente en las relaciones interpersonales y también en el aspecto psicológico genera algunas complicaciones.

También, Morales (2018) en su trabajo investigativo “El Phubbing y las Habilidades Sociales” indica que la mayoría de los adolescentes en la actualidad hacen phubbing en diferentes contextos: educativos, familiares y sociales y que por ende, esto afecta a las habilidades sociales y a las relaciones interpersonales que mantienen todas las personas, por ello esta autora propone brindar un bagaje de información a los

adolescentes y jóvenes de hoy en día con la finalidad de contribuir a la disminución de esta problemática, además de proponer estrategias para el fortalecimiento de las habilidades sociales.

Chávez Sánchez & Toala Zavala (2017) expresan en su trabajo de titulación “Incidencia del phubbing dentro de la comunicación interpersonal en los adolescentes de 1ro y 2do de bachillerato de la Unidad Educativa “Ficoa de Montalvo” en la ciudad de Guayaquil” que los soportes tecnológicos ocupan un espacio esencial dentro de la vida de las personas, se los usa en todo lugar a todo momento, en la oficina, en la casa, en los restaurants, en los salones de clase, en el parque, en reuniones, en fiestas, entre otros. Por ello estas personas llegan a la conclusión que, el uso del celular ha cambiado significativamente las costumbres y relaciones puesto que, más que un aparato se ha transformado en una necesidad, que a largo plazo crea problemas como adicciones y patologías.

Perdomo Luz (2017), en su investigación “El phubbing y la comunicación familiar en los estudiantes del segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa de personas con escolaridad inconclusa Monseñor Leónidas Proaño extensión Salcedo” menciona que la metodología aplicada en su estudio tuvo un enfoque mixto, es decir, cualitativo y cuantitativo y una población muestra de 60 estudiantes, que a través de una encuesta aplicada a los estudiantes y una entrevista a un docente de la unidad educativa, se logró determinar que los avances tanto en la telefonía celular, como el internet, son herramientas que ayudan en la comunicación, pero que a la vez se constituyen en un factor negativo cuando este se utiliza en exceso. Por ello la autora plantea una necesidad de crear estrategias que ayuden a concientizar el uso responsable de las nuevas tecnologías de la información, y por ende a fortalecer los vínculos familiares y sociales.

Todos estos autores comparten opiniones similares y manifiestan que en gran parte los problemas que se ven reflejados en las relaciones interpersonales, en la comunicación y en el manejo de habilidades sociales tienen que ver con el uso de un dispositivo móvil y la necesidad que sienten las personas de tenerlo a su alcance, especialmente los adolescentes y jóvenes de hoy en día. Por ello, Capilla Garrido,

Cubo Delgado, Vargas Yenny, Chávez Sánchez & Toala Zavala y Juan Gonzáles Rivera concuerdan que el uso del celular de una forma excesiva, crea una adicción y puede llegar a ocasionar repercusiones psicológicas y sociales que perjudican la vida de las personas en todos sus contextos y por ende de las personas que los rodea.

En cambio, Junquera y López concluyen que el celular es usado en disitintos ambitos en los que se desenvuelve una persona y que es considerado como el promotor principal del phubbing y por ende de las consecuencias que este acarrea. Asimismo Obregon, Morales y Perdomo mencionan que es importante proponer y ejecutar acciones que ayuden a concientizar y minimizar los efectos del phubing en la vida diaria de las personas.

El trabajo presente tiene como objetivo contribuir a las investigaciones realizadas acerca del phubbing y las relaciones interpersonales, claro está que las obras mencionadas anteriormente permiten tener una mirada holística sobre las variables que se van a trabajar en esta tesis, estas han permitido identificar aspectos conflictivos que se dan por el uso de la tecnología, especialmente por los teléfonos celulares, además de los procesos investigativos realizados, las técnicas usadas, los resultados alcanzados y las hipótesis confirmadas. Esta investigación va a ser un aporte a todos los temas desarrollados, contribuyendo a un conocimiento más profundo de la temática.

1.3. DESARROLLO TEÓRICO

VARIABLE INDEPENDIENTE: EL PHUBBING

Esta expresión fue creada en la Universidad de Sydney por expertos en fonética, lexicología, debates, poesías y especialistas en realizar crucigramas que acuñaron un neologismo para descubrir este comportamiento, de ignorar a alguien en favor de su dispositivo móvil (Vargas, 2017, pág. 33).

El término Phubbing fue formado por las palabras inglesas “phone” (teléfono) y “snubbing” (despreciar). Se popularizó hacia el año 2012 gracias a la agencia de

publicidad McCann en Melbourne, donde se llevó a cabo la campaña “Stop Phubbing” ideada por el joven australiano, Alex Haigh de 23 años y creada por una serie de expertos de la misma. (Vargas, 2017, pág. 33).

El phubbing, como explica Treviño (2013), consiste en el hecho de menospreciar a quien nos acompaña prestándole más atención a un aparato electrónico que a la persona. En pocas palabras “Ignoramos” a quien tenemos en frente por utilizar un dispositivo móvil (Junquera C. , 2015, pág. 5)

Como indica, González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, (2018), el phubbing consiste en el acto de menospreciar o ignorar a quien nos acompaña al prestar mayor atención a nuestro celular (Smartphone). Del mismo modo, se define como el acto en el uno ve como la persona con la que está hablando opta por anteponer la interacción digital a la conversación cara a cara (Fernández, 2014, pág. 545).

Según Barrios, Bejar & Cauchos (2017), el phubbing tiene una estructura multidimensional, pues estos dispositivos inteligentes tienen diferentes funciones; así, este término se refiere a la adicción al teléfono celular, y con ello a los beneficios que este le brinda, como: internet, redes sociales, videojuegos, juegos online, ente otros.

Todos estos autores coinciden en que el phubbing, consiste en el acto de ignorar a una persona por prestarle más atención a un teléfono móvil, además de enfatizar, que cada vez se torna en un hábito muy común entre los seres humanos, y que la aparición y el uso inadecuado del dispositivo móvil es el causante número uno de este gravísimo problema, que no solo se convierten en una falta de respeto hacia los demás, sino que implica una serie de desajustes a nivel psicológico, físico y social en el individuo que lo practica.

Efectos Colaterales del Phubbing

En algunos casos el exceso del uso de la tecnología ha interferido con otras

actividades cotidianas y perturba las relaciones sociales y familiares, una persona que sea incapaz de dejar el uso de la tecnología específicamente el celular y que sienta malestar cuando no se puede conectar, esta frente a un problema de adicción, el cual impedirá una buena comunicación de persona a persona que se convierte en un impedimento en las relaciones. (Obregón, 2015, pág. 13)

Hay que recalcar, que el phubbing no solo se reduce a encuentros ocasionales que se dan entre amigos, familiares, compañeros de clase o de trabajo, entre otros. Sino que puede perjudicar de manera directa la estructura de todas las relaciones que un individuo mantiene a lo largo de los años y sobre todo tener cierta influencia en su calidad de vida.

A continuación, se detalla ciertas relaciones que mantienen los seres humanos con su entorno social y que se ven perjudicadas por la presencia de este fenómeno.

- **Relaciones de Pareja**

Varios investigadores, como Wang, Wang, Li y Miller (2014), y Ahlstrom, Lundberg, Zabriske, Eggett y Lindsay (2012), han identificado la interacción interpersonal como un importante predictor para la satisfacción en la relación de pareja. Por consiguiente, para que una relación romántica sea mutuamente satisfactoria, ambas personas deben estar presentes y debe existir una conexión, tanto emocional como presencial. Estar presente, se define como el proceso en que una persona se mantiene abierto y enfocado en otra persona sin interrupciones o distracciones internas o externas. (González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, 2018)

Cuando una persona siente que su pareja no está presente, pueden verse afectadas ciertas necesidades afectivas y provocar soledad, aun estando en compañía de su pareja. A su vez, el no estar presente puede llevar a la pareja a experimentar bajos niveles de satisfacción en la relación y bajos niveles de romanticismo. (González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, 2018)

La mayoría de estos estudios encontraron que el uso excesivo de la tecnología, genera problemas en las relaciones de pareja, afectando, razonablemente, el bienestar y la satisfacción de la misma. Asimismo, se ha evidenciado que utilizar el celular mientras se mantiene una conversación con la pareja, afecta la calidad de la comunicación y aumenta los niveles de distracción. (González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, 2018)

- **Relaciones Familiares**

Los cambios introducidos por el teléfono móvil en las relaciones familiares son diversos. El teléfono móvil conquistó un espacio considerable en las familias con hijos jóvenes y acabó teniendo una participación activa en el proceso de independencia y construcción de la identidad de los jóvenes. (Verza & Wagner, 2010)

La inserción de la tecnología en el día a día de las familias, instauró nuevos patrones de comunicación entre padres e hijos, volviendo más desafiadora la tarea de relacionarse en tiempos de las TICS. (Verza & Wagner, 2010)

Dentro de las familias el uso de las tecnologías pueden ser beneficiosas o simplemente perjudiciales, si no se establece un uso racional de las TICS, se puede dar el caso de que estas provoquen un alejamiento o retraimiento en la familia por el abuso en su uso o por la utilización de manera individual, sin implicar la intervención de los miembros de la familia, provocando el aislamiento del individuo, en la familia y hasta de la sociedad en general. (Juárez, 2017)

Para muchas familias, el teléfono móvil puede simbolizar una extensión del cordón umbilical entre padres e hijos, una vez que la capacidad de conexión entre ellos es ampliada. Por ello, el teléfono móvil en ocasiones pasa a convertirse en un aliado para padres e hijos que provoca mayor tranquilidad durante las salidas de casa, la experimentación de la vida nocturna, los viajes y otras tantas experiencias que se inauguran en esa fase de la vida del joven. (Verza & Wagner, 2010)

No obstante, que los padres cuenten con un teléfono móvil para acompañar la vida cotidiana de sus hijos, puede convertirse en un problema, debido a que el teléfono móvil, en sí mismo, no necesariamente determina patrones de comportamiento; pero su uso puede interferir negativamente en las relaciones de familia. Es en ese momento que el uso del móvil puede ser considerado perjudicial en la relación padres-hijos. Porque algunos padres pueden abusar del control sobre los hijos a través del uso del celular, mientras que los hijos pueden usarlo como una herramienta para liberarse del control parental. (Verza & Wagner, 2010)

El teléfono móvil ejerce un papel facilitador en la comunicación entre padres e hijos jóvenes; sin embargo, éste no modifica a las familias, sino que puede interferir positiva o negativamente en las relaciones entre sus miembros. (Verza & Wagner, 2010)

A raíz de esto, en los últimos años han empezado a aparecer las primeras demandas de tratamiento por parte de afectados o familiares relacionadas con la falta de control sobre el uso de las nuevas tecnologías y las consecuencias que estas conductas sin control producen en el entorno más próximo o en la persona misma. Algunos efectos como lo son: el aislamiento social, la incomunicación familiar, problemas económicos, abandonar actividades que antes resultaban gratificantes para el individuo. (Obregón, 2015, pág. 13)

- **Relaciones Laborales**

Por una parte, los smartphones nos permiten interactuar con personas que están en cualquier lugar del mundo y tengo acceso a una conexión a internet o a una red móvil. Pero, por otra parte, al llevarlos siempre con nosotros y prestarles tanta atención, mucha gente deja de socializar con las personas de su alrededor por ejemplo en una fiesta o al salir con los amigos y en su lugar dedican la mayor parte de su tiempo a la pantalla de estos dispositivos. (Palade, 2016, pág. 24)

Se puede llegar a estar incluso obsesionado con los smartphones. Por esta razón se

puede aludir que una parte significativa de los trabajadores, especialmente los que son jóvenes dedican gran parte de su tiempo a prestarle más atención a sus móviles, dejando de lado o postergando las funciones que deben desempeñar en su lugar de trabajo. De tal forma que resulta entendible la preocupación de los empresarios en cuanto al desempeño de los trabajadores. (Palade, 2016, pág. 24)

El uso del teléfono en momentos de trabajo puede ser un factor crucial a la hora de que se presenten accidentes laborales, debido a la distracción ocasionada por su uso, además de provocar rupturas amistosas y alejamiento entre compañeros de trabajo, malos entendidos, actividades mal realizadas o incompletas, entre otros.

- **Relaciones de Amistad**

Los seres humanos llegan a establecer un lazo de amistad con otros, gracias a la conformación de grupos de pares, quienes pasan a formar una parte esencial en el desarrollo de competencias sociales entre las personas, fundamentales para el desarrollo de las habilidades sociales, la autoestima y el crecimiento personal.

A través de los grupos de amigos, los individuos buscan construir y reconstruir su identidad, un sentido de pertenencia, la posibilidad de compartir estilos de vida y la presencia de empatía emocional. Sin embargo todos estos aspectos se ponen en peligro si el uso del celular es incontrolable y sobre todo si este da paso a que el phubbing u otro fenómeno social atente contra las relaciones que cada uno mantiene. (Bohórquez, 2014, pág. 327)

El uso del celular permite una facilidad de comunicación para las personas que sufren de ansiedad social, el acceso rápido para contactar a una persona y la posibilidad de construir y potencializar el desarrollo de habilidades de los usuarios. Pero como aspectos negativos, puede dar paso a que las personas pongan en práctica el phubbing, generando dificultades para llegar a acuerdos en grupos de pares, comportamientos hostiles y agresivos entre amigos, relaciones poco profundas e impersonales, bajos niveles de autoconciencia y compromiso e identidad individual, disminución de la participación social y,

en general, efectos negativos en el bienestar del individuo. (Bohórquez, 2014, pág. 326)

Repercusiones Físicas y Psicológicas

En cuanto al bienestar físico, es probable que cada hora que pasas en un dispositivo sea una hora sedentaria en el interior de la casa. Las pantallas están robándoles a los niños, adolescentes y jóvenes el tiempo en el que deberían estar realizando actividades físicas y deportivas, leyendo, creando, participando y compartiendo directamente con otras personas; todas esas cosas son esenciales para tener un sano desarrollo físico y social, pero que en la actualidad no se llevan a cabo por el uso privilegiado que se le da al celular. (Brody, 2017)

Las consecuencias de pasar tanto tiempo frente a un dispositivo móvil pueden traer graves complicaciones, no solo en la interrupción de la dinámica social, sino que también en los problemas que se reflejaran en los niños, adolescente y jóvenes como lo es, el déficit de atención o síndrome de hiper enfoque, a partir de que la interacción solo se desarrolla por mundos virtuales. (Obregón, 2015)

El uso problemático del celular o el uso de las redes sociales genera conflictos, que desencadena síntomas depresivos e insatisfacción, no tan solo en la relación de pareja, sino también en la vida familiar. Esto se debe en su mayoría, a que el celular es un recurso que suele estar siempre presente, activo y a disposición de las personas; por ende, interfiere constantemente en la interacción social. (González Rivera, Segura Abreu, & Urbistondo Rodríguez, 2018)

Un estudio reciente de la Universidad de Worcester, en el Reino Unido, halló que el uso constante de dispositivos móviles de cualquier tipo sube los niveles de estrés, y eso aumenta los comportamientos compulsivos tales como seguir buscando más datos, más mensajes, nuevas actualizaciones. Además de ocasionar dolor de espalda, de cuello, cansancio visual, migrañas e insomnio, de igual forma llevan a una vida más sedentaria y empeoran su condición física. (González, 2013)

Cuando hay un uso excesivo y que provoca una pérdida de control, la dependencia a internet y con ello a las redes sociales está convirtiéndose en un problema y más aún si la persona presenta síntomas de ansiedad e irritabilidad. En estos casos engancharse a una pantalla supone una focalización atencional, reduce la actividad física, impide diversificar el tiempo y anula las posibilidades de interesarse por otros temas. (Echeburúa & Paz, 2010)

En cuanto a otras repercusiones ocasionadas por el phubbing y por ende por el dispositivo móvil, se menciona al Síndrome de Münchhausen que se define como una patología que ocasiona que ciertas personas con problemas de socialización, finjan un problema, para que todos los demás muestren su preocupación mostrándoles su atención. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017)

Del mismo modo afecciones físicas como una mala postura corporal, puesto que utilizamos el celular en cualquier lugar y no importa la colocación en la que se encuentra el cuerpo, además del síndrome de túnel carpiano, por la sobreutilización de los dispositivos, y finalmente la pérdida de memoria, pues con la facilidad que en la actualidad este aparato brinda almacenamiento, limita a la persona a pensar, guardar y recordar la información. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017)

El uso indiscriminado de este aparato es estudiado en sus repercusiones sobre la salud, se ha descubierto que usar teléfonos móviles más de 10 minutos al día aumenta en un 71 por ciento la probabilidad de padecer tinnitus, enfermedad conocida por generar un zumbido en el oído que causa molestias y disminuye la capacidad de escuchar. (García & Fabila , 2014)

Por otro lado, y dado que el teléfono móvil funciona mediante emisión y recepción de ondas electromagnéticas de baja frecuencia (radiofrecuencias), se han realizado estudios para investigar los posibles efectos neurológicos y neuropsicológicos que pudiera ocasionar su aplicación en la superficie craneal; así como su posible relación con tumores intracraneales, en la medida en que algunas longitudes de onda del espectro electromagnético parecen tener efectos perjudiciales sobre la salud. (Pedrero Pérez , Rodríguez

Monje , & Ruíz Sanchés, 2012)

El uso inadecuado del celular por parte de una persona trae consigo varias complicaciones, que como se explican anteriormente pueden ir desde pequeños malestares físicos como dolores o molestias en ciertas partes del cuerpo, hasta problemas psicológicos como la depresión y el estrés, llegando a perjudicar también, en el aspecto social, las relaciones y la interacción entre la familia, pareja, amigos, compañeros y conocidos.

Patologías Vinculadas

Como consecuencia de la dependencia tecnológica que actualmente han desarrollado los seres humanos han surgido varias patologías que evidencian el mal manejo de las TICs. Como las que se presentan a continuación.

- **La Nomofobia**

Proviene del inglés «nomobile» sin teléfono, es una enfermedad que es causada por el pánico de sentirse desconectado. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017, pág. 177)

También es definida como el miedo que el individuo presenta al no tener su teléfono móvil, y por consiguiente adquiere el temor de no poder recibir o mandar mensajes, estar en sus redes sociales u ocupar cualquier aplicación que se encuentre en su teléfono inteligente. (Colegio de Ciencias y Humanidades, 2016)

La nomofobia puede parecer una simple molestia, pero también es posible que detrás de eso haya un grave problema psicológico (Colegio de Ciencias y Humanidades, 2016).

Los síntomas principales que los nomofóbicos presentan, son los siguientes: sensación de ansiedad, taquicardia, pensamientos obsesivos, dolor de cabeza, dolor de estómago y crisis de pánico. Cada uno de estos síntomas están ligados y

los sufren los usuarios de teléfonos móviles cuando se quedan sin acceso a este dispositivo, sin cobertura, sin conexión a internet, en pocas palabras no estar conectado, alejarse del smartphone o no consultar los mensajes cada, pocos segundos. (Colegio de Ciencias y Humanidades, 2016)

- **Vibración Fantasma o Vibranxiety**

Otro conocido como «Síndrome de la llamada imaginaria», «Vibración fantasma» o «Vibranxiety», determina que cerca del 70% de los usuarios percibe en algún momento la vibración del teléfono cuando realmente no existe. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017, pág. 177)

- **Sleep Texting**

Se trata de un fenómeno que no es raro en una época en que el teléfono celular ocupa parte importante de la vida de las personas, pero en especial de los más jóvenes, quienes son los más afectados por este hábito.

Esta patología «Sleep texting», afirma que los jóvenes están tan apegados a sus smartphones que son capaces de enviar mensajes mientras duermen, sin ellos estar conscientes de lo que escriben. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017, pág. 177)

Evidentemente, los que padecen de sleep texting no escriben estos mensajes en cualquier momento de la noche, sino en esas fases del sueño en la que éste es más ligero, como son los primeros 90 minutos. Y como es de suponer, este interfiere en el descanso de los que lo padecen.

- **Síndrome Fomo**

Este síndrome “Fear Of MissingOut” es definido como la incapacidad de autocontrol con respecto al uso del internet y el miedo a estar perdiéndose algo de los demás. De hecho las investigaciones señalan que los jóvenes muestran gran interés por saber de los demás y cómo algunos sienten que si dejan de enviar mensajes corren el riesgo de

volverse invisibles frente a sus contactos, además de la manía de comprobar a menudo si tiene llamadas, mensajes o correos en su dispositivos. (Capilla Garrido & Cubo Delgado, 2017, pág. 177)

Todas estas patologías son producto de el uso indebido que una persona le da al celular, aun, en la actualidad todavia se las desconoce, sin embargo, todos hemos atravesado por estas situaciones que son características de cada una de las patologias mencionadas anteriormente, que no solo perjudican el bienestar del ser humano, si no que tambien le lleva a sumergirse en un mundo incapaz de sentirse completo, sin la presencia de un dispositivo movil.

Redes Sociales

La globalización con su desarrollo ha traído consigo consecuencias tanto económicas y políticas, como culturales y tecnológicas. Esto ha cambiado la forma de interacción entre los seres humanos, no se habla solo de un espacio físico sino de un espacio virtual que acorta distancias y facilita el acceso a la información. “Al interior del fenómeno de la globalización se ha venido desarrollando una herramienta tecnológica la cual se conoce con el nombre de redes sociales. (Martínez & Cortez, 2017)

Las redes sociales iniciaron desde que se formaron grupos humanos, grupos de personas con intereses en común que establecieron sistemas de relaciones, sobre todo en lo que respecta a actividades mercantiles y de comunicación de eventos como la política y eventos de ayuda social. (Solano, 2015)

Cornejo & Tapia (2011), conceptualizan a las redes sociales pueden definirse de igual manera como la interacción o intercambio que se da entre personas de forma individual y colectiva en determinados contextos. Es un sistema que está en una construcción permanente, en el cual se identifican necesidades y se potencian recursos.

Todos estos autores coinciden que la red social tiene como objetivo principal el

compartir información, además de crear grupos con los cuales se interactúa de forma virtual y se mantiene una comunicación que convierte al usuario en emisor y receptor de todo tipo de contenidos.

Existe una gran variedad de redes sociales que en la actualidad han ido adquiriendo una importancia increíble en internet, debido a su diversidad en cuanto a funcionalidad se refiere. Considerando a facebook, whatsapp, twitter e instagram, como las más importantes a nivel mundial (Cornejo & Tapia, 2011).

- **Facebook**

Facebook fue creada por un joven estudiante, Mark Zuckerberg, en la Universidad Harvard, con el fin de que los universitarios estuvieran en contacto con personas de todo el mundo y supuso un verdadero fenómeno social (Moral, 2013). Sin duda es una de las redes sociales más populares de hoy en día, la cual permite la comunicación entre millones de personas. En el año 2011 superó los 500 millones de usuarios y estaba disponible en 70 idiomas diferentes (Espinar y González, 2010).

Tan grande ha sido su repercusión que, en el mes de abril de 2013, había solo en España 16,9 millones de usuarios en Facebook, debido a los múltiples beneficios en línea que esta red social ofrece en la actualidad. (Rosell, 2015, pág. 11)

- **Whatsapp**

Esta aplicación fue creada por Jan Kuom y Brian Acton en el 2014 y luego fue comprada por Facebook por una suma gigantesca de dinero. Esta es utilizada en celulares, especialmente en los llamados smartphones, aquí se puede compartir información vía mensajes escritos y de voz, además permiten compartir archivos multimedia con otras personas mediante un número de celular. En enero del 2017 esta aplicación mencionó que tiene 1.200 millones de usuarios en todo el mundo. (Balseca Zambrano , 2018, pág. 22)

- **Twitter**

Por otro lado, encontramos la red social Twitter que fue creada en 2006. Se trata de una plataforma que permite a sus usuarios enviar y recibir entradas de texto con la peculiaridad de que dispone de 140 caracteres como máximo, y estos mensajes son autodenominados y conocidos como Tweets. Según refleja “La Cuarta Oleada del Observatorio de redes sociales” (2012), un 32% de internautas usa Twitter, donde se constata que el 56% tiene más de 25 años y la media de edad es de 28 a 30 años. Un 55% de usuarios se han incorporado a esta red social en el último año. Y el 42% de los usuarios afirman que “cada vez lo usan más”. (Rosell, 2015, pág. 12)

- **Instagram**

Esta red social y aplicación tiene la peculiaridad de que es exclusivamente para Smartphone (móviles inteligentes). Fue creada en 2010 y comprada por la compañía Facebook, a partir de esto el crecimiento y éxito de esta red social ha sido fulminante, llegando a aumentar el número de usuarios en ella a 300 millones en la actualidad. Lo importante de esta red social es que sirve para subir y compartir fotos y videos con amigos, además de tener un medio de comunicación privado que permite enviar y recibir mensajes. (Rosell, 2015, pág. 12)

Nuevas Tecnologías

Cebero (1994), precisa que las nuevas tecnologías son el conjunto de herramientas y canales para el acceso a la información. En esta misma línea en el diccionario de Santillana de Tecnología Educativa (1991), se las define como el último auge de la tecnología de la información que en nuestros días se caracterizan por su constante invención.

Asimismo, Castells y otros (1986) indican que comprenden una serie de aplicaciones de descubrimiento científico cuyo núcleo central consiste en una capacidad cada vez mayor de tratamiento de la información. (Cabero, 1994)

Las nuevas tecnologías dan paso a nuevos entornos, tanto humanos como artificiales, e instauran nuevas formas de interacción de las personas con las máquinas donde cada uno desempeña un rol diferente. Sus efectos y alcance, no sólo se sitúan en el terreno de la información y comunicación, sino que lo sobrepasan para llegar a formular cambios en la estructura social, profesional, económica, legal y política. (Cabero, 1994)

Telefonía Móvil

Según Estupiñan (2009), la telefonía móvil, también llamada telefonía celular, básicamente está formada por dos partes: una red de comunicaciones y por los teléfonos móviles que permiten el acceso a dicha red. El celular es el dispositivo por el cual la telefonía móvil encuentra su impulso, por medio del él se logra la transferencia de información y la comunicación por las redes. (pág. 26)

El teléfono móvil es un medio de comunicación con gran dominio en todos los clases sociales, gracias a su universalidad, caracterización y capacidad para crear redes de comunicación, haciendo que sus integrantes interactúen y se comuniquen de varias maneras; es ese dispositivo electrónico que trasciende el espacio y el tiempo y que llega a ocupar una parte significativa de la vida cotidiana de las personas que lo usan, convirtiéndolos en la mayoría de los casos en autistas tecnológicos. (Mendoza, 2014)

Adicciones Tecnológicas

Las nuevas tecnologías han cambiado la vida de las personas, ahorrándoles tiempo y simplificando tareas, que antes eran de larga ejecución y muy complejas, además de que permite comunicarse de forma permanente y contar con información a la mano y en tiempo real.

Sin embargo, el uso excesivo, sin límites, incontrolado puede producir, en personas vulnerables, un síndrome clínico con características afines a las conocidas “adicciones químicas” que obstruye el desarrollo de las responsabilidades de la vida

diaria pudiendo complicarse con problemas: físicos, psicológicos y sociales en quienes lo padecen. (Terán, 2019)

Se entiende, por adicciones tecnológicas aquellas que involucran la interacción hombre-máquina, y las divide entre pasivas (como la televisión) y activas (Internet, móvil y videojuegos); y como síntomas nucleares de las mismas se señalan la imposibilidad de control e impotencia, la dependencia psicológica y los efectos nocivos graves en diferentes ámbitos en los que se desenvuelve el ser humano. (Fariñas, 2016)

Colier, quien es licenciado en trabajo social, dijo: “La única diferencia entre la adicción digital y otras adicciones es que este es un comportamiento socialmente aceptado” (Brody, 2017)

Red de Comunicación

Tacoa (2016), define a la red de comunicación como una red de computadoras, también llamada red de ordenadores, red de comunicaciones de datos o red informática, es un conjunto de equipos informáticos y software conectados entre sí por medio de dispositivos físicos que envían y reciben impulsos eléctricos, ondas electromagnéticas o cualquier otro medio para el transporte de datos, con la finalidad de compartir información, recursos y ofrecer servicios.

Todo proceso de comunicación, requiere de 4 elementos como el emisor, el receptor, un medio y un mensaje. La finalidad de una red de comunicación es compartir la información a distancia, asegurar que esta sea fiable y aumentar la velocidad para la transferencia de datos.

Un ejemplo es Internet, la cual es una gran red de millones de ordenadores situadas en distintos puntos del mundo conectadas básicamente para compartir datos y recursos. (Tacoa, 2016)

Conexión

Es la unión de dos o más redes públicas de telecomunicaciones, a través de medios físicos o radioeléctricos, mediante equipos e instalaciones que proveen líneas o enlaces de telecomunicaciones, que permiten la transmisión, emisión o recepción, de signos, señales, imágenes, sonidos e información de cualquier naturaleza entre usuarios de ambas redes, en forma continua o discreta y bien sea en tiempo real o diferido. (Ortega, 2009, pág. 158)

Información

Siempre que necesitamos o queremos conocer algo acerca de acontecimientos, hechos, eventos, personas, instituciones públicas y privadas, ciudades, países, entre otros, o simplemente requerimos, minimizar nuestras dudas para tomar decisiones o simplemente porque pretendemos conocer algo más a fondo, buscamos aquello que denominamos “información”. Y esto, es algo que hacemos todas las personas, en mayor o menor medida, todos los días. (Thompson, 2008)

Es un conjunto de datos con un significado, que reduce la incertidumbre o que acrecienta el conocimiento de algo. En verdad, la información es un mensaje con significado en un determinado contexto, disponible para uso inmediato y que proporciona orientación a las acciones, por el hecho de reducir el margen de incertidumbre con respecto a nuestras decisiones. (Thompson, 2008)

Internet

Según Pazmiño (2010), define al internet como un conjunto descentralizado de redes de comunicación interconectadas, que utilizan la familia de protocolos TCP/IP, garantizando que las redes físicas heterogéneas que la componen funcionen como una red lógica única, de alcance mundial. Sus orígenes se remontan a 1969, cuando se estableció la primera conexión de computadoras, conocida como ARPANET.

También se la define como una red de computadoras alrededor del mundo, que comparten entre sí, gigantescas cantidades de información, por medio de páginas o sitios, es decir, un conjunto de ordenadores interconectados por vía telefónica o digital y por protocolos y lenguajes que intercambian datos con diversos fines como comunicación, entretenimiento, investigación, etc. (González E. , 2013)

Adicción

Se considera una adicción, a la necesidad imperiosa de llevar a cabo una acción determinada, con el fin de llegar a sentir placer u euforia, aun sabiendo que dicha conducta a mediano o largo plazo tiene repercusiones negativas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la adicción como una enfermedad primaria, progresiva, incurable y mortal, que afecta a la persona física, mental, emocional y socialmente. (Pérez, 2016)

Se dice que la adicción es una enfermedad según la OMS, en tanto que refiere una alteración en el funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debido a causas externas y/o internas, generalmente multifactorial, manifestada en síntomas y signos característicos cuya evolución es previsible. (Pérez, 2016)

La adicción es primaria en tanto que necesita de la inmediata intervención médica entre otros ámbitos; progresiva puesto que irá en aumento mientras no tenga el tratamiento adecuado; incurable porque se necesitará de por vida del tratamiento holístico pertinente; mortal dado que la muerte prematura será el puerto seguro al que conduce la práctica de conductas mal sanas. (Pérez, 2016)

Hábito

Un hábito es el resultado de una acción que repetimos continuamente de forma automática. (UPCCA, 2017)

Son todas esas acciones que realizamos de forma mecánica, porque se ha repetido varias veces, suficiente para que queden grabadas en nuestra rutina, y por tanto no requieren que les prestemos atención o esfuerzo para llevarlas a cabo. (UPCCA, 2017)

Un hábito se automatiza, es por eso, que la persona sin pensarlo lo ejecuta. La desventaja es que no todos los hábitos incorporados en nuestra vida, son saludables y puede traer problemas y perjudicar nuestro bienestar.

“Un hábito poco saludable trae consecuencias negativas a tu salud física, mental, emocional y/o social.” (UPCCA, 2017)

Dependencia

Según el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) y DSM-IV-TR (American Psychiatric Association, 2000), dependencia es un grupo de síntomas cognoscitivos, comportamentales y fisiológicos que indican pérdida de control del uso de una sustancia psicoactiva y en la que el sujeto continúa consumiendo a pesar de la aparición de problemas significativos relacionados con ella; existe un patrón de repetida autoadministración que a menudo lleva a la tolerancia, al síndrome de abstinencia y a una ingestión compulsiva de la sustancia. (Horcajadas, y otros, 2011)

El proceso principal por el que un individuo se hace adicto a una sustancia se inicia con consumos moderados de esta, que favorecen la compulsión de seguir consumiendo (efecto priming) y la aparición del craving o necesidad imperiosa de consumo. Cuando este abuso se hace habitual, se produce en el cerebro una neuroadaptación que hace que la persona sufra los efectos de tolerancia y abstinencia, definiéndose de esta manera el fenómeno de la dependencia. (Horcajadas, y otros, 2011)

Grupo Social

Podemos afirmar que un grupo social es una formación relativamente estable de dos

o más personas, que posee una forma permanente y directa de comunicación, a través de un proceso de interacción constante, dado por las características de su actividad conjunta, la cual a su vez va a influir en toda su organización y dinámica interna. (Segredo, 2007)

El término grupo social o grupo orgánico, lo definimos como el conjunto de personas que desempeñan roles recíprocos dentro de la sociedad. Este puede ser fácilmente identificado, tiene forma estructurada y es duradero. Las personas dentro de él actúan de acuerdo con unas mismas normas, valores y fines acordados y necesarios para el bien común del grupo. (Moreno V. , 2013)

Normas Sociales

El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define la norma como la “regla que se debe seguir o a que se deben ajustar las conductas, tareas, actividades, etc.” Son reglas creadas por la sociedad y cuyo incumplimiento trae el rechazo por parte del grupo social. Estas responden también a la denominación de usos sociales, reglas de trato externo o la de los convencionalismos sociales. (UNIDEP, 2011)

Estas reglas pueden presentarse en forma consuetudinaria, como mandatos de la colectividad, como comportamientos necesarios en algunos grupos. Son ciertas prácticas admitidas en la sociedad. (UNIDEP, 2011)

Las normas sociales son aquellas que dirigen las acciones que lleva a cabo una persona y el sentido que toma esa dirección depende del tipo de norma a la que se sujete cada individuo es por ello, que existe una gran variedad de estas que se aplican de acuerdo al contexto en el que se desenvuelve cada uno.

Relaciones Sociales

Las relaciones sociales son el conjunto de interacciones que mantienen los individuos dentro de una sociedad. Este conjunto permite que los individuos convivan de forma

cordial y amistosa, basadas en ciertas reglas aceptadas por todos los integrantes de la sociedad y en reconocimiento por el respeto de todos los ciudadanos. (Díaz, 2010)

Según Moyano (2014), las relaciones sociales o relaciones informales cómo se las denominan, son interacciones que se dan entre personas que se encuentran en un contexto de cercanía y que rompen las barreras estructurales organizativas. Para el autor las relaciones informales son una estructura social, en la que un actor puede ser desde un individuo hasta una organización; así, las relaciones sociales son traducidas a conexiones entre diadas, triadas, etc. que pueden ser unidireccionales, bidireccionales o multidireccionales. (pág. 7)

Las relaciones sociales son primordiales para el desarrollo integral del ser humano, gracias a estas interacciones la persona obtiene refuerzos sociales que lo ayudan a una mejor adaptación al contexto. Pues la necesidad de pertenencia, impulsa a la persona a establecer un contacto social con todos los que se encuentra a su alrededor y a través de esto mantener relaciones personales significativas, positivas y duraderas.

Problema Social

Se refiere a los fenómenos que son definidos en ciertos contextos como desequilibrios frente a las normas mayoritarias de la sociedad o como aspectos de la realidad que causan algún tipo de malestar o sufrimiento para las personas afectadas por estos. (Domínguez, Causa, Montenegro, & Rodríguez, 2007)

Un problema social se diferencia de los problemas considerados personales básicamente porque, por un lado, afectan a sectores determinados de la población y no solo individuos concretos, y por otro, apelan a una responsabilidad colectiva para su solución que en este caso debe ser liderada por el Estado como representante del conjunto de la ciudadanía. (Domínguez, Causa, Montenegro, & Rodríguez, 2007)

Ignorar

Es lo contrario a prestarle atención a algo o alguien, se refiere a la falta de ganas, de disposición, de energía y entusiasmo. Este término, se utiliza para referirse a personas con un estado de indiferencia, en el aspecto emocional, físico, social o cognitivo. (Bórquez, 2009)

Consiste en el acto de convertir a alguien en invisible, en anularlo emocionalmente y vetar su necesidad de conexión e interacción social al no dirigirle la palabra, al no interesarse por sus cosas y simular que esa persona no existe, para así, actuar tan frío como el hielo. (Sánchez, 2018)

Comportamiento

Es un proceso estrictamente físico, registrable y verificable, que consiste, precisamente, en ser la actividad por la que un ser vivo mantiene y desarrolla su vida en relación con su ambiente, respondiendo a él y modificándolo. (Galarsi, Medina, Lezedma, & Zanin, 2012)

El comportamiento tiene que ver con las conductas socialmente esperadas. Es decir, las formas que cada quien tiene de comportarse, incluyen no sólo las conductas aprendidas que sino, que también, aquellas peculiaridades comportamentales que cada persona va incorporando de lo aprendido en su núcleo familiar, incluso, aquellas pautas de comportamientos que se heredan, que son transmitidas de generación en generación y que le confieren a la familia y a sus integrantes de forma individual, un distintivo o rasgo peculiar. (Asfora, 2015)

Indiferencia

Es un término que tiene una evocación de lo frío, que no despierta el calor del afecto, la curiosidad o el interés. Y esto es lo que dice el Diccionario de la Real Academia, que indiferencia es un estado de ánimo en el que no se siente inclinación, ni fastidio hacia una persona u objeto determinado; no hay ni favoritismo, ni elección”.

(Velásquez, 2008)

La indiferencia es considerada como un estado de ánimo neutro, en el que la persona no siente, ni le importa nada, en realidad todo le da igual, y se asocia generalmente al desapego y al desafecto.

VARIABLE DEPENDIENTE: LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Desde el inicio de la humanidad, el ser humano se ha visto inmerso en un proceso evolutivo el cual ha sido gracias a su vida en sociedad, por ejemplo, los avances tecnológicos, la cultura, y el conocimiento, son aspectos que se deben necesariamente desarrollar en un contexto social, donde la persona ha creado la necesidad de vivir en un entorno, en el cual las relaciones interpersonales predominen para que exista un equilibrio entre toda esta evolución. (Vargas, 2017, pág. 39)

De esta manera, Bisquerra (2013. P. 23) define que una relación interpersonal, es una interacción recíproca entre dos o más personas las cuales comprometen sus habilidades para comunicarse en forma efectiva e interactuar buscando propósitos comunes. (Vargas, 2017, pág. 40)

Se trata de relaciones sociales que como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social. Involucra los siguientes aspectos: la habilidad para comunicarse efectivamente, el escuchar, la solución de conflictos y la expresión auténtica de uno/una. (Monge, 2017, pág. 20)

En toda relación interpersonal interviene la comunicación, que es la capacidad de las personas para obtener información respecto a su entorno y compartirla con el resto de las personas. (Monge, 2017, pág. 20)

Silviera (2014) conceptualiza las relaciones interpersonales como un conjunto de interacciones eficientes que se establecen entre dos o más sujetos que estructuran un medio favorable para la comunicación, expresión de

emociones e ideas. Son también el origen de oportunidades, esparcimiento y distracción de las personas. Se considera como el origen del aprendizaje, generando muchas veces molestia o incomodidad en las personas, pero estas interacciones constituyen un medio extraordinario de crecimiento personal, relaciones humanas, formas de conducta social y la complacencia de la curiosidad, pues los demás son una fuente inacabable de confusiones, innovaciones, información, cambio de emociones y de opiniones. (Vasquez, 2018)

Las relaciones interpersonales son la conexión que establecemos, con diferentes personas, como nuestros familiares, amistades, compañeros y en la que intercambiamos sentimientos y conocimientos. Desde que una persona nace hasta que muere está en constante interacción con los demás y mediante estas relaciones que establece se desarrolla como individuo y como ser social. (Flores, 2013)

Todos estos autores coinciden en que las relaciones interpersonales se establecen a lo largo de la vida de las personas, como las que se dan con los padres, hijos, amigos, compañeros de trabajo y estudio, estas permiten intercambiar o compartir ideas, intereses, sentimientos, necesidades, afectos y formas de ver la vida, ayudando así a la persona a sentirse parte de un grupo y sobre todo a alcanzar un mejor desarrollo a nivel social y emocional.

Se establecen las relaciones interpersonales de diferentes tipos, según el nivel de vinculación. Pueden situarse en un nivel básico con las personas con quienes compartimos, la cola de supermercado, en un nivel muy profundo, los hijos, la pareja, los familiares, los amigos íntimos. En un nivel intermedio se encontrarían las relaciones con colegas, los profesores de nuestros hijos, entre otros. (Beiza, 2012)

Importancia de las Relaciones Interpersonales

La pertenencia al grupo es fundamental, desde la infancia puesto que nos da identidad social, primero formamos parte de nuestra familia, luego de un grupo de amigos y luego de varios grupos. El no pertenecer a un grupo, supone aislamiento

social. (Flores, 2013, pág. 45)

El hecho de que el hombre viva desde siempre rodeado de otras personas, ha permitido que subsista y se siga desarrollando, es decir el hombre como individuo necesita de las relaciones interpersonales las misma que le proveen de alegrías, satisfacciones y también tristezas y frustraciones. (Flores, 2013)

Aún desde el punto de vista negativo, en que las relaciones no sean más que fuente de malestar y sufrimiento, la necesidad de relacionarse se ha demostrado como una de las necesidades básicas del hombre y las relaciones una vía importante de recobrar el bienestar. Por lo tanto, vivir en grupo y relacionarse con los semejantes no solo es ventajoso, sino que es necesario. (Flores, 2013)

Tipos de Relaciones Interpersonales

Según el autor Herriko (2011), las Relaciones interpersonales se tipifican:

- **Relaciones íntimas superficiales:**

Este tipo de relaciones se forma a través de las interacciones que se dan entre las personas y surgen de ahí relaciones amistosas, filiales y amorosas que se van fortaleciendo con el tiempo, pasan por distintas etapas como el contacto inicial, el reconocimiento de la otra persona de ahí surgen lazos que afianzan la relación como la confianza, la ayuda y la compañía

- **Relaciones personales-sociales:**

Este tipo de relación implica habilidades como: el de saber dirigirse a un grupo, generar empatía y confianza en el otro y la agilidad para responder a preguntas que surgen en ese instante y que implican situaciones emocionales y sociales, además, todo esto va acompañado de un dialogo cara a cara. (Canqueri Chambi & Salhua Charcahuana , 2018, pág. 40).

Es decir, implica que la persona posea una serie de habilidades interpersonales que le permitan relacionarse con todos los seres humanos aunque necesariamente no se las conozca a fondo (Canqueri Chambi & Salhua Charcahuana , 2018, pág. 40).

- **Relaciones amorosas:**

Para este tipo de relación se necesita de pasión, amor, entrega, compromiso y confianza que juntos forman el verdadero significado de lo que es una verdadera relación amorosa (Canqueri Chambi & Salhua Charcahuana , 2018, pág. 40).

Estilos de relaciones interpersonales

Existe otra clasificación, Por ello los tipos de relaciones presentadas a continuación han tomado en cuenta las dificultades y capacidades que tienen los individuos a la hora de entablar una conversación y que de este accionar se dé una relación. (Piloso, 2018)

Entre los semblantes estimados se evalúa la capacidad de proteger sus intereses, la manera de dar a conocer sus pensamientos, si tiene la facultad de respetar las opiniones, y sentimientos de los demás. Además, se evalúa si, en caso de hallarse un desacuerdo puede revelarlo y si posee la capacidad de saber decir que no. (Piloso, 2018)

De acuerdo a los juicios emitidos, los estilos de relaciones interpersonales se clasifican de la siguiente forma:

- **Agresivo:** Expresa su inconformidad, sabe cuándo hay que decir que no. No posee la facultad de explicar los motivos de su disconformidad, no respeta opiniones distintas a la suya, no escucha, agrede, acusa y amenaza. (Piloso, 2018)
- **Pasivo:** se comunica demeritándose como persona, normalmente se expresa de una forma sumisa y tiende a auto culpabilizarse, nunca manifiesta su

desacuerdo con los demás así sienta discrepar con una opinión, debido al temor que tiene al enfrentamiento, no expresa sus emociones y opiniones de forma clara. No sabe decir que no. (Piloso, 2018)

- **Asertivo:** Muestra con mucha facilidad su inconformidad, entiende y sabe cuándo decir que no, a distinción del agresivo este si sabe expresar sus opiniones, discute de forma pasiva, sabe escuchar y respeta las opiniones y sentimiento de los demás. (Piloso, 2018)

De todos los estilos de relaciones interpersonales expuestos, el más apropiado para que el ser humano establezca relaciones significativas es el asertivo, puesto que, tiene la capacidad de decir lo que piensa y siente, sin que las personas a su alrededor se sientan insultados, porque sabe manifestarse de la forma correcta, escuchar y respetar las opiniones de los demás.

Dificultades en las Relaciones Interpersonales

Las relaciones interpersonales que las personas establecen en los diferentes contextos influyen en el desarrollo emocional y cognitivo, en su adaptación al medio social en que convive, en el aprendizaje de actitudes y valores, en la formación de la identidad, y en la adquisición de habilidades sociales, así como en el manejo del conflicto. (Flores, 2013)

Según el artículo de Flores (2013). La carencia de habilidades sociales en las relaciones interpersonales puede traer como consecuencia:

- Mala comunicación, muchas de las dificultades en las relaciones interpersonales surgen por la incapacidad evitar discusiones y llegar a acuerdos. En algunas relaciones ya establecidas (familia, amistad, pareja) o en algunas que no podemos establecer (generar nuevas amistades, iniciar un proyecto laboral), el papel de la comunicación es central.
- Depresión, es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la

presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos de sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración.

- Rechazo, sentirse rechazado es lo contrario a sentirse aceptado, este puede llegar a tener trascendencia mediante el bullying o puede ser pasivo, es decir ignorar totalmente a la persona.
- Baja autoestima, una persona con baja autoestima suele sentirse infeliz y limitada en lo que puede o debe hacer. Las personas con baja autoestima, tienen una visión muy distorsionada de lo que son realmente. (Flores, 2013)
- Aislamiento Social, es una situación en la que una persona carece de vínculos sociales para conseguir el apoyo social necesario, se presenta cuando una persona, en este caso el adolescente, se aleja totalmente de su entorno. La persona suele tener problemas de aprendizaje, atención y toma de decisiones. Esto se debe a que cuando no hay una relación con el entorno, el cerebro no recibe los estímulos adecuados y no trabaja de la forma adecuada. (Benítez, Cortés, & Hernández, 2016)

Los seres humanos somos una especie social, los grupos sociales sirven para muchos propósitos, incluyendo protección, identificación, asistencia, cariño, colaboración en el suministro de vivienda y alimentos; el individuo debe adoptar un rol que cumpla con alguna necesidad del grupo sin perturbar su funcionamiento. La mayoría de las definiciones de aislamiento social se centran en la ausencia de relaciones sociales. (Benítez, Cortés, & Hernández, 2016)

Las relaciones interpersonales ayudan al crecimiento personal, a tener posturas más abiertas y flexibles, a desarrollar empatía, tolerancia hacia los demás, y sobre todo a construir una inteligencia emocional muy sólida. Por ello, contar con una red de apoyo social no solo sirve como una forma de sentirnos parte de un grupo, si no que ayuda como escudo para algunas enfermedades, como las citadas anteriormente y que son la causa del sufrimiento y desgaste emocional de la persona que lo enfrenta.

Interacción Social

Es la parte de lo social presente en todo encuentro, incluso en los más íntimos. Porque todo encuentro interpersonal supone interactuantes socialmente caracterizados, y se desarrolla en un contexto que imprime su marca aportando un conjunto de códigos y de modales que vuelven posible la comunicación y aseguran su regulación social”. (Ortíz & Peña, 2013, pág. 47)

La interacción es escenario de la comunicación, y a la inversa. No existe una sin la otra. En el proceso de comunicación los sujetos proyectan sus subjetividades y modelos del mundo, interactúan desde sus lugares de construcción de sentido. (Rizo, 2006)

La Interacción Social es un concepto que se infiere a lo largo de los escritos sobre Psicología Social y permiten profundizar acerca del mismo como esas relaciones entre los individuos las cuales se generan dentro de un contexto socio – cultural (llámese grupo, comunidad o institución), el cual influye en dichas relaciones interpersonales brindándole un sentido a nuestro pensar y actuar en aspectos como la Proximidad, Filiación y Empatía, es por eso que desde esta disciplina se entiende que “tal interacción permite que las personas exploren sus semejanzas, que sientan agrado la una por la otra y que se perciban a sí mismos como una unidad social”. (Ortíz & Peña, 2013, pág. 46)

Estos autores aluden que existe una interacción social, si hay intercambio de información entre dos o más personas, si hay una comunicación asertiva y una reciprocidad entre los participantes, quienes promulgan, construyen y cumplen con los códigos y reglas estipulados para un mejor desenvolvimiento social. La interacción social llega a darse por medio de las relaciones interpersonales que establece una persona con un grupo.

Conducta Humana

Definida como la manera como se comportan los seres humanos. La palabra

conducta puede utilizarse como sinónimo de comportamiento y en este sentido, la conducta se refiere a las acciones de las personas en relación con su entorno o con su mundo de estímulos. (Valencia, 2010)

Podría decirse que la conducta es el conjunto de comportamientos observables en una persona. Estos comportamientos pueden ser divididos en 3 áreas: mente (incluye actividades como pensar, soñar, etc.), cuerpo (comer, hablar) y mundo externo (concurrir a una cita, hablar con amigos). (Valencia, 2010)

Una conducta humana es considerada formal cuando el comportamiento del sujeto respeta una serie de reglas valiosas en una sociedad o comunidad. (Valencia, 2010)

Al comportamiento lo componen una gama de características: la conducta del ser humano, toda actividad humana que sea observable por otra persona, la manera de proceder de una persona con relación a la moral o a las reglas sociales, La forma en que los seres humanos gobiernan sus vidas o dirigen sus acciones, la forma en que se manifiesta y desarrolla la conducta humana, la interacción entre estímulo y respuesta, la disposición individual frente a determinados estímulos que provocan una respuesta según la persona. . (Valencia, 2010)

Relaciones Humanas

Las relaciones que se conocen y que existen son dirigidas por un factor indispensable e importante entre ellas, ese factor es el ser humano, este a su vez genera otro tipo de relaciones conocida como las relaciones humanas, las cuales comprenden todas las formas de comportamiento y conexiones de los hombres dentro o fuera de su entorno. (Beiza, 2012)

Al realizar esta afirmación, se destaca que las relaciones humanas que se llevan a cabo en los distintos escenarios en el que se desenvuelve una persona, son irrevocablemente importantes para crear una actitud y una motivación de una sociedad afable, progresiva y sin resentimientos según sea los ambientes señalados.

En conclusión, el ser humano es la base para llevar a cabo todo tipo de relaciones.

Es así como, las relaciones de trabajo, públicas y las humanas están entrelazadas entre sí por ese factor esencial que es el ser humano, estas relaciones no se generan solo dentro de un ámbito formal o empresarial, se generan también en la vida cotidiana y de manera informal, constituyen un elemento fundamental de la naturaleza humana, este tipo de relaciones se denominan relaciones humanas. (Beiza, 2012)

Son indispensables para nuestra supervivencia y para nuestro bienestar emocional. Las personas que viven aisladas o presentan una baja competencia social son más propensa a experimentar sentimientos negativos: tristeza o depresión que pueden acarrear consecuencias físicas o deterioros mentales. (Beiza, 2012)

Habilidades Sociales

Las habilidades sociales se entienden como las capacidades que posee el individuo para resolver sus propios problemas y los de su contexto, sin perjudicar a los demás. Generalmente los problemas inmediatos se resuelven y se minimiza la probabilidad de futuras dificultades. (Holst Morales, Barrera, Gómez Veytia , & Degante González , 2017, pág. 23)

El ser humano se ha caracterizado como un ente social, con una tendencia natural a establecer relaciones con otros individuos, por lo que es fundamental que la persona posea las habilidades sociales necesarias para tener relaciones interpersonales satisfactorias. En esta tendencia a la sociabilidad, es donde las personas encuentran la satisfacción de sus necesidades de compañía, de convivencia y de ayuda mutua. De tal manera que la persona se hace con los otros, por los otros y para los otros, debido a que es en la relación con sus semejantes que se construye como persona. (Holst Morales, Barrera, Gómez Veytia , & Degante González , 2017, pág. 23)

También es definida como, una serie de conductas observables, pero también de pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias, y a procurar que los demás respeten nuestros derechos y no nos impidan lograr nuestros objetivos. (Roca, 2014)

En otras palabras, son pautas de funcionamiento que nos permiten relacionarnos con otras, en tal forma que consigamos un máximo de beneficio y un mínimo de consecuencias negativas, tanto a corto como a largo plazo. (Roca, 2014)

Las habilidades sociales entran en juego en el comportamiento interpersonal y en la interacción. Una persona con habilidades sociales posee una amplia colección de conductas versátiles que le permiten adecuar su comportamiento de acuerdo a las exigencias del entorno en el que se desenvuelve. Una persona que es hábil socialmente no solo busca su propio interés, sino que también, el de los demás, considerando sus sentimientos y opiniones y tratando en lo posible buscar beneficios para ambas partes, sin distinción alguna.

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es un término acuñado por dos psicólogos de la universidad de Yale (Peter Salovey y John Mayer) y divulgada por el afanado psicólogo estadounidense Daniel Goleman a través de su obra “Inteligencia Emocional”. (García, Rupérez, & Angrehs, 2011, pág. 12)

La inteligencia emocional se define como la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar, los estados anímicos propios y ajenos, es decir es la capacidad para reconocer nuestros sentimientos y los de los otros, y la habilidad para manejarlos. (García, Rupérez, & Angrehs, 2011, pág. 12)

La inteligencia emocional hace referencia al conjunto de actitudes, destrezas y habilidades que posee una persona y que le permiten gestionar las emociones propias y las ajenas.

Es la capacidad para reconocer, comprender y utilizar el mundo de las emociones, identificarlas en uno mismo y en los demás y demostrar habilidad para manejarlas. La inteligencia emocional determina la conducta de un individuo, sus reacciones y sus estados mentales. Esta se compone de la inteligencia intrapersonal (Conocer las propias emociones, implica el autoconocimiento y el manejo adecuado de las mismas) e interpersonal (capacidad para reconocer las emociones de los demás y la habilidad para establecer relaciones sociales y vínculos personales). (Millan, 2018, pág. 9)

Competencia Social

Según Peñafiel & Serrano (2010), la competencia social es la capacidad que tiene una persona para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, como: la asertividad y la capacidad para una comunicación y escucha efectiva.

En otras palabras, se refiere a un juicio evaluativo general; referente a la calidad o adecuación del comportamiento social de un individuo en un contexto determinado, por un agente social de su entorno (padre, profesora, igual) que está en una posición para hacer un juicio informal. (Peñafiel & Serrano, 2010)

Para que una actuación sea evaluada como componente, solo necesita ser adecuada, no necesita ser excepcional, es decir es la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto social. Conlleva juicios de valor, y estos son distintos de unos contextos culturales a otros, puesto que cada contexto, tiene unas normas y valores. La competencia social es el impacto de los comportamientos específicos (habilidades sociales) sobre los agentes sociales del entorno. (Peñafiel & Serrano, 2010)

Asertividad

El constructo asertividad fue definida por Alberti y Emmons en 1970 como “el comportamiento que fomenta la igualdad en las relaciones humanas, permitiéndonos

actuar en defensa de los intereses propios, defendernos sin ansiedad injustificada, expresar sincera y agradablemente nuestros sentimientos y poner en práctica nuestros derechos personales respetando los derechos de los demás”. (Peñañiel & Serrano, 2010, pág. 17)

La asertividad proviene de un modelo clínico, cuya definición apunta a un gran conjunto de comportamientos interpersonales que se refieren a la capacidad social de expresar lo que se piensa, lo que se siente y lo que se cree de manera adecuada al medio y sin ansiedad. Para que esto se dé son necesarias buenas estrategias comunicacionales. (Peñañiel & Serrano, 2010, pág. 17)

La asertividad se define como el acto en el que una persona expresa sus sentimientos, pensamientos e ideas de forma honesta y correcta, al igual que respeta la opinión y las creencias de los demás.

Escucha Activa

La escucha activa consiste en atender a la totalidad del mensaje que se recibe, es decir, prestar atención no sólo a lo que se dice (el contenido) sino también al “cómo se dice”, fijándose en los elementos no verbales y paraverbales, mirarle, dedicarle tiempo, hacerle ver que tenemos en cuenta sus opiniones. (Subiela García, Abellón Ruiz, Celdrán Baños, Manzanares Lázaro, & Satorres Ramis, 2013, pág. 279)

Escuchar implica un proceso activo donde actúan nuestros sentidos, así como nuestra parte intelectual y afectiva. Escuchar es un arte más complejo que hablar, susurra el que habla poco y escucha mucho, porque susurra con la mirada, con la sonrisa, con la dedicación, con las manos y la postura del cuerpo. (Subiela García, Abellón Ruiz, Celdrán Baños, Manzanares Lázaro, & Satorres Ramis, 2013, pág. 279)

Escuchar requiere esfuerzo y concentración, algo que no es necesario para oír, un hecho meramente fisiológico. Es evidente que de esta manera se incrementa en gran medida la capacidad para empatizar. (Subiela García, Abellón Ruiz, Celdrán Baños,

Manzanares Lázaro, & Satorres Ramis, 2013, pág. 279)

La escucha activa es un proceso esencial y uno de los mejores recursos que se pueden utilizar al momento de comunicarse, contribuye a mejorar la calidad de la conversación y el desarrollo de las habilidades comunicativas, que ayudan a la persona a convertirse en un excelente interlocutor.

Habilidades socio-emocionales

Las habilidades socioemocionales se definen como un conjunto de hábitos, pensamientos y emociones que permiten relaciones interpersonales satisfactorias a partir de la adecuada expresión de las emociones y que toman en cuenta la repercusión de las mismas en los demás. (Vásquez, 2018, pág. 3)

El reconocer los sentimientos y las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar la empatía, mantener unas buenas relaciones interpersonales (comunicación, cooperación, colaboración, trabajo en equipo, resolución de conflictos de una forma positiva, etc.). (López E. , 2005, pág. 158)

Las habilidades socioemocionales se definen como un conjunto de hábitos, pensamientos y emociones que permiten relaciones interpersonales satisfactorias a partir de la adecuada expresión de las emociones y que toman en cuenta la repercusión de las mismas en los demás. (Gutiérrez, 2015). Las habilidades socioafectivas, pretenden también el logro de la disminución de las emociones negativas como lo son la ira, el miedo o la tristeza que pueden conducir al individuo a tener conductas de riesgo o crear relaciones conflictivas con los demás. Aprender a gestionar estas emociones es fundamental para poder consolidar una buena salud mental y por ende generar el éxito de los estudiantes

Las habilidades socioemocionales, pretenden también el logro de la disminución de las emociones negativas como lo son: la ira, el miedo o la tristeza que pueden conducir al individuo a tener conductas de riesgo o crear relaciones conflictivas con los demás. Aprender a gestionar estas

emociones es fundamental para poder consolidar una buena salud mental. .
(Vásquez, 2018, pág. 3)

Las habilidades socioemocionales se definen como un conjunto de hábitos, pensamientos y emociones que permiten relaciones interpersonales satisfactorias a partir de la adecuada expresión de las emociones y que toman en cuenta la repercusión de las mismas en los demás. (Gutiérrez, 2015). Las habilidades socioafectivas, pretenden también el logro de la disminución de las emociones negativas como lo son la ira, el miedo o la tristeza que pueden conducir al individuo a tener conductas de riesgo o crear relaciones conflictivas con los demás. Aprender a gestionar estas emociones es fundamental para poder consolidar una buena salud mental y por ende generar el éxito de los estudiantes Las habilidades socioemocionales se definen como un conjunto de hábitos, pensamientos y emociones que permiten relaciones interpersonales satisfactorias a partir de la adecuada expresión de las emociones y que toman en cuenta la repercusión de las mismas en los demás. (Gutiérrez, 2015). Las habilidades socioafectivas, pretenden también el logro de la disminución de las emociones negativas como lo son la ira, el miedo o la tristeza que pueden conducir al individuo a tener conductas de riesgo o crear relaciones conflictivas con los demás. Aprender a gestionar estas emociones es fundamental para poder consolidar una buena salud mental y por ende generar el éxito de los estudiantes

Educación emocional

Es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Vásquez, 2018)

La educación emocional o también llamada sentimental, corresponde a un proceso de

enseñanza de habilidades y competencias emocionales, que otorgan a las personas herramientas esenciales para la resolución de conflictos cotidianos y por ende corroboran a su bienestar integral.

Sentimientos

Son resultados de nuestras relaciones, nuestras acciones, nuestras vivencias y experiencias. Implican estados afectivos más estables, más duraderos, más complejos y de menor intensidad que las emociones. No son resultado de una situación que aparece en un momento dado, sino de una situación continua y prolongada. (García, Rupérez, & Angrehs, 2011)

Emociones

Son el resultado de una situación que aparece en un momento dado, no son instintivas, ni innatas, si no consecuencias de aprendizajes de una determinada cultura o por la incorporación de vivencias y experiencias personales. (García, Rupérez, & Angrehs, 2011)

Denzin (2009), define la emoción como ‘una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada. (Bericat, 2012)

Brody (1999: 15) ve las emociones como sistemas motivacionales con componentes fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos, que tienen una valencia positiva o negativa (sentirse bien o mal), que varían en intensidad, y que suelen estar provocadas por situaciones interpersonales o hechos que merecen nuestra atención porque afectan a nuestro bienestar. (Bericat, 2012)

Relaciones Intrapersonales

Se trata de conocer las necesidades, fortalezas, capacidades y limitaciones propias lo cual favorece el dominio de sí mismo. (Valverde, 2003)

Consideramos que conocerse a uno mismo es muy importante, por cuanto se tendrá la oportunidad de poder evaluar nuestra forma de actuar frente a diversas situaciones, conocer y reconocer nuestros sentimientos y emociones para poder hacer uso de ellas cuando se requiera. (Borja & Luzuriaga, 2010)

Una persona que se conoce, tiene una imagen positiva de sí mismo, valora y confía en lo que hace y dice, además de contar con la capacidad de expresarse y relacionarse con los demás de una forma asertiva, demostrando interés, atención y respeto.

Auto concepto

Hace referencia al conjunto de percepciones e ideas relativas a los caracteres de tipo físico, psicológico o afectivo y social que una persona tiene de sí misma. Se refiere a nuestra percepción sobre la realidad, no a la realidad misma. (Millan, 2018, pág. 20)

Hay que tener en cuenta que también el autoconcepto es una parte de la autoestima, es decir ambos aspectos se influyen mutuamente, contribuye a la formación de la personalidad y se desarrolla a partir de las propias experiencias con el medio y la opinión de los demás. No es innato y es dinámico y cambiante. (Millan, 2018, pág. 20)

Proyecto de vida

Es la estructura general que encauzaría las direcciones de la personalidad en las diferentes áreas de la actividad y la vida social, de manera flexible y consistente, en una perspectiva temporal que organizan las principales aspiraciones y realizaciones actuales y futuras de la persona. En este sentido, la construcción del futuro personal abarca todas las esferas de la vida, desde la sentimental-amorosa, la socio-política, la

cultural-recreativa, hasta la profesional. (Hernández, 2004)

Es un plan que cada persona se traza, generalmente a largo plazo con el objetivo de conseguir sus metas y alcanzar sus aspiraciones en base a sus valores, expectativas y prioridades como: acabar la carrera universitaria, conseguir trabajo, formar una familia, mantener una relación de pareja, tener hijos, entre otros aspectos.

Crecimiento Personal

Cuando hablamos de desarrollo o crecimiento personal, nos referimos a un estado superior hacia el cual toda persona debería dirigirse, personas mentalmente sanas que quieren más de sí, obtener más, en fin, agregar valor a sus vidas. (Velasquéz, 2018)

Por desarrollo personal, o crecimiento personal, se entiende como el afán de superación que motiva a avanzar hacia delante, o aquello que la persona puede hacer más allá de su desarrollo natural en función de la edad. Para lograr crecer o avanzar se fijarán unas metas y en el logro de las mismas se encontrarán dificultades, lo cual las hace más lejanas y menos accesibles. La reacción ante estos tropiezos determinará la pronta consecución de los objetivos, el éxito radica en aprender a reaccionar favorablemente ante los inconvenientes y aprender a superarlos. (Leonel, Liliana, & Carla, 2008, pág. 3)

Es el conjunto de habilidades propias del ser humano que lo llevan a tener una vida plena. Son habilidades que pones en práctica las 24 horas del día de allí la importancia de conocerlas bien. (Velasquéz, 2018)

1.4.OBJETIVOS

Objetivo General

- Determinar la influencia del phubbing en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.

Objetivos Específicos:

- Diagnosticar los daños psicosociales que ocasiona el phubbing en los estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.
- Determinar si el phubbing incita al aislamiento social en los estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.
- Proponer alternativas de solución al problema planteado del phubbing y las relaciones interpersonales de los estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. Materiales

En el desarrollo de este trabajo investigativo, los materiales utilizados se centran en la evaluación de las dos variables de estudio, estas fueron previamente validadas y sometidas a pruebas de confiabilidad, que garantizan que los resultados de esta investigación son reales y sobretodo confiables.

Para la medición de la variable independiente “el phubbing”, se utilizó como instrumento una encuesta, creada y validada por Luis Roberto Cumpa Prada (2017), con el objetivo de conocer el uso problemático de las tecnologías móviles; consta de 3 dimensiones: ansiedad-insomnio ítems (1, 6, 8, 10, 17, 14, 16, 18, 20, 21, 23), relaciones interpersonales (3, 5, 7, 9, 11) y dependencia (2, 4, 12, 13, 15, 19, 22), con 4 alternativas como respuestas que van desde la puntuación del 1 al 4, de la siguiente manera:

1= Nunca

2= Casi nunca

3= Casi siempre

4= Siempre

La validación de esta encuesta tiene un alfa de Cronbach de 0,816, lo que indica que su fiabilidad es alta y por ende que los resultados obtenidos, son irrefutables. (Roberto, 2017)

Como segundo instrumento cuantitativo, para medir la variable dependiente “las relaciones interpersonales” se utilizó una “Escala de Relaciones Interpersonales”, diseñada por Flor Marina Ramírez y Marta Nelly Gil (1990), que consta de 4 subescalas cada una para establecer las actitudes hacia la aceptación, respeto,

autenticidad y estabilidad de las relaciones interpersonales. Cuenta con 38 preguntas cerradas, ítems para la aceptación: 1-3-4-5- 8 - 11 - 14 - 16 - 17 - 18 - 19 - 22 - 23 - 26 - 31 – 32, para el respeto: 2 - 9 - 10 - 12 - 13 - 15 - 21 – 25, para la autenticidad: 6 - 7 - 20 - 30 - 33 - 34 y para la estabilidad: 24 - 27 - 28 - 29 - 35 - 36 - 37 - 38, que se valoran según una escala de tipo Likert que va desde (1 nunca hasta 4 siempre).

Este instrumento tuvo un coeficiente de fiabilidad en el alfa de Cronbach de 0,90, lo que indica que los resultados obtenidos en la investigación, son reales e incuestionables. (Gil & Ramírez, 1990)

Cada uno de estos cuestionarios fueron adaptados de acuerdo a la necesidad y a los requerimientos que esta investigación persigue para cumplir los objetivos planteados, por ello se seleccionó las preguntas más relevantes de cada instrumento, quedando así un promedio de 22 reactivos, 11 para evaluar el phubbing y 11 enfocados en las relaciones interpersonales.

2.2. Enfoque

La investigación se ampara en un enfoque cuantitativo que como lo refiere Domínguez (2007), este trata de determinar la fuerza de asociación o relación entre variables, así como la generalización y objetivación de los resultados a través de una muestra, en donde por medio de métodos aplicados a una población muestra se obtienen datos estadísticos que permiten aprobar o rechazar la relación existente entre las variables.

El enfoque cuantitativo, utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías. (Sampieri, Fernández, & Baptista, 2014)

Por consiguiente, el estudio requiere de una recopilación de datos del público objeto, en este caso de los jóvenes que cursan la educación superior, que se lleva a cabo por medio de una encuesta estandarizada que luego de su aplicación va a ser analizada para obtener un resultado que determina la situación de las variables que han sido estudiadas.

2.3. Modalidad básica de la investigación

La modalidad aplicada en esta investigación es, documental-bibliográfica, definida como aquella que utiliza textos u otro tipo de material intelectual impreso o grabado como fuentes primarias para obtener sus datos. No se trata solamente de una compilación de datos contenidos en libros, sino que se centra, más bien, en la reflexión innovadora y crítica sobre determinados textos y los conceptos planteados en ellos. (Ocampo, 2017)

Por consiguiente, no es obligatorio que esta modalidad se centre solo en libros; también puede recurrir a otro tipo de fuentes documentales como: artículos científicos, revistas, películas, tesis, música, periódicos y sitios en la Internet.

También es de campo, puesto que se caracteriza por orientarse a la búsqueda de información *in situ*, es decir en el lugar donde se presenta el tema a estudiar. Como está orientada al estudio directo de los acontecimientos en el lugar y tiempo en que ocurren, se convierte en la más indicada para indagar sobre los fenómenos que ocurren, tanto en la naturaleza, como los procesos de carácter social. (Martínez H. , 2012)

2.4. Método

En esta investigación debido a que el enfoque es cuantitativo, se ha trabajado con el método hipotético – deductivo, el cual parte de la observación de un fenómeno para luego crear hipótesis a causa de este y que al final de la investigación se pueda llegar a una conclusión, de si las hipótesis generadas acerca de la temática guardan o no relación o si se ajustan a la verdad. Además, posibilita la construcción de conocimiento y una constante reestructuración de los sistemas teórico y metodológico. Aquí, las hipótesis son puntos de partida para nuevas deducciones. Se parte de una hipótesis inferida de principios o leyes o sugerida por los datos empíricos, y aplicando las reglas de la deducción, se arriba a predicciones que se someten a verificación empírica, y si hay correspondencia con los hechos, se comprueba la veracidad o no de la hipótesis de partida. (Rodríguez Jiménez & Pérez Jacinto, 2017)

Este método presume que el contexto de descubrimiento no se atiene a reglas, ni procedimientos controlados, y sostiene que las hipótesis se admiten o rechazan según sea su resultado: una hipótesis se justifica y acepta si queda confirmada por la experiencia y se rechaza, si se refuta. (Moreno M. , 2003)

2.5. Nivel de investigación

Investigación Descriptiva

Su objetivo es especificar las propiedades del objeto o fenómeno que se va a estudiar, y dar un panorama lo más exacto posible de éste. Es necesario, por lo tanto, seleccionar los rasgos o conceptos del fenómeno y determinarlos cada uno de forma independiente, con gran precisión. (Ocampo, 2017, pág. 18)

Un estudio descriptivo exige que el investigador tenga un conocimiento amplio del objeto de estudio, pues es la única forma en que puede formular las preguntas específicas, seleccionar las variables que se van a determinar, escoger el método más preciso para determinarlas y definir los grupos que se van a incluir en la medición. Cuantas más variables se analicen, mejor determinado quedará el fenómeno. (Ocampo, 2017, pág. 18)

Investigación Correlacional

También esta investigación es correlacional puesto que tiene como objetivo valorar y comparar la relación que existe entre las dos variables, es este caso: el phubbing y las relaciones interpersonales.

Esta investigación tiene como objetivo analizar, evaluar y describir los tipos de relación que existen entre los conceptos, rasgos o variables que constituyen un fenómeno, en un contexto específico. (Ocampo, 2017, pág. 18)

Si dos variables están correlacionadas, ello implica que cuando una cambie la otra también variará según la relación que tengan. La relación puede ser positiva (cuando

una aumenta la otra también) o negativa (cuando una aumenta y la otra disminuye). (Ocampo, 2017, pág. 19)

2.6. Población y muestra

La población seleccionada para esta investigación está constituida por los/las estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, de la provincia de Tungurahua. Se ha considerado a la población de acuerdo con las cifras que han sido otorgadas por la secretaría de la carrera en el periodo académico Septiembre 2018 - Enero 2019, que corresponden a 367 estudiantes.

Muestra

Es un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación. En cambio, el muestreo es el método utilizado para seleccionar a los componentes de la muestra del total de la población. (López P. L., 2004)

De acuerdo a que el número de estudiantes de la carrera de Trabajo Social excede de las 100 personas, es necesario la aplicación del proceso de muestreo, que permita extraer un número de personas determinado de la población objeto con la que se va a trabajar, con la finalidad de estudiarlos. Por lo tanto, para determinar la muestra se ha utilizado la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{Z^2 \cdot p \cdot q + N \cdot e^2}$$

Donde:

n= Tamaño de la muestra

N= Tamaño de la población

p= Probabilidad de éxito 50% = 0,5

q= Probabilidad de fracaso 50% = 0,5

Z= Nivel de confiabilidad= 95%=1,96

e= error de muestro 5%= 0,05

Remplazando los datos se obtiene:

$$\begin{aligned}n &= \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{Z^2 \cdot p \cdot q + N \cdot e^2} \\n &= \frac{(1.96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5 \cdot 367}{1.96^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5 + 367(0,05)^2} \\n &= \frac{0.9604 \cdot 367}{0.9604 + 367(0,0025)} \\n &= \frac{352.4668}{0.9604 + 0.9175} \\n &= \frac{352.4668}{0.9604 + 0.9175} \\n &= \frac{352.4668}{1.8779} \\n &= \mathbf{188 \textit{ Estudiantes}}\end{aligned}$$

Como resultado del muestreo realizado, 188 estudiantes corresponden a la población a ser investigada en este trabajo, pertenecientes a los semestres de primero a decimo, de la carrera de Trabajo Social, del ciclo académico septiembre 2018- febrero 2019. De este total se han escogido aleatoriamente a 18 estudiantes de primer semestre y 18 de segundo y de los cursos faltantes 19 por cada uno de ellos.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis e Interpretación de Resultados

La población de esta investigación corresponde a 188 estudiantes de la carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato. En donde el 19,15% de estudiantes son de género masculino y el 80,85 % corresponde al género femenino. La aplicación de la encuesta lo que pretende es determinar la influencia del phubbing en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios.

Para la medición de la variable independiente “el phubbing”, se utilizó como instrumento una encuesta, creada y validada por Luis Roberto Cumpa Prada (2017), con el objetivo de conocer el uso problemático de las tecnologías móviles; consta de 3 dimensiones: ansiedad-insomnio ítems (1, 6, 8, 10, 17, 14, 16, 18, 20, 21, 23), relaciones interpersonales (3, 5, 7, 9, 11) y dependencia (2, 4, 12, 13, 15, 19, 22), con 4 alternativas como respuestas que van desde la puntuación del 1 al 4, de la siguiente manera: 1= Nunca , 2= Casi nunca, 3= Casi siempre y 4= Siempre.

La validación de esta encuesta tiene un alfa de Cronbach de 0,816, lo que indica que su fiabilidad es alta y por ende que los resultados obtenidos, son irrefutables. (Roberto, 2017)

Como segundo instrumento cuantitativo, para medir la variable dependiente “las relaciones interpersonales” se utilizó una “Escala de Relaciones Interpersonales”, diseñada por Flor Marina Ramírez y Marta Nelly Gil (1990), que consta de 4 subescalas cada una para establecer las actitudes hacia la aceptación, respeto, autenticidad y estabilidad de las relaciones interpersonales. Cuenta con 38 preguntas cerradas, ítems para la aceptación: 1-3-4-5- 8 - 11 - 14 - 16 - 17 - 18 - 19 - 22 - 23 - 26 - 31 – 32, para el respeto: 2 - 9 - 10 - 12 - 13 - 15 - 21 – 25, para la autenticidad: 6

- 7 - 20 - 30 - 33 - 34 y para la estabilidad: 24 - 27 - 28 - 29 - 35 - 36 - 37 - 38, que se valoran según una escala de tipo Likert que va desde (1 nunca hasta 4 siempre). Este instrumento tuvo un coeficiente de fiabilidad en el alfa de Cronbach de 0,90, lo que indica que los resultados obtenidos en la investigación, son reales e incuestionables. (Gil & Ramírez, 1990)

Cada uno de estos cuestionarios fueron adaptados de acuerdo a la necesidad y a los requerimientos que esta investigación persigue para cumplir los objetivos planteados, por ello se seleccionó las preguntas más relevantes de cada instrumento, quedando así un promedio de 22 reactivos, 11 para evaluar el phubbing y 11 enfocados en las relaciones interpersonales, que se valoran según una escala de tipo Likert que va desde, 1 nunca hasta 4 siempre.

El proceso de recolección de información, se llevó a cabo en la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, se escogió de manera aleatoria a los estudiantes de los distintos semestres, entre hombres y mujeres, hasta completar la muestra de 188 estudiantes en total, 36 estudiantes entre primero y segundo y 19 por cada curso, de los semestres sobrantes.

Se realizó la encuesta a todos los cursos, y una vez aplicada se procedió a verificar que estén correctamente llenadas, con la finalidad de garantizar la integridad de los datos, luego se ordenó y clasifíco por curso, para proceder a la tabulación, en el programa SPSS, donde se ingresó toda la información y se obtuvo las estadísticas, las tablas de contingencia y los gráficos. Finalmente se realizó el análisis e interpretación de los datos obtenidos, los cuales permiten realizar inferencias y observaciones acerca de la presente investigación.

PREGUNTAS SOBRE EL PHUBBING

Pregunta N°1. Con que frecuencia reviso mi celular, para mirar aplicaciones y redes sociales.

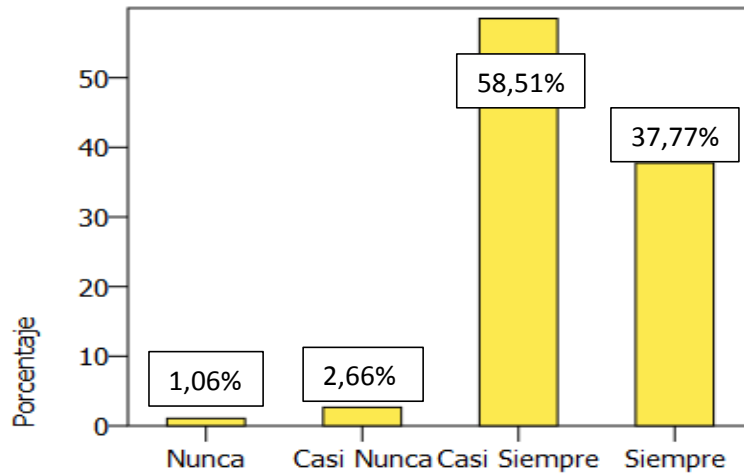
Tabla 1. Con que frecuencia reviso mi celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	2	1,06	1,06	1,06
Casi Nunca	2	5	2,66	2,66	3,72
Casi Siempre	3	110	58,51	58,51	62,23
Siempre	4	71	37,77	37,77	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 1. Con que frecuencia reviso mi celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

La encuesta aplicada a 188 estudiantes revela que la mayor parte de ellos, casi siempre revisan su celular para mirar aplicaciones y redes sociales, reportando un porcentaje del 58,51%, seguido por un 37,77% de personas que siempre realizan esta acción. Aspecto que influye directamente en la persona para que tienda a realizar phubbing y por ende a ocasionar problemas a nivel físico como dolor de cabeza, cuello, daño progresivo en la retina de los ojos, psicológico como la ansiedad, estrés, insomnio y social: el rompimiento de relaciones, el aislamiento, entre otros. Finalmente, un 3,72% que casi nunca y nunca revisan su teléfono móvil.

Pregunta N°2. Mis amigos comentan y se molestan porque uso mucho tiempo el celular

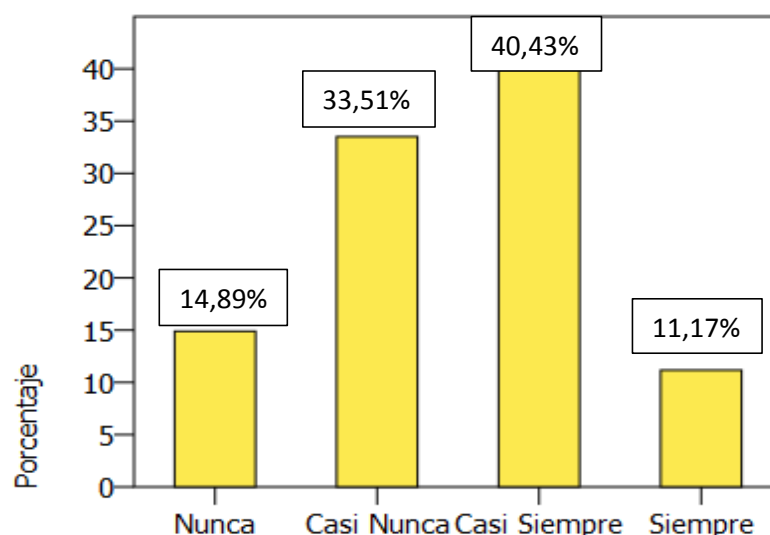
Tabla 2. Mis amigos comentan y se molestan porque uso mucho tiempo el celular.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	28	14,89	14,89	14,89
Casi Nunca	2	63	33,51	33,51	48,40
Casi Siempre	3	76	40,43	40,43	88,83
Siempre	4	21	11,17	11,17	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 2. Mis amigos comentan y se molestan porque uso mucho tiempo el celular.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De 188 estudiantes encuestados el 40,43% afirma que casi siempre sus amigos comentan y se molestan porque usan mucho tiempo el celular, mientras que un 11,17% indican que siempre. Por otro lado, el 33,51% expresa que casi nunca estos se incomodan y un 14,89% que nunca. Estadísticas que permiten inferir que la mayoría de estudiantes han atravesado por esta situación incómoda, en que alguien cercano se enfada o menciona sobre su falta de respeto, consideración y empatía hacia los demás, lo que progresivamente induce a un aislamiento social de la persona que realiza esta acción. En cambio, el otro porcentaje puede ser el reflejo de que las personas normalizaron y lo ven como un comportamiento socialmente aceptado o simplemente se perdió el interés de lo que realiza el otro.

Pregunta N°3. He ignorado a la persona que estaba hablando conmigo, por usar el celular.

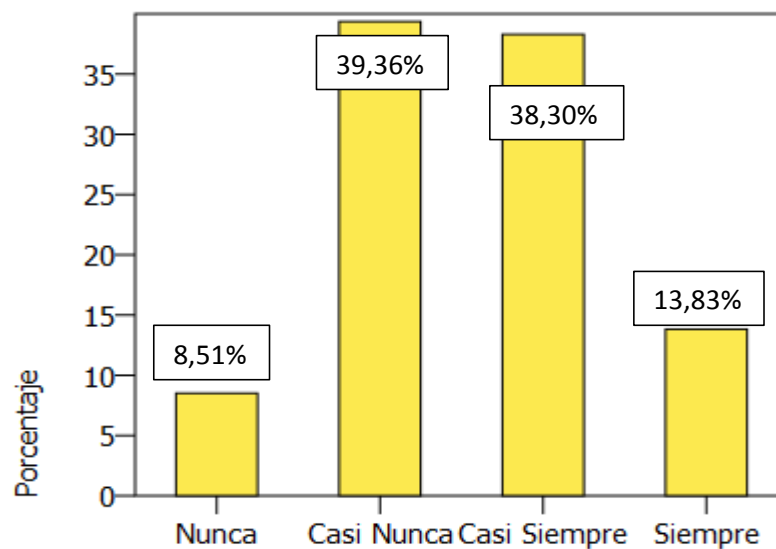
Tabla 3. He ignorado a la persona que estaba hablando conmigo, por usar el celular.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	16	8,51	8,51	8,51
Casi Nunca	2	74	39,36	39,36	47,87
Casi Siempre	3	72	38,30	38,30	86,17
Siempre	4	26	13,83	13,83	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 3. He ignorado a la persona que estaba hablando conmigo, por usar el celular.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

En la encuesta realizada de un total de 188 personas se obtuvo un porcentaje de 38,30% estudiantes que casi siempre han ignorado a otra persona por usar su celular y un 13,83 que siempre, en cambio un 39,36% indican que casi nunca lo han hecho y un 8,51% que nunca, lo que permite interpretar que en su mayoría los estudiantes universitarios realizan phubbing a otras personas, hay que recalcar que, si a mayor frecuencia se da el phubbing, mayor será su repercusión en el bienestar de las personas que lo practican, pues este tiende a desconectarnos y distanciarnos de los que nos rodean.

Pregunta N°4. Me frustro cuando no tengo internet y no puedo usar el celular

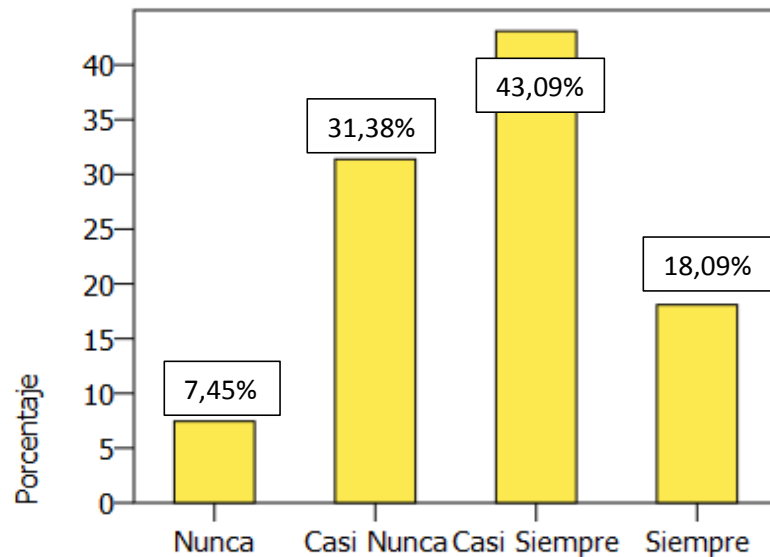
Tabla 4. Me frustro cuando no tengo internet y no puedo usar el celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	14	7,45	7,45	7,45
Casi Nunca	2	59	31,38	31,38	38,83
Casi Siempre	3	81	43,09	43,09	81,91
Siempre	4	34	18,09	18,09	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 4. Me frustro cuando no tengo internet y no puedo usar el celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De acuerdo a la información recabada por medio de la encuesta, se detalla que el 43,09% y el 18,09% de estudiantes casi siempre y siempre respectivamente se frustran cuando no tienen internet y no pueden usar su celular, mientras que un 31,38% indican que casi nunca les sucede esto y finalmente un 7,45% que nunca. Como observamos la mayor parte de los universitarios presentan un problema que se constituye en un indicador fundamental del uso inmoderado del teléfono celular, que pueden llegar a esclavizar a muchos y encaminar a la persona a una adicción tecnológica.

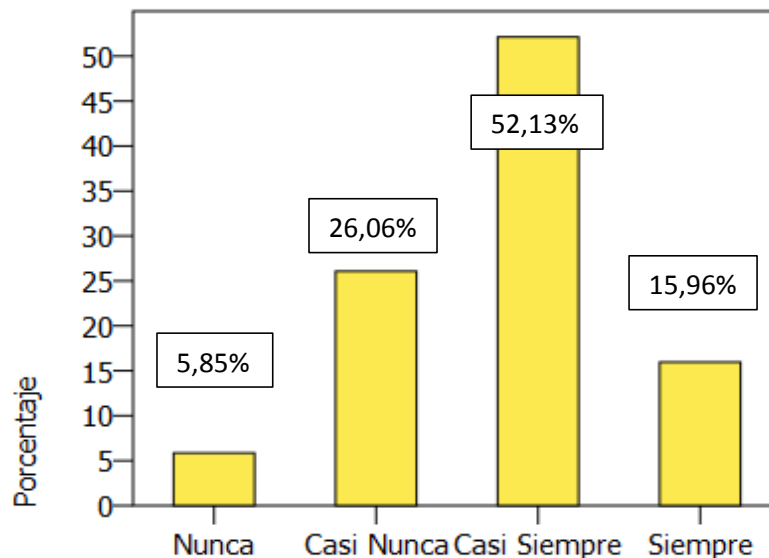
Pregunta N°5. Con que frecuencia pienso que mi celular a sonado y reviso si es así.

Tabla 5. Con que frecuencia pienso que mi celular a sonado y reviso si es así.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	11	5,85	5,85	5,85
Casi Nunca	2	49	26,06	26,06	31,91
Casi Siempre	3	98	52,13	52,13	84,04
Siempre	4	30	15,96	15,96	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social
Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 5. Con que frecuencia pienso que mi celular a sonado y reviso si es así.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social
Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

El 52,13% de la población encuestada refiere que casi siempre revisan su celular porque piensan que ha sonado, al igual que el 15,96% de jóvenes que aluden que siempre. Como vemos la mayor parte de estudiantes a realizado esta acción que se la conoce como síndrome de vibración fantasma, que puede llegar a ser una posible señal de adicción al teléfono móvil, dependiendo de la frecuencia con la que se ha experimentado y lo que causa en la persona, es decir si esto ocasiona un estrés mental, ya puede considerarse un problema. Por otro lado, un 26,06% manifiesta que casi nunca y un 5,85 que nunca.

Pregunta N°6. Con que frecuencia uso el celular estando en lugares públicos, cine, restaurant, centro comercial, entre otros.

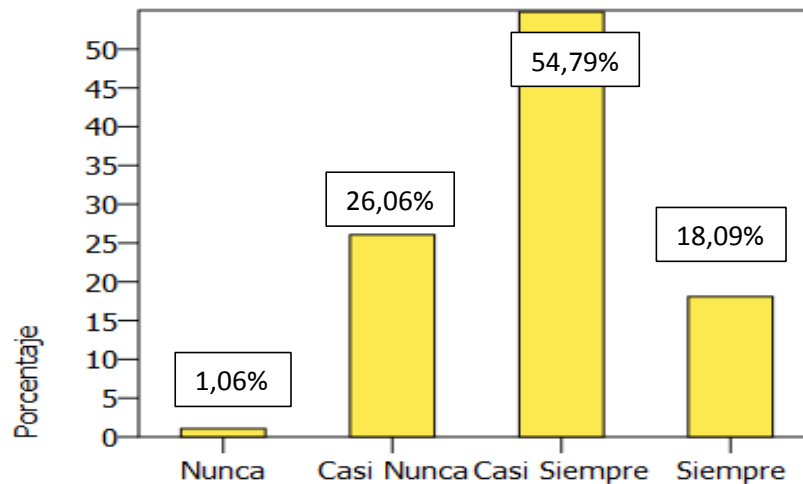
Tabla 6. Con que frecuencia uso el celular estando en lugares públicos

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	2	1,06	1,06	1,06
Casi Nunca	2	49	26,06	26,06	27,13
Casi Siempre	3	103	54,79	54,79	81,91
Siempre	4	34	18,09	18,09	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 6. Con que frecuencia uso el celular estando en lugares públicos



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Los teléfonos móviles se han convertido en una herramienta fundamental en la vida de las personas y su uso cotidiano en espacios públicos es cada vez más notorio como lo reflejan la mayor parte de los estudiantes correspondientes a un 54,79% que utilizan casi siempre el celular en estos lugares, al igual que el 18,09% que lo usan siempre, hay que recalcar que su uso rompe las normas sociales básicas, distrayendo y perjudicando la comunicación e interacción social, además de ocasionar malestar, distracción y molestia en las personas que se encuentran alrededor. Sin embargo hay un porcentaje pequeño referente a un 26,06% que casi nunca utiliza el celular en estos sitios y un 1,06% que nunca.

Pregunta N°7. Me asusta la idea de que se me acabe la batería del celular

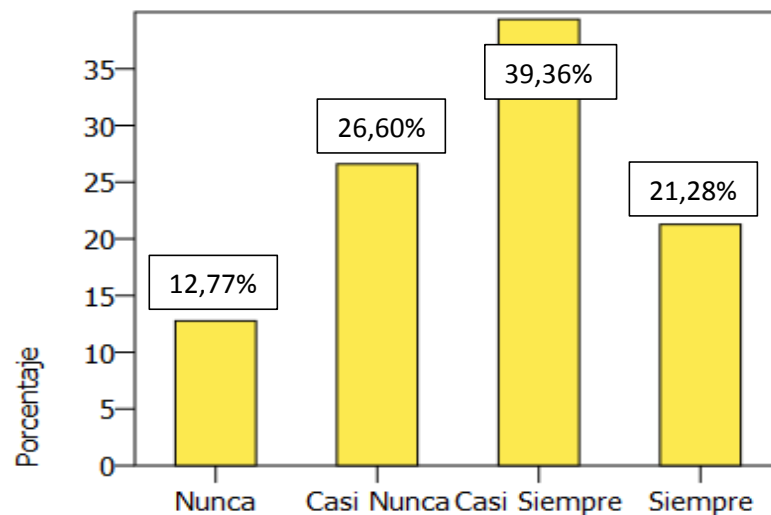
Tabla 7. Me asusta la idea de que se me acabe la batería del celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	24	12,77	12,77	12,77
Casi Nunca	2	50	26,60	26,60	39,36
Casi Siempre	3	74	39,36	39,36	78,72
Siempre	4	40	21,28	21,28	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 7. Me asusta la idea de que se me acabe la batería del celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

El miedo a quedarse sin acceso al teléfono móvil, porque la batería está baja es un problema que puede influir en los estudiantes universitarios, hasta límites incontrolables que pueden suponer un verdadero inconveniente, puesto que un 39,36% de la población encuestada, casi siempre han presenciado esto, al igual que un 21,28% que siempre. Fenómeno que puede originar ansiedad y pánico afectando la salud de la persona que lo padece, siempre y cuando este llegue a extremos como ocasionar un miedo irracional, enfermizo y cotidiano. En cambio, un 26,60% mencionan que casi nunca les asusta la idea de que su celular se quede sin batería y un 12,77% que nunca.

Pregunta N°8. Prefiero conversar a través del celular, redes sociales, que estar cara a cara con la otra persona.

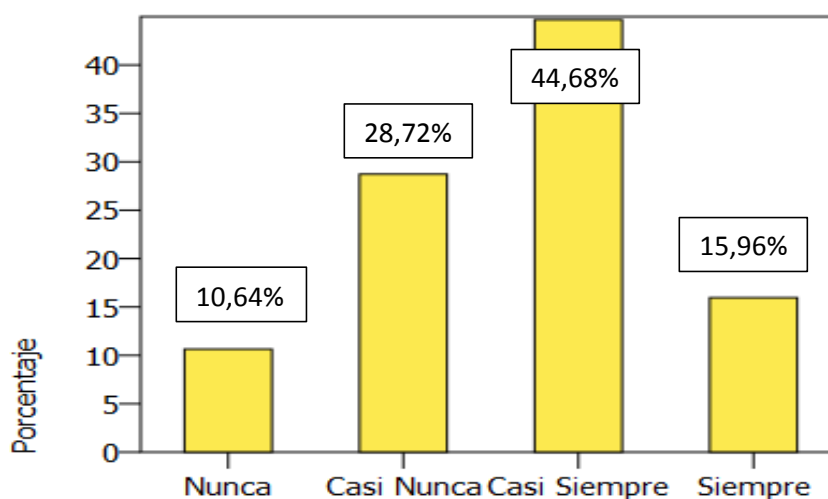
Tabla 8. Prefiero conversar a través del celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	20	10,64	10,64	10,64
Casi Nunca	2	54	28,72	28,72	39,36
Casi Siempre	3	84	44,68	44,68	84,04
Siempre	4	30	15,96	15,96	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 8. Prefiero conversar a través del celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

El uso del celular ha facilitado la comunicación de una forma extraordinaria entre las personas, sin embargo, no hay nada como la comunicación cara a cara, como se refleja en este gráfico donde un 28,72%, de los estudiantes casi siempre prefiere el contacto físico a la hora de comunicarse con otras personas, al igual que un 10,64% que siempre, aspecto que ayuda a crear lazos y fortalecer los vínculos afectivos, evitar conflictos innecesarios, además de ayudar a mejorar las habilidades sociales. Por otro lado, un 60,64% de universitarios aluden que, si prefieren una conversación por medio del celular, donde no es un requisito indispensable contar con habilidades sociales y que a la larga puede reducir la capacidad para desarrollar empatía y por añadidura afectar a las relaciones interpersonales.

Pregunta N°9. Cuando estoy en una reunión con familiares y amigos uso el celular

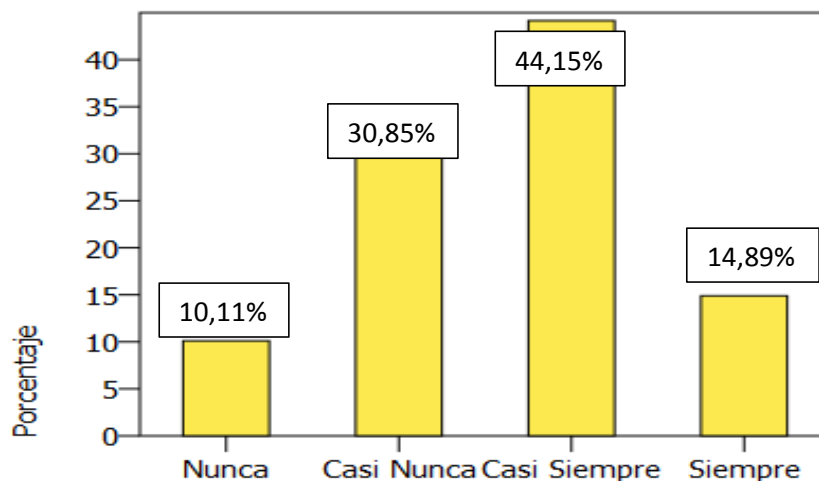
Tabla 9. Cuando estoy en una reunión con familiares y amigos uso el celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	19	10,11	10,11	10,11
Casi Nunca	2	58	30,85	30,85	40,96
Casi Siempre	3	83	44,15	44,15	85,11
Siempre	4	28	14,89	14,89	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 9. Cuando estoy en una reunión con familiares y amigos uso el celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De los estudiantes encuestados el 44,15% y el 14,89% afirman que siempre y casi siempre respectivamente en una reunión familiar o de amigos utilizan su celular, lo que permite enunciar que si no se controla o regula el uso del celular este puede llegar a convertirse en una de las amenazas directas en fracturar o destruir las relaciones de amistad y de pareja, además de poner en riesgo el diálogo y la dinámica familiar. Hay que recalcar que las nuevas tecnologías, en especial el celular, hoy en día usado por niños, adolescentes, jóvenes y adultos en espacios de interacción social, se traduce en molestias como la falta de cortesía, educación, respeto y algo más grave, en una adicción, por ello un 30,85% de las personas mencionan que casi nunca ocupan su celular cuando se encuentran compartiendo con otros y un 10,11 que nunca.

Pregunta N°10. Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular

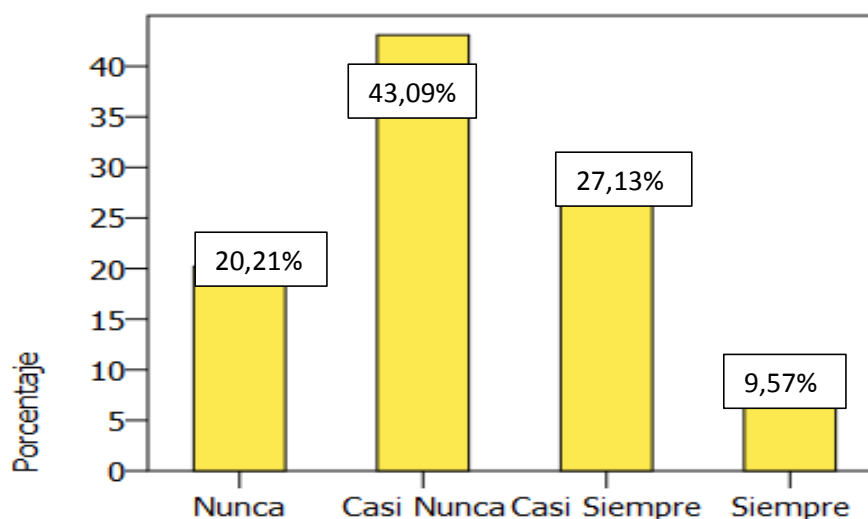
Tabla 10. Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	38	20,21	20,21	20,21
Casi Nunca	2	81	43,09	43,09	63,30
Casi Siempre	3	51	27,13	27,13	90,43
Siempre	4	18	9,57	9,57	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 10. Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De las encuestas realizadas a los estudiantes universitarios un 63,30% expresan que prefieren dormir a que utilizar el celular, este porcentaje equivale a 119 personas. Son estadísticas que reflejan que todavía una gran parte de la población encuestada esta consiente de que, el descansar bien es fundamental para el bienestar de la persona, pues ayuda a mejorar la memoria, a reducir la depresión e incrementar la creatividad. En cambio 69 de las personas que representan un 36,70% de jóvenes prefieren dormir pocas horas por usar el celular, lo que indica que a largo plazo puede producir problemas en la visión, e incluso experimentar insomnio, cansancio e irritabilidad y complicaciones en sus relaciones.

PREGUNTAS SOBRE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Pregunta N°11. No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.

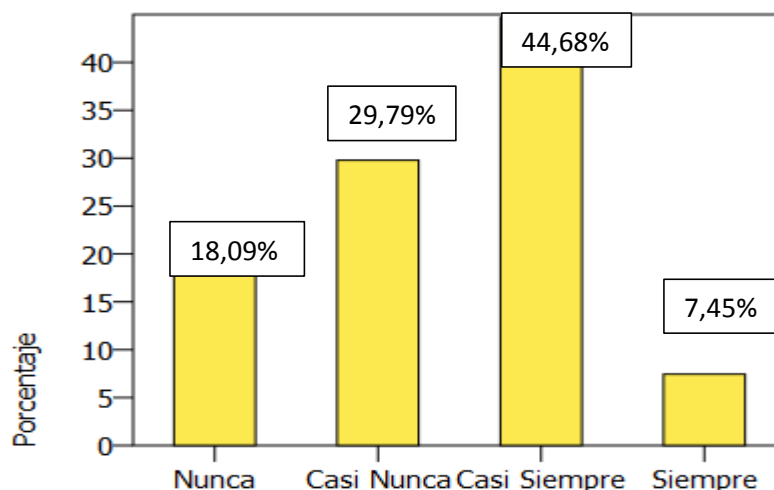
Tabla 11. No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	34	18,09	18,09	18,09
Casi Nunca	2	56	29,79	29,79	47,87
Casi Siempre	3	84	44,68	44,68	92,55
Siempre	4	14	7,45	7,45	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 11. No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e interpretación

El 44,68% de encuestados mencionan que casi siempre no prefieren prestar atención a clases u otras actividades, al igual que el 7,45% que manifiestan que siempre. Estos resultados son el reflejo de que no existe respeto y consideración por parte de los estudiantes hacia los docentes y que se muestra a través de la falta de atención prestada y de los resultados obtenidos en esta investigación.

Pregunta N°12. No escuchas, ni aceptas las opiniones de tus iguales, más aún si son distintas a las tuyas.

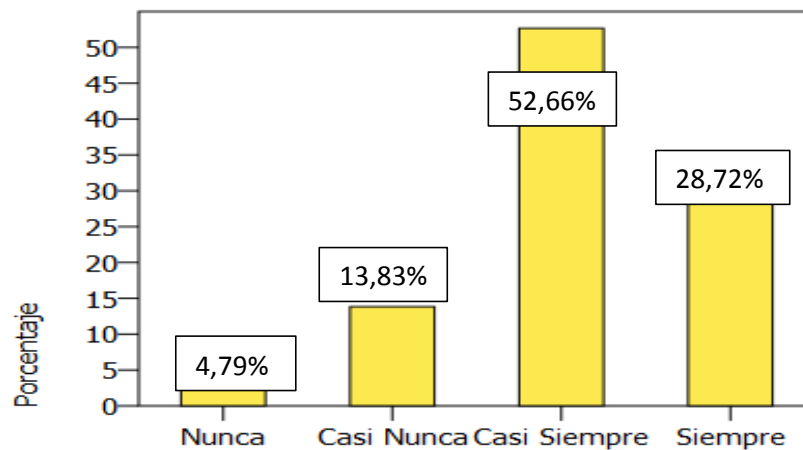
Tabla 12. No Escuchas, ni aceptas las opiniones de tus iguales

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	9	4,79	4,79	4,79
Casi Nunca	2	26	13,83	13,83	18,62
Casi Siempre	3	99	52,66	52,66	71,28
Siempre	4	54	28,72	28,72	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 12. No Escuchas, ni aceptas las opiniones de tus iguales



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

La población encuestada denota que en un 52,66% que casi siempre no escuchan, respetan ni aceptan las opiniones de sus iguales, aún más si son distintas a las tuyas, de igual forma un 28,72 que insinúan que siempre les sucede esto, criterios que reflejan que los estudiantes en su gran mayoría no tienden a mantener relaciones interpersonales buenas, duraderas, significativas y mutuamente satisfactorias, debido a su comportamiento un tanto egoísta y para nada cortés. Hay que recalcar que cuando las relaciones se basan en aspectos positivos, como la escucha activa, la empatía, el respeto y la consideración, proveen un espacio en donde las partes disfrutan de la experiencia de interactuar y compartir con los demás, en donde se da y se recibe afecto. Por ello, un 13,83% y un 4,79% dicen que casi nunca y nunca les cuesta respetar las opiniones de los demás.

Pregunta N°13. Te sientes insatisfecho con la vida que llevas

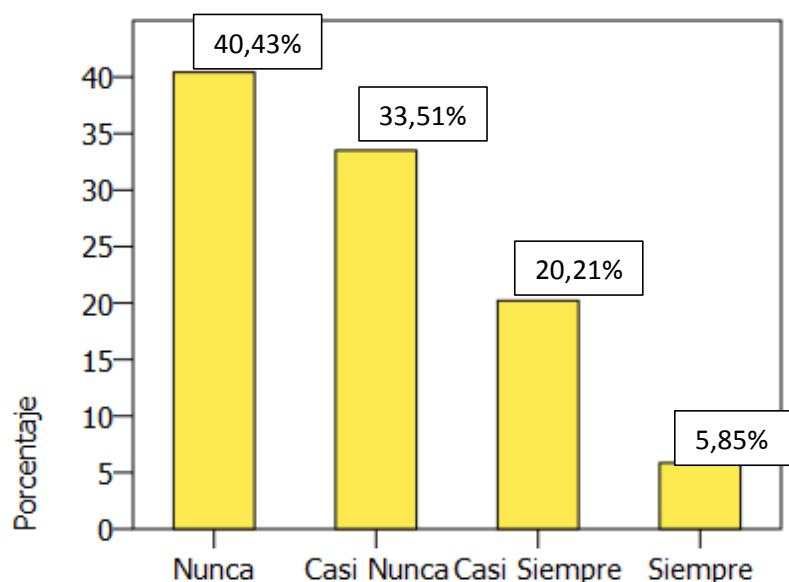
Tabla 13. Te sientes insatisfecho con la vida que llevas

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	76	40,43	40,43	40,43
Casi Nunca	2	63	33,51	33,51	73,94
Casi Siempre	3	38	20,21	20,21	94,15
Siempre	4	11	5,85	5,85	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 13. Te sientes insatisfecho con la vida que llevas



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De los 188 encuestados un 40,43% y un 33,51% expresan que nunca y casi nunca se han sentido insatisfechos con la vida que llevan, es decir han logrado una calidad de vida óptima para su desarrollo personal que les permite estar conformes con lo que tienen, mientras que un 20,21% y un 5,85% aluden que casi siempre y siempre se han sentido insatisfechos, criterio que pone en manifiesto que algo en la vida de estas personas anda mal y que por ende no se sienten bien ni con ellos mismos, peor aún con su entorno.

Pregunta N°14. Te resulta complicado, encontrarle significado a las expresiones corporales: gestos fáciles, ademanes, tono de voz y el silencio de los otros.

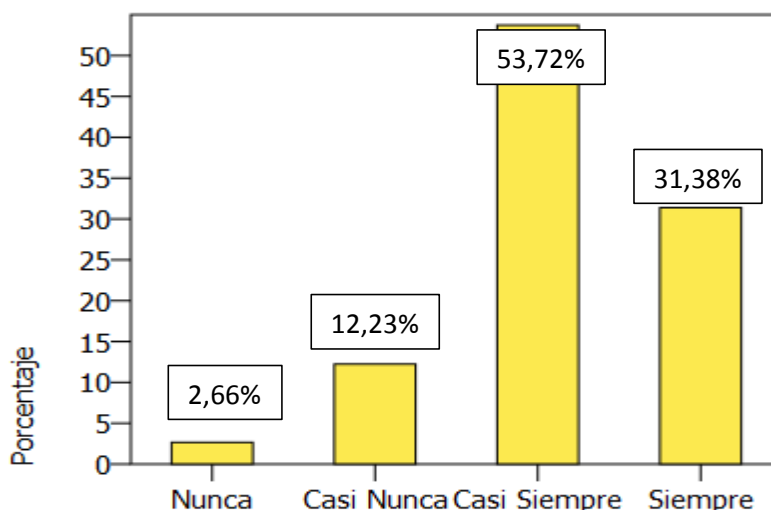
Tabla 14. Te resulta complicado, encontrarle significado a las expresiones corporales.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	5	2,66	2,66	2,66
Casi Nunca	2	23	12,23	12,23	14,89
Casi Siempre	3	101	53,72	53,72	68,62
Siempre	4	59	31,38	31,38	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 14. Te resulta complicado, encontrarle significado a las expresiones corporales.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Con un porcentaje de 85,1% referentes a 160 estudiantes expresan que casi siempre y siempre les resulta complicado encontrarle significado a las expresiones corporales como: los gestos faciales, ademanes, tonos de voz y el silencio de los otros. Juicios que permiten determinar que en su mayoría los encuestados no mantienen una clara y profunda comunicación interpersonal, debido que las expresiones corporales complementan el lenguaje verbal y ayudan a transmitir de una forma más clara y precisa los mensajes y con ello, sentimientos, emociones, actitudes y sensaciones. En cambio, un 12,23% y un 2,66% aluden que casi nunca y nunca respectivamente, les cuesta trabajo encontrarle significado a las expresiones corporales.

Pregunta N°15. Te sientes incomoda cuando estas solitario/a y aislado/a.

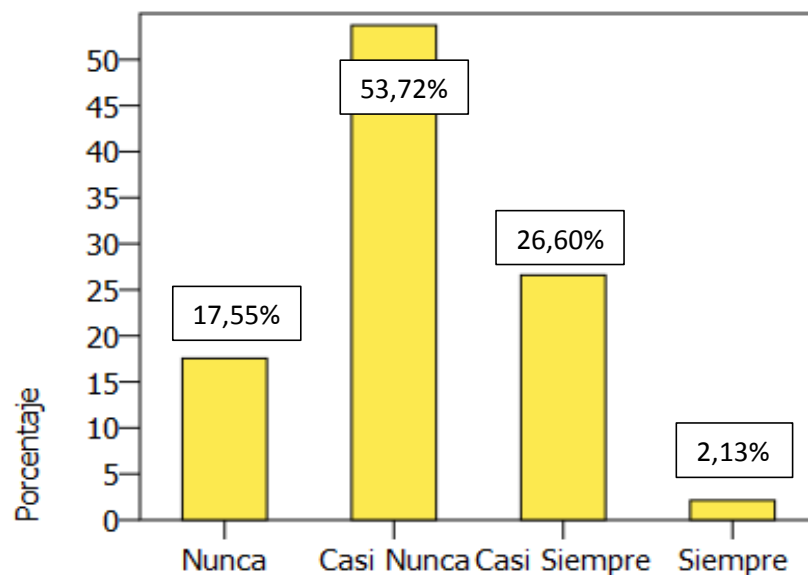
Tabla 15. Te sientes incomoda cuando estas solitario/a y aislado/a.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	33	17,55	17,55	17,55
Casi Nunca	2	101	53,72	53,72	71,28
Casi Siempre	3	50	26,60	26,60	97,87
Siempre	4	4	2,13	2,13	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 15. Te sientes incomoda cuando estas solitario/a y aislado/a.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

El ser humano fue creado para vivir en una sociedad, rodeado de personas, sin embargo no hay nada de malo en que cada individuo prefiera disfrutar de su espacio y de sus cosas solo en contacto con su yo interior, es esto lo que refleja el 53,72% de la población encuestada que refiere que casi nunca se sienten incómodos cuando están solos o asilados, un motivo puede ser también, que tienen su celular a la mano y nos les hace faltar compartir con otros y un 17,55% que nunca, sin embargo hay una pequeña cantidad de personas que representan un 28,73% que indican que casi siempre y siempre se sienten incómodos y necesitan de un círculo social en el cual apoyarse.

Pregunta N°16. Te cuesta trabajo hacer nuevos amigos.

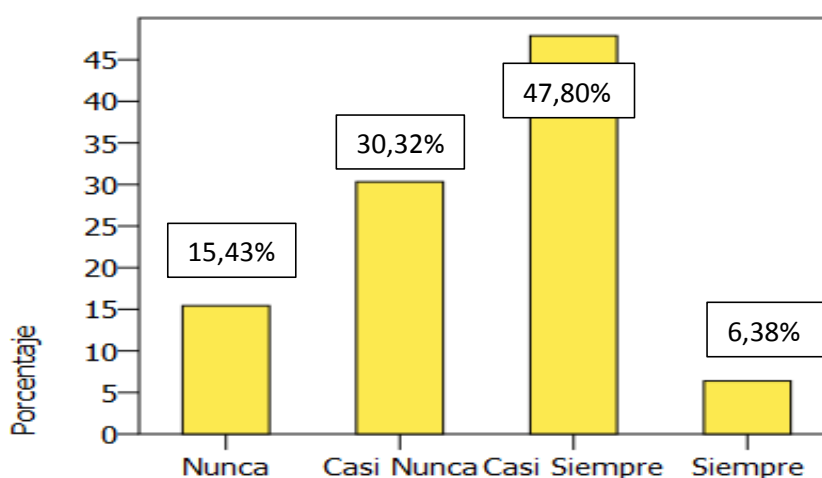
Tabla 16. Te cuesta trabajo hacer nuevos amigos.

Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
Nunca	1	29	15,43	15,43	15,43
Casi Nunca	2	57	30,32	30,32	45,74
Casi Siempre	3	90	47,87	47,87	93,62
Siempre	4	12	6,38	6,38	100,00
Total		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 16. Te cuesta trabajo hacer nuevos amigos.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Los 188 estudiantes encuestados, con un porcentaje correspondiente al 30,32% mencionan que casi nunca les es difícil para ellos entablar relaciones de amistad, al igual que un 15,43% que dicen que nunca, lo que revela que estos jóvenes poseen las habilidades sociales para poder llegar a otras personas y ser socialmente aceptados, puesto que estos se encuentran constantemente en interacción face to face con los demás y esto les ayuda a tener un guía de cómo comportarse o actuar en grupo, en cambio un 47,80% expresan que casi siempre les cuesta trabajo hacer nuevos amigos de igual forma un 6,38 que indican que siempre, esto puede ser a causa de que hoy en día la digitalización hace que las personas pierdan las habilidades para comunicarse y prefieran hacerlo detrás de una pantalla, donde solo la comunicación verbal entra en juego, construyendo así barreras en el proceso comunicativo y por ende en las relaciones sociales.

Pregunta N°17. Permaneces indiferente ante los sentimientos y emociones que expresan tus compañeros

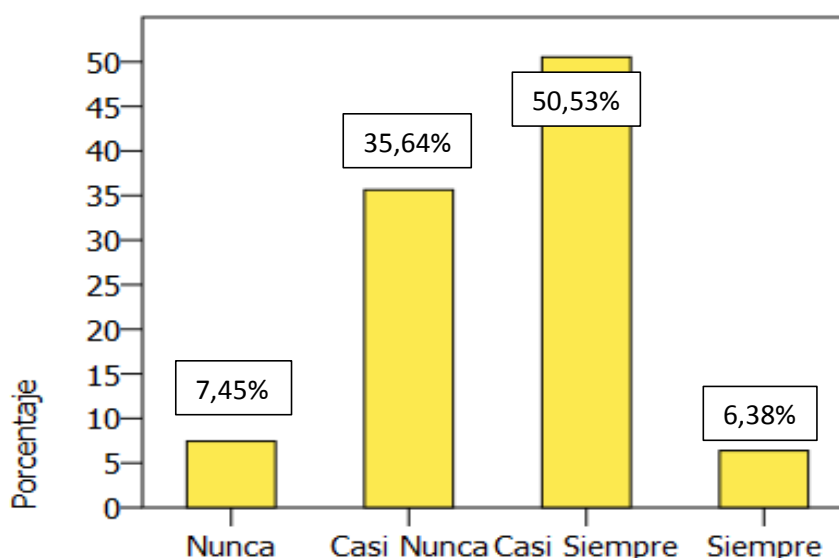
Tabla 17. Permaneces indiferente ante los sentimientos y emociones

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	14	7,45	7,45	7,45
Casi Nunca	2	67	35,64	35,64	43,09
Casi Siempre	3	95	50,53	50,53	93,62
Siempre	4	12	6,38	6,38	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 17. Permaneces indiferente ante los sentimientos y emociones



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social en un con un porcentaje de 50,53% y un 6,38% refieren que casi siempre y siempre son indiferentes, es decir nada empáticos y un tanto egoístas y fríos que incluso pueden llegar a afectar el bienestar de las personas a su alrededor y desgastarlos emocionalmente. Por otro lado, 35,64% opinan que casi nunca permanecen indiferentes ante los sentimientos y emociones que expresan sus compañeros, al igual que un 7,45% que nunca, resultados que reflejan que ellos son emocionalmente inteligentes, por lo tanto, muestran mayor empatía hacia la otra persona y esto le ayuda a un autoconocimiento y a fortalecer sus relaciones interpersonales.

Pregunta N°18. Te es difícil comprender como se sienten los demás y sus estados de ánimo.

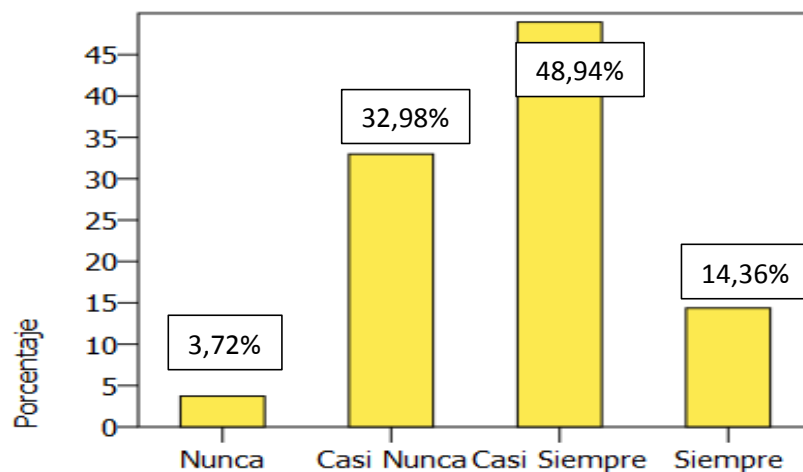
Tabla 18. Te es difícil comprender como se sienten los demás

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	7	3,72	3,72	3,72
Casi Nunca	2	62	32,98	32,98	36,70
Casi Siempre	3	92	48,94	48,94	85,64
Siempre	4	27	14,36	14,36	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 18. Te es difícil, comprender como se sienten los demás



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De 188 personas encuestadas un 48,94% y un 14,36% indican que casi siempre y siempre les es difícil comprender como se sienten los demás, es decir sus habilidades sociales no se han desarrollado del todo, lo que les hace que no sean capaces de brindar u ofrecer ayuda o consuelo a otros, perjudicando así a la persona en su desarrollo a nivel social. Hay que aludir que una de las habilidades esenciales dentro de la inteligencia social, es la empatía y es algo que la mayoría de las personas desarrollan y la ponen en práctica constantemente en la vida diaria, es esto, lo que muestra un 32,98%, de estudiantes encuestados y un 3,72%, que el comprender y escuchar a los demás no solo ayuda a relacionarse de una manera más fácil, si no que demuestra el grado de madurez emocional de la persona.

Pregunta N°19. Te es difícil, ser sincero/a en tu manera de comportarte en grupo

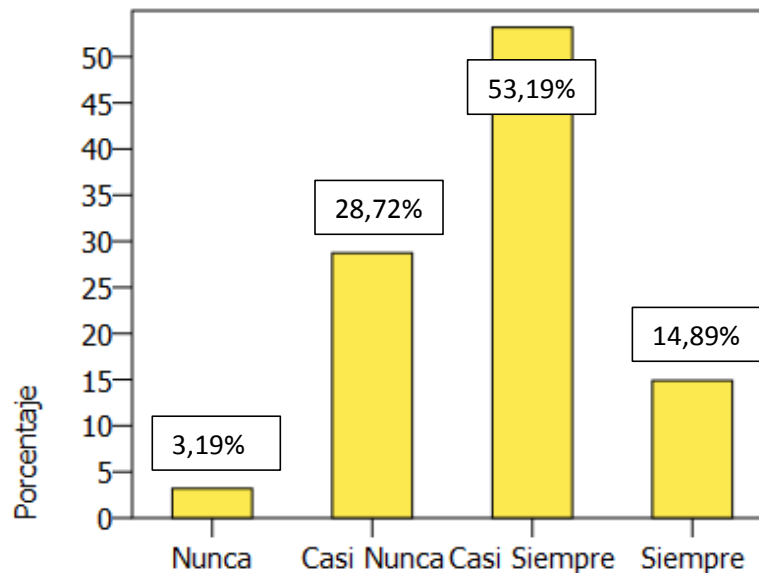
Tabla 19. Te es difícil sincero/a en tu manera de comportarte en grupo

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	6	3,19	3,19	3,19
Casi Nunca	2	54	28,72	28,72	31,91
Casi Siempre	3	100	53,19	53,19	85,11
Siempre	4	28	14,89	14,89	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 19. Te es difícil ser sincero/a en tu manera de comportarte en grupo



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Los jóvenes universitarios denotan en un 53,19% que casi siempre les es difícil ser sinceros en su manera de comportarse en grupo, al igual que un 14,89% que indican que siempre, aspectos que permiten aludir que los estudiantes que no son sinceros, tienden a alejar y molestar a la gente que se encuentra a su lado, muestran inseguridad y no tienen una suficiente autoconfianza para mostrarse tal y como son e incluso expresar lo que verdaderamente sienten, por lo que sus relaciones interpersonales no van a ser para nada agradables. En cambio, un 28,72 y un 3.19% reflejan que, si son auténticos en su forma de interactuar, lo que permite generar confianza en los demás y vínculos sociales fuertes.

Pregunta N°20. Eres reservado, tímido e inhibido y no te abres al grupo.

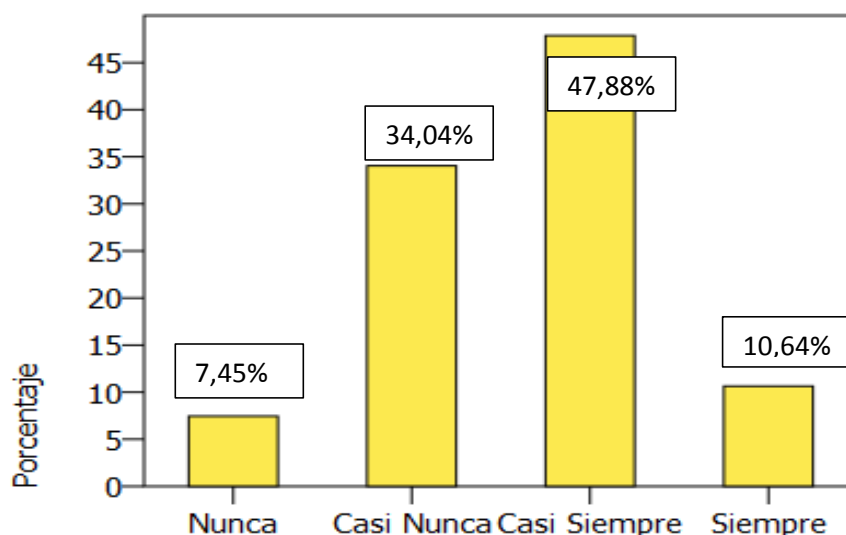
Tabla 20. Eres reservado, tímido e inhibido y no te abres al grupo.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	14	7,45	7,45	7,45
Casi Nunca	2	64	34,04	34,04	41,49
Casi Siempre	3	90	47,87	47,87	89,36
Siempre	4	20	10,64	10,64	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 20. Eres reservado, tímido e inhibido y no te abres al grupo.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

La mayor parte de los estudiantes correspondientes a un 47,88% y un 10,64% son personas que siempre y casi siempre son tímidas y reservadas, es decir, introvertidas, que no encuentran una gran satisfacción o motivación en la socialización y que prefieren no hacerse notar, lo que les ocasiona dificultad a la hora de establecer relaciones sociales. En cambio, un 34,04% y a un 7,45% denotan que casi nunca y nunca son cohibidas, sino más bien son personas extrovertidas, que manifiestan francamente sus pensamientos y sentimientos y se abren al grupo, tiene tendencia socializar con facilidad y a sobresalir en las reuniones llegando a ser el centro de atención.

Pregunta N°21. Prefiero trabajar individualmente a que en equipo

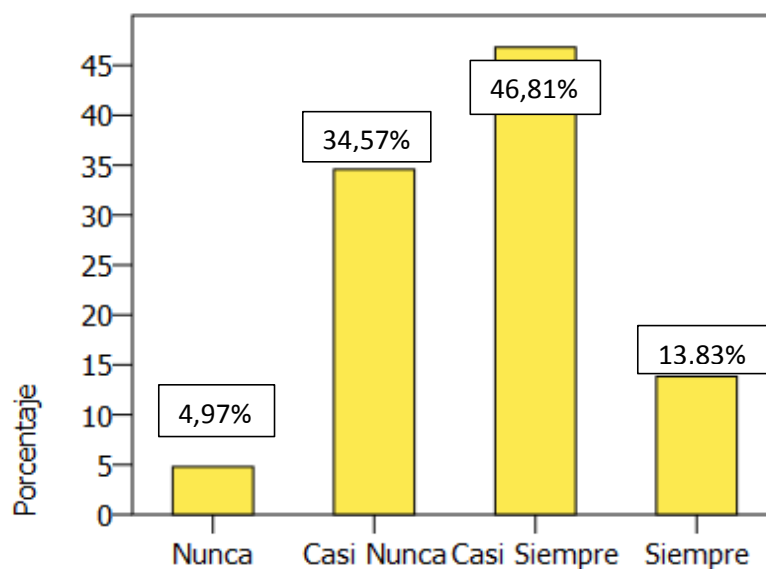
Tabla 21. Prefiero trabajar individualmente a que en equipo.

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	9	4,79	4,79	4,79
Casi Nunca	2	65	34,57	34,57	39,36
Casi Siempre	3	88	46,81	46,81	86,17
Siempre	4	26	13,83	13,83	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 21. Prefiero trabajar individualmente a que en equipo.



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

De 188 estudiantes un 46,81% y un 13,83% de ellos señala que casi siempre y siempre prefieren el trabajo individual, porque existe una mayor autonomía, flexibilidad de tiempo y en ocasiones mayor productividad. En cambio, un 34,57% y un 4,97% refieren que optan mejor por el trabajar en equipo, pues el intercambio de ideas, la retroalimentación que se da y las responsabilidades compartidas siempre son una buena opción, No obstante, hay que recalcar que lo ideal es mantener un equilibrio entre lo individual y lo grupal, y todo dependerá del objetivo que quieras alcanzar, del lugar donde te encuentres y de cómo lo deseas lograr, para de esa manera escoger la mejor forma de trabajo.

Pregunta N°22. Te resulta complicado, compartir a tus amigos, tus éxitos, problemas, tristezas y alegrías.

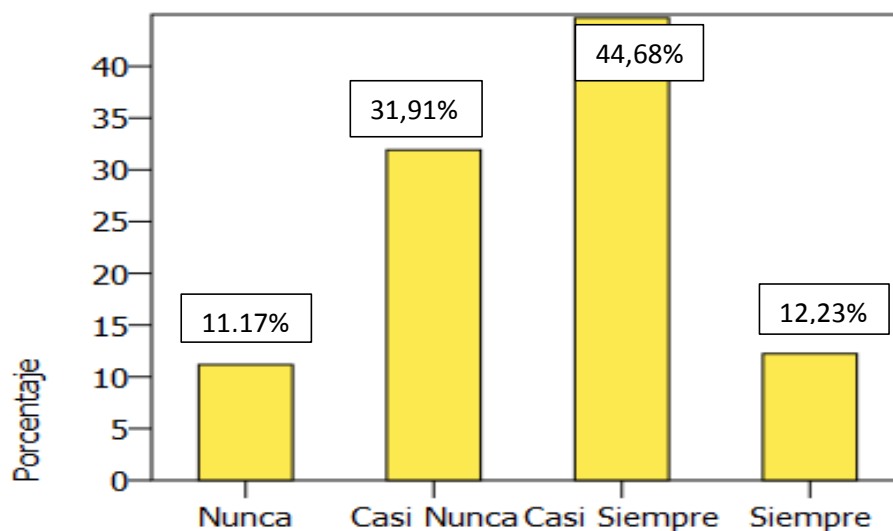
Tabla 22. Te resulta complicado, compartir a tus amigos, tus éxitos

<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
Nunca	1	21	11,17	11,17	11,17
Casi Nunca	2	60	31,91	31,91	43,09
Casi Siempre	3	84	44,68	44,68	87,77
Siempre	4	23	12,23	12,23	100,00
<i>Total</i>		188	100,0	100,0	

Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Gráfico 22. Te resulta complicado compartir a tus amigos, tus éxitos



Fuente: Estudiantes de Trabajo Social

Elaborado por: Karen Tovar

Análisis e Interpretación

Somos seres altruistas por lo tanto el compartir con los demás los éxitos, problemas, alegrías y tristezas nos ayuda a aligerar la carga emocional, alivia las penas y en la mayor parte de las ocasiones se puede encontrar aliciente y soluciones, por ello como testimonio de esto, se muestra en el grafico anterior que un 31,91% de jóvenes si realiza esta acción al igual que un 11,17%. Sin embargo hoy en dia el numero de personas que no comparten o les cuesta trabajo hacerlo ha aumentado, como lo refleja el 44,68% y un 12,23% de los estudiantes encuestados, quienes casi siempre y siempre prefieren guardar todo esto para ellos o compartirlos únicamente con las personas más allegadas.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS FINALES

Este estudio tiene un enfoque cuantitativo y se llevo a cabo en base a una investigación bibliográfica – documental y de campo a través de la fusión de dos instrumentos; para la variable independiente, se usó una encuesta que tiene como objetivo: conocer el uso problemático de las tecnologías móviles y para la variable dependiente, una escala para las relaciones interpersonales, que consta de 4 subescalas, cada una para establecer las actitudes hacia la aceptación, respeto, autenticidad y estabilidad de las relaciones. Obteniendo como resultado la aplicación de una encuesta de 22 items, 11 referentes al phubbing y 11 a las relaciones interpersonales, en la cual participaron directamente 188 estudiantes en total, de primero a décimo de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato, donde un 19,15% corresponden al género masculino y un 80,85% al género femenino.

Los resultados recabados en la investigación, permitieron determinar que los estudiantes, presentan altos índices de phubbing como lo determina la tercera pregunta de la encuesta, en la que un 52,13% de universitarios correspondiente a 98 individuos, han ignorado a la persona que se encuentra cerca por prestar mayor atención a su celular, deducciones similares a las investigaciones realizadas por Vargas (2017), en su trabajo “El phubbing y las relaciones interpersonales en los estudiantes de secundaria de la institución educativa “San Alberto Magno”, en donde también se refleja que en su gran mayoría los estudiantes realizan phubbing y que constantemente generan hábitos de conducta que al parecer son inofensivos, pero que en realidad, si infieren significativamente en su comportamiento, en su forma de relacionarse y también en el aspecto físico y psicológico de la persona.

De igual forma los resultados nos permiten deducir que el phubbing incita al aislamiento social, dado que varios de los reactivos evaluados se constituyen en indicadores de esta problemática, como el que un 72,88% de la población encuestada, siempre revisa su celular en lugares publicos, al igual que un 60,64% que expresan que prefieren conversar por el celular a que mantener una conversación cara a cara, de igual forma un 59,04% que con frecuencia usan su celular cuando

están en una reunión con familiares o amigos. Resultados semejantes al artículo de Junquera (2015), “Desconectados del entorno y conectados a la red: tan cerca pero tan lejos; en donde expone como las nuevas generaciones han optado en su mayoría por una comunicación que se da a través de un dispositivo móvil, invirtiendo un tiempo considerable en su uso, convirtiéndolo en un aparato necesario en las reuniones familiares y de amigos, en tiempos de ocio y en espacios laborales como también educativos.

Junquera (2015), buscó a través de su trabajo enfocar su esfuerzo en jóvenes y comprender que tan significativos son estos dispositivos móviles en sus vidas, además de las implicancias en su manera de comunicarse y relacionarse con los demás, llegando a una conclusión similar a la de este trabajo, en donde se expresa que las nuevas tecnologías son una herramienta que favorecen la comunicación y ofrecen oportunidades, pero que también dan espacio a repercusiones negativas en donde las personas pueden llegar a convertirse en seres dependientes de la tecnología, dando lugar a patologías vinculadas al uso excesivo del celular como el phubbing y a la nomofobia.

De igual forma, un 54,14% de estudiantes manifiesta su dificultad para hacer amigos y un 81,38 no escuchan ni respetan las opiniones de sus iguales aun más, si son distintas a las suyas y finalmente un 56,91 que permanecen indiferentes ante los sentimientos y emociones que expresan sus compañeros. Todas estas acciones voluntarias e involuntarias inciden para que la persona vaya creando brechas en sus relaciones y que por consiguiente aleje a las personas de su alrededor.

La investigación también arroja resultados que ayudan a insinuar que el phubbing a largo plazo ocasiona daños psicosociales en la vida de los estudiantes, como se muestra en los resultados obtenidos: un 68,09% expresan que siempre revisan su celular porque piensan que ha sonado, pero no es así, de igual modo un 61,18% de jóvenes llegan a frustrarse cuando no tienen internet o no pueden usar su celular y a un 60,64% de ellos les asusta la idea de quedarse sin batería. Estos aspectos pueden contribuir a desarrollar actitudes de: ansiedad, estrés, intolerancia, afecciones en la salud física y lo más grave una adicción. En cambio, en el ámbito social los

indicadores para determinar que el phubbing puede llegar a perjudicar las relaciones, son los mencionados con antelación con respecto al aislamiento social.

En esta investigación al igual que en la de Capilla Garrido & Cubo Delgado (2017), “Phubbing, Conectados a la Red y Desconectados de la Realidad”, se expone como el celular repercute en el bienestar psicológico de las personas, especialmente de los jóvenes universitarios, partiendo de un enfoque metodológico descriptivo y por medio de un cuestionario que refleja los efectos del teléfono, en la vida diaria de los estudiantes. Obteniendo resultados similares a los de este trabajo investigativo, con respecto a una tendencia elevada entre el uso problemático de estos aparatos y los síntomas somáticos que este ocasiona como: la ansiedad, el insomnio y la depresión.

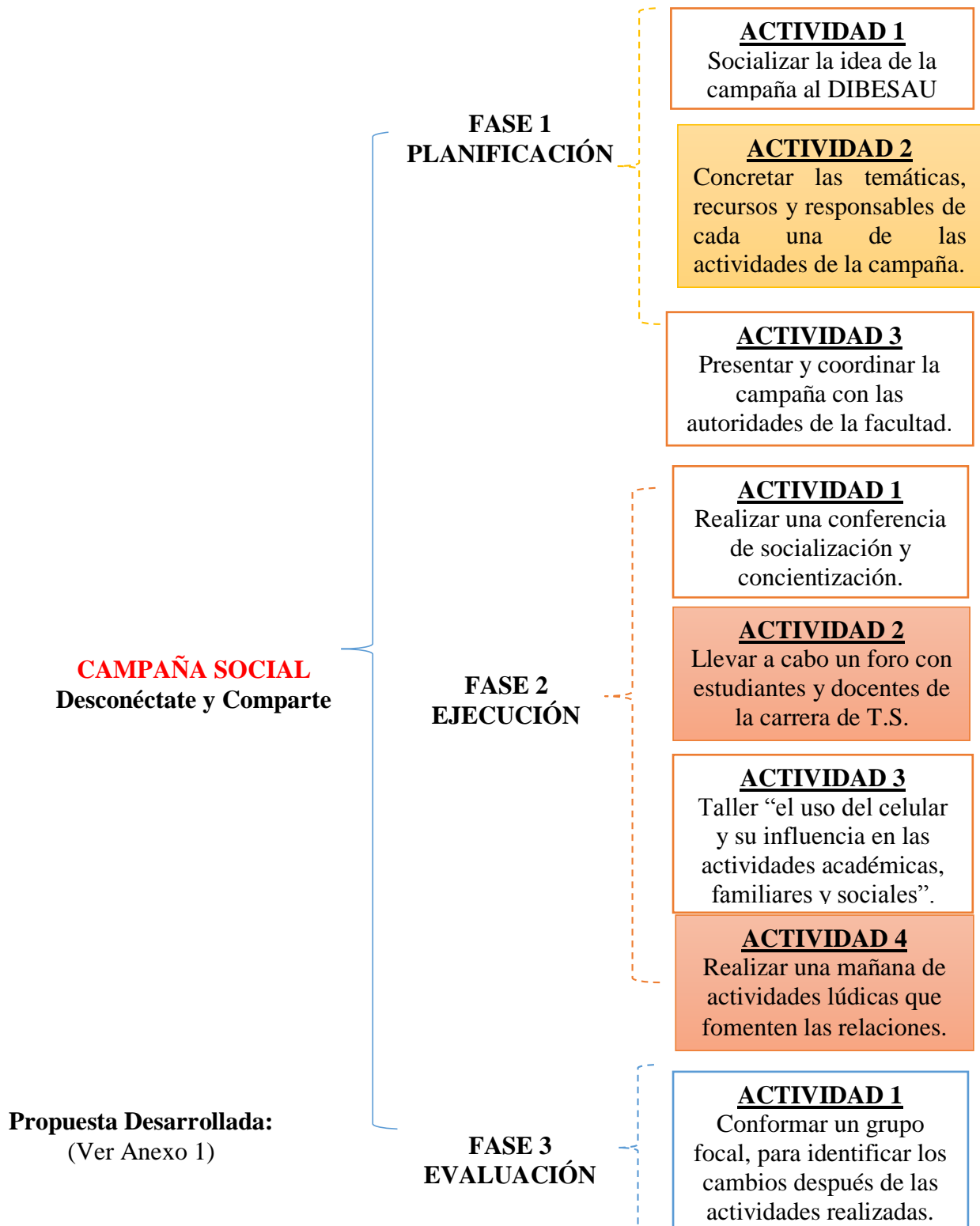
Por medio de estas investigaciones se llegan a conclusiones que permiten explicar ciertos comportamientos en los jóvenes que se ven vinculados al manejo del celular y por ende ciertas implicaciones en los distintos ámbitos de su vida, especialmente psicológico, educativo y social. Capilla Garrido & Cubo Delgado, (2017)

Luego de analizar los resultados de esta investigación podemos concluir que el phubbing influye en las relaciones interpersonales de los estudiantes universitarios y conlleva a un sin número de problemas que repercuten en su calidad de vida.

La intervención por parte del Trabajador Social en esta problemática debe enfocarse en el Método de Trabajo Social en Grupo, el cual consiste en la organización y reflexión, mediante procesos que impliquen una dinámica de grupo, orientados a enriquecer y mejorar el funcionamiento social. Este método, gira siempre en torno a un número considerable de personas, pero sin desmerecer o desconocer las características de cada uno de ellos, contribuyendo así, al perfeccionamiento individual y a la consecución de objetivos sociales útiles. Este no solo pretende posibilitar la educación y el desarrollo, sino que también busca el crecimiento biopsicosocial, cultural, político y espiritual de los integrantes del grupo. (Egg, 2017)

Una de las iniciativas a ejecutar como parte de una propuesta de intervención a esta problemática, es una campaña social que contará con diferentes actividades encaminadas a socializar y promover acciones para evitar el aislamiento social y el

desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing, la cual se llevará a cabo a través de 3 fases esquematizadas a continuación :



3.2. Prueba de Hipótesis

3.2.1. Diseño del proceso de validación

Debido a la naturaleza de las dos variables, se ha establecido un análisis de correlación, con el objetivo de comprobar si la variable independiente incide en la dependiente.

3.2.2. Formulación de las hipótesis estadísticas

H₀ = El phubbing no influye en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo social de la Universidad Técnica de Ambato.

H₁= El phubbing influye en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo social de la Universidad Técnica de Ambato.

3.2.3. Nivel de significancia

Se ha escogido un nivel de significancia del 5% ($\alpha = 0,05$).

3.2.4. Estadístico para la prueba de hipótesis

La selección de la prueba estadística adecuada para la verificación de hipótesis se fundamenta en los siguientes aspectos:

- **Tipo de datos:** Son cualitativos y ordinales por lo que se requiere de una prueba no paramétrica.
- **Normalidad:** Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, debido a que la muestra es >50 personas, obteniendo como resultado un nivel de significancia de 0,001 del phubbing y 0,000 de las relaciones interpersonales, lo que permite deducir que los datos no son normales debido a que el nivel de significancia es <0.05.

- **Tamaño de la Muestra:** Se ha trabajado con una muestra de 188 estudiantes.
- **Tipo de muestreo:** El trabajo de campo se diseñó con el fin de relacionar dos variables medidas con instrumentos diferentes y escalas similares.
- **Método:** El método adecuado para comprobar la hipótesis de esta investigación es la Correlación de Spearman.

3.2.5. Regla de Decisión

Se valida H_0 si el valor de prueba (sig. Bilateral) es mayor al nivel de significancia.

$$H_0: P_{valor} > \alpha$$

Se valida H_1 si el valor de prueba (sig. Bilateral) es menor o igual al nivel de significancia

$$H_0: P_{valor} \leq \alpha$$

3.2.6. Cálculo

Una vez ingresado los datos al Programa Estadístico SPSS, se procede a realizar el cálculo como se muestra a continuación:

Prueba de Normalidad

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Phubbing	,072	188	,001	,985	188	,003
Interpersonal	,130	188	,000	,957	188	,000
a. Corrección de significación de Lilliefors						

Tabla 23. Prueba de Normalidad

Fuente: Encuestas del Phubbing y las Relaciones Interpersonales.

Elaborado por: Karen Tovar

Paso 1. Ingreso de las Variables.

*PSPP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	Género	Númerico	1	0	Género	{1, Masculin...	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	Semestre	Númerico	2	0	Semestre	{1, Primero...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
3	Redessocial...	Númerico	1	0	Con que frecuencia reviso mi cel...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
4	Tiempo	Númerico	1	0	Mis amigos comentan y se mole...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
5	Ignorar	Númerico	1	0	He ignorado a la persona que es...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
6	Internet	Númerico	1	0	Me frustro cuando no tengo inter...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
7	Celular	Númerico	1	0	Con que frecuencia pienso que ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
8	Lugares públ...	Númerico	1	0	Con que frecuencia uso el celu...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
9	Bateria	Númerico	1	0	Me asusta la idea de que se me ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
10	Conversar	Númerico	1	0	Prefiero conversar a través del c...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
11	Reunión	Númerico	1	0	Cuando estoy en una reunión co...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	Dormir	Númerico	1	0	Prefiero dormir pocas horas por ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	Atención	Númerico	1	0	No presto atención a clases o a ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	Respeto	Númerico	1	0	No escuchas, ni aceptas las opi...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	Insatisfecho	Númerico	1	0	Te sientes insatisfecho con la vi...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	Expresione...	Númerico	1	0	Te resulta complicado encontrarl...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	Incómodo	Númerico	1	0	Te sientes incomoda cuando est...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	Haceramigos	Númerico	1	0	Te cuesta trabajo hacer nuevos ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	Indiferente	Númerico	1	0	Permaneces indiferente ante los ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20	Estadosdeá...	Númerico	1	0	Te es difícil comprender como s...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
21	Comportare	Númerico	1	0	Te es difícil ser abierto y franco ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
22	Reservado	Númerico	1	0	Eres reservado, tímido e inhibido...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
23	Trabajoenq...	Númerico	1	0	Prefiero trabajar individualmente ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
24	Compartir	Númerico	1	0	Te resulta complicado compartir ...	{1, Nunca}...	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada

Paso 2. Ingreso de los datos de las encuestas.

*PSPP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

5 : Haceramigos 1 Visible: 26 de 26 variables

	Género	Semestre	Redessociales	Tiempo	Ignorar	Internet	Celular	Lugares públicos	Bateria	Conversar	Reunión	Dormir	Atención	Respeto	Insatisfecho	Estados de ánimo
1	2	1	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	
2	1	1	3	2	3	1	2	2	1	2	1	2	1	4	1	
3	2	1	3	1	2	2	1	2	1	3	2	1	2	3	1	
4	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	
5	2	1	3	4	1	1	3	4	3	3	3	3	3	3	1	
6	2	1	3	1	3	3	3	2	1	3	3	1	1	3	1	
7	2	1	4	2	1	2	2	3	3	1	1	2	1	2	1	
8	2	1	3	2	2	4	3	3	3	1	2	4	2	3	1	
9	2	1	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	1	
10	2	1	3	2	1	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	
11	2	1	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	2	2	1	
12	2	1	4	3	1	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	
13	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	
14	2	1	3	4	3	2	4	3	3	3	2	1	1	3	1	
15	1	1	3	2	3	2	4	3	1	2	3	1	2	4	1	
16	1	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	1	
17	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	1	
18	1	1	4	1	1	2	3	3	2	2	1	1	1	4	4	
19	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	
20	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	
21	2	2	3	1	2	1	3	2	3	3	1	1	1	4	1	
22	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	
23	2	2	3	1	2	1	3	2	3	3	1	1	1	4	1	
24	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	

Vista de datos Vista de variables

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

174: Bateria 3

	Bateria	Conversar	Reunión	Dormir	Atención	Respeto	Insatisfec ho	Expresion de escorp orales	Incómodo	Hacerami gos	Indiferent e	Estadosd eánimo	Comporta rte	Reservad o	Trabajoen equipo	Compartir
168	2	1	1	4	2	4	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2
169	3	4	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	4	2	1	2
170	2	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	4	1
171	2	3	3	2	3	4	4	2	3	1	1	2	3	4	1	2
172	1	3	3	2	3	3	2	4	3	1	2	3	3	2	3	3
173	3	3	3	1	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3
174	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	4	3
175	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	2
176	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3
177	4	1	3	3	2	3	1	3	1	1	1	3	4	1	2	2
178	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2
179	3	2	3	2	2	4	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4
180	3	4	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2
181	2	1	1	3	3	2	4	3	3	1	1	1	3	3	2	2
182	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2
183	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3
184	2	2	3	3	2	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	2
185	3	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2
186	2	2	3	2	2	4	2	4	1	3	1	3	4	2	4	3
187	4	2	2	2	3	4	2	4	2	2	2	3	3	2	3	3
188	3	3	3	4	2	4	1	3	2	2	2	3	3	2	3	3

Vista de datos Vista de variables

Paso 3. Sumamos, los datos de la variable 1 y los datos de la variable 2.

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

184: Comportarte 2

	Internet	Celular	Lugares p ublicos	Bateria	Conversar	Reunión	Dormir	Atención	Respeto	Insatisfec ho	E: et
1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1
2	1	2	2	1	2	1	2	1	4	1	1
3	2	1	2	1	3	2	1	2	3	1	1
4	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	1
5	1	3	4	3	3	3	3	3	3	1	1
6	3	3	2	1	3	3	1	1	3	1	1
7	2	2	3	3	1	1	2	1	2	1	1
8	4	3	3	3	1	2	4	2	3	1	1
9	4	3	2	4	3	3	4	3	3	1	1
10	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	1
11	4	4	4	4	3	2	4	2	2	1	1
12	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	1
13	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1
14	2	4	3	3	3	2	1	1	3	1	1
15	1	1	3	1	2	3	1	2	4	1	1
16	1	1	3	2	3	2	2	3	3	1	1
17	2	1	2	3	3	2	3	3	1	3	1
18	1	1	4	1	1	2	3	1	1	4	4
19	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
20	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	3
21	2	2	3	1	2	1	3	2	3	1	1

Vista de datos Vista de variables

Paso 4. Preguntas del Phubbing

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

184 : Comportarte 2

Calculadora de variables

Variable objetivo: Phubbing

Expresión numérica: Redessociales + Tiempo + Ignorar + Internet + Celular + Lugarespúblicos + Batería + Con versar + Reunión + Dormir + Atención

Tipo y etiqueta:

Grupo de funciones: Todo, Aritméticas, CDF y CDF no centrada, Conversión, Fechahora actual, Cálculo de fechas

Funciones y variables especiales:

Sj... (condición de selección de caso opcional)

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

Vista de datos Vista de variables

	Atención	Respeto	Insatisfec ho	E: es
2	2	3	1	
2	1	4	1	
1	2	3	1	
2	2	4	2	
3	3	3	1	
1	1	3	1	
2	1	2	1	
4	2	3	1	
4	3	3	1	
3	3	3	3	
4	2	2	1	
2	2	4	2	
2	3	2	3	
1	1	3	1	
1	2	4	1	
2	3	3	1	
3	1	3	1	
1	1	4	4	
3	2	3	3	
1	1	1	3	
1	1	4	1	

Paso 5. Preguntas de las Relaciones Interpersonales.

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

184 : Comportarte 2

Calculadora de variables

Variable objetivo: Relaciones

Expresión numérica: Respeto + Insatisfecho + Expresionescoorporales + Incómodo + Haceramigos + Indiferente + Estadosdeánimo + Comportarte + Reservado + Trabajoenequipo + Compartir

Tipo y etiqueta:

Grupo de funciones: Todo, Aritméticas, CDF y CDF no centrada, Conversión, Fechahora actual, Cálculo de fechas

Funciones y variables especiales:

Sj... (condición de selección de caso opcional)

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

Vista de datos Vista de variables

	Atención	Respeto	Insatisfec ho	E: es
2	2	3	1	
2	1	4	1	
1	2	3	1	
2	2	4	2	
3	3	3	1	
1	1	3	1	
2	1	2	1	
4	2	3	1	
4	3	3	1	
3	3	3	3	
4	2	2	1	
2	2	4	2	
2	3	2	3	
1	1	3	1	
1	2	4	1	
2	3	3	1	
3	1	3	1	
1	1	4	4	
3	2	3	3	
1	1	1	3	
1	1	4	1	

Paso 6. Luego obtenemos la sumatoria total de cada variable y de todos los 188 estudiantes.

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

	do	Hacerami gos	Indiferent e	Estadosd eánimo	Comporta rte	Reservad o	Trabajoen equipo	Compartir	Phubbing	Relaciones
1	2	2	2	3	3	2	2	1	27,00	27,00
2	2	1	2	4	3	1	2	3	20,00	20,00
3	1	2	2	3	1	2	3	3	20,00	20,00
4	2	2	3	4	3	3	3	3	24,00	24,00
5	1	1	3	1	1	1	3	3	21,00	21,00
6	1	1	2	4	4	2	4	4	15,00	18,00
7	2	2	2	3	2	2	3	2	19,00	19,00
8	2	2	2	3	3	2	3	3	23,00	24,00
9	2	2	2	3	3	2	3	3	22,00	24,00
10	3	3	3	3	3	3	3	3	22,00	23,00
11	1	2	2	2	3	3	3	2	31,00	32,00
12	2	2	2	3	3	3	2	4	22,00	22,00
13	3	2	2	2	3	2	3	2	27,00	27,00
14	3	3	3	2	3	3	4	3	26,00	26,00
15	3	3	1	2	4	2	2	3	26,00	26,00
16	1	3	3	4	3	1	2	3	29,00	29,00
17	1	2	1	2	2	1	3	3	22,00	29,00
18	2	3	3	4	3	3	3	4	21,00	21,00
19	3	3	3	4	4	2	3	3	26,00	31,00
20	3	3	1	2	1	3	2	1	15,00	15,00
21	1	2	1	3	3	2	4	4	17,00	21,00
22	2	2	2	2	2	2	2	2	21,00	21,00

Paso 7. Procedemos a realizar la correlación entre las dos variables. Por el Método de Spearman.

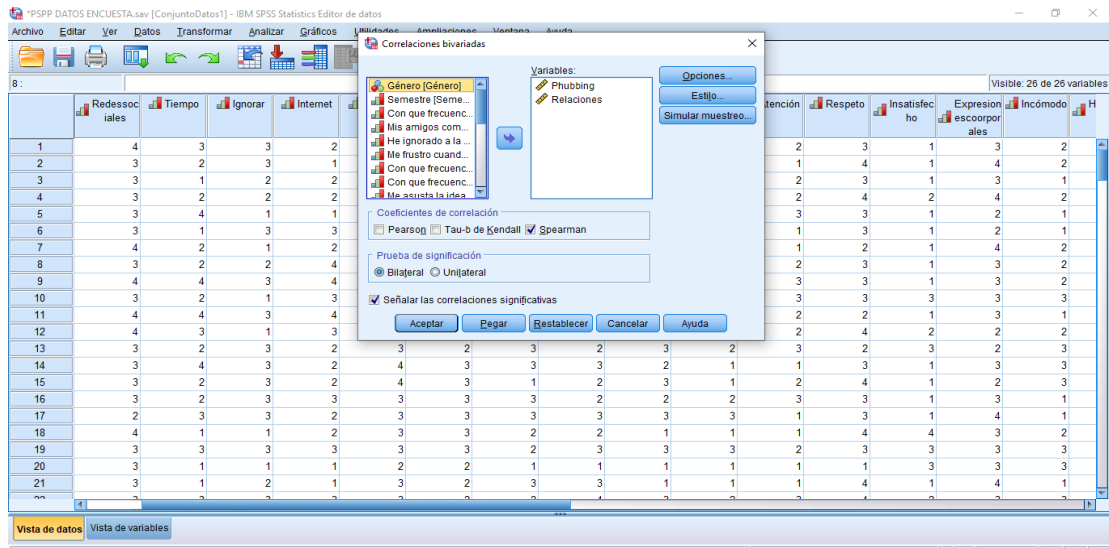
- Seleccionamos analizar, correlaciones y biviariadas.

*PSP DATOS ENCUESTA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Visible: 26 de 26 variables

	Redessoc iales	Tempo	Igr	Bateria	Conversar	Reunión	Dormir	Atención	Respeto	Insatisfec ho	Expresion escorpor ales	Incómodo
1	4	3										
2	3	2		2	2	2	2	2	3	1	3	2
3	3	1		1	2	1	2	1	4	1	4	2
4	3	2		1	3	2	1	2	3	1	3	1
5	3	4		2	2	2	2	2	4	2	4	2
6	3	1		3	3	3	3	3	3	1	2	1
7	4	2		3	3	1	1	1	3	1	2	1
8	3	2		1	1	2	1	2	1	2	4	2
9	4	4		1	2	4	2	3	1	3	2	
10	3	2		2	4	3	3	3	3	3	3	3
11	4	4		4	4	3	2	4	2	2	1	3
12	4	3		2	2	3	3	2	2	4	2	2
13	3	2		2	3	2	3	2	3	2	3	3
14	3	4		3	3	3	2	1	1	3	1	3
15	3	2		3	1	2	3	1	2	4	1	2
16	3	2		3	3	2	2	2	3	3	1	3
17	2	3		3	3	3	3	3	1	3	1	4
18	4	1		3	2	2	1	1	1	4	4	3
19	3	3		3	2	3	3	2	3	3	3	3
20	3	1		2	1	1	1	1	1	3	3	3
21	3	1		2	3	3	1	1	1	4	1	4

- Escogemos las dos variables y seleccionamos método de Spearman.



Resultados

Correlaciones			Phubbing	Relaciones
Rho de Spearman	Phubbing	Coefficiente de correlación	1,000	,782**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	188	188
	Relaciones	Coefficiente de correlación	,782**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	188	188

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 24. Correlación de Spearman

Fuente: Encuestas del Phubbing y las Relaciones Interpersonales.

Elaborado por: Karen Tovar

3.2.7. Decisión

Al analizar la tabla que nos entrega el SPSS, observamos que se establece una correlación positiva alta de (0,782), entre el phubbing y las relaciones interpersonales, esto quiere decir que a mayor phubbing mayor será su repercusión en las relaciones interpersonales, y al mirar el nivel de significación, notamos que es de (0,00) por lo que se cumple que sea menor a (0,05), dato que indica que la hipótesis H0 se refuta.

Por lo tanto, se aprueba la hipótesis H1= el phubbing si influye en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la carrera de Trabajo Social.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Finalizada la investigación sobre el phubbing y las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato, se llega a las siguientes conclusiones:

- El phubbing se ha convertido en un acto muy común, debido a que gran parte de las personas lo realiza hoy en día, en reuniones familiares, de trabajo y con amigos, en la casa, en el cine, en la cafetería, en restaurants, en los salones de clase, es decir en todos los espacios en los que se desenvuelve una persona. Fenómeno social que perjudica de manera directa las interacciones sociales, además de tener cierta influencia en el rendimiento escolar y el aislamiento social.
- Al analizar los datos de la encuesta se determinó que un 96,28% correspondiente a 181 estudiantes revisan su celular con una frecuencia de casi siempre y siempre, datos que alertan sobre la necesidad de hacer y promover un uso responsable del teléfono móvil.
- El abuso en el uso de las tecnologías como refleja un porcentaje considerable de estudiantes puede ocasionar graves problemas, considerando que hoy en día una gran parte de los jóvenes, se frustran o enojan cuando no tienen su celular o acceso a internet, se desesperan cuando se les acaba la batería del celular, además prefieren perder horas de sueño con tal de estar revisando su celular y cuando se encuentran en una reunión optan por usar el celular a relacionarse, son estos aspectos que producen a la larga daños a nivel físico como problemas de audición, problemas oculares, síndrome del cuello roto, tendinitis, insomnio, entre otros, a nivel psicológico: ansiedad, depresión,

estrés y diferentes patologías y finalmente social como: el enfriamiento de las relaciones, inconvenientes familiares y de pareja. Pero el problema más grave y que engloba todos estos aspectos es la adicción, dado que el celular también se convierte como cualquier otra droga estimulante, en un problema grave de tratar.

- El phubbing de cierta forma incita el aislamiento social, como se refleja en los datos obtenidos por medio de la encuesta, en donde un 52,13% de estudiantes ha ignorado a una o varias personas a su alrededor por prestarle mayor atención a su celular, además un 63,90% expresa que no intentan comprender como se sienten los demás, asimismo un 45,75% les cuesta trabajo hacer nuevos amigos y finalmente un 68,08% no son sinceros en su forma de comportarse en grupo, estos criterios ponen en manifiesto que, aunque involuntariamente las acciones que la persona realiza, la aleja de su entorno y por consiguiente de las personas que la rodean. Hay que recalcar que estos individuos se convierten en personas vulnerables a tener una baja autoestima y caer en un cuadro de depresión, debido a que no llegan a encajar en un grupo social.
- La comunicación es un proceso vital para el desarrollo individual y social de la persona, en la actualidad el teléfono se convierte en un medio de comunicación de uso masivo, especialmente por los más jóvenes, donde el mantener una conversación cara a cara queda en segundo plano, como se muestra en los resultados de la encuesta aplicada en esta investigación, donde la mayor parte de los estudiantes prefieren mantener una conversación por medio del celular a que físicamente, estos son indicadores que inciden en que hoy en día los individuos no puedan o se les haga complicado encontrarle significado a las expresiones corporales: gestos faciales, ademanes, tono de voz y el silencio de los otros, además de que a la larga esto, puede ocasionar dificultades en entablar y mantener vínculos sociales duraderos y significativos.

RECOMENDACIONES

En base a lo identificado en la investigación, salvo el mejor criterio se recomienda:

- Es necesario informar y sensibilizar a los estudiantes acerca de los peligros del uso inadecuado del celular y de este fenómeno social llamado phubbing, además de promover su uso positivo y responsable.
- A los docentes de la Carrera de Trabajo Social se les recomienda establecer reglas estrictas con respecto al uso del celular en las horas de clase, además de poner en práctica estrategias que impliquen incentivar a los estudiantes a que no utilizan su teléfono.
- Coordinar con el DIBESAU, especialmente con el área de Trabajo Social, Psicología y Medicina para que realicen talleres con estudiantes y docentes con el objetivo de informar sobre los riesgos biopsicosociales que ocasiona el uso inadecuado del celular y orientar a su buen uso.
- Se recomienda a los estudiantes realizar acciones, donde se establezcan reglas y límites sobre el uso de su celular, para así combatir el phubbing y mejorar sus habilidades sociales. Además de incentivar a las personas cercanas a ellos como: familiares, amigos y compañeros a que también sean partícipes de esta iniciativa.
- Organizar a los estudiantes y docentes de Carrera de Trabajo Social para que realicen actividades lúdicas que promuevan temas como: la importancia de la comunicación cara a cara y las relaciones interpersonales.

BIBLIOGRAFÍA

1. Chávez Sánchez, E., & Toala Zavala, M. (2017). Incidencia del phubbing dentro de la comunicación interpersonal en los adolescentes de 1ro y 2do de bachillerato de la Unidad Educativa “Ficoa de Montalvo” en la Ciudad de Guayaquil. Guayaquil, Ecuador.
2. González Rivera, J., Segura Abreu, L., & Urbistondo Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones*, 81-91.
3. Arab, E., & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Medica Clinica Condes*, 9.
4. Asfora, A. (2015). Acto, conducta y comportamiento. *Trazos*.
5. Balseca Zambrano, F. (2018). Influencia de las redes sociales en los hábitos de estudio de los estudiantes de 8vo, 9no y 10mo año de Educación General Básica en el Colegio “Alangasí” de la ciudad de Quito en el año lectivo 2016-2017. Quito, Ecuador.
6. Barrios Borjas, D., Bejar Ramos, V., & Cauchos Mora, V. (2017). Excessive use of Smartphones/cell phones: Phubbing and Nomofobia. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*.
7. BBC Mundo. (7 de Octubre de 2010). Latinoamérica es el segundo mercado de celulares más grande del mundo.
8. Beiza, A. (2012). Las relaciones interpersonales como herramienta esencial para optimizar el clima organizacional en la Escuela Básica Nacional "Creación Chaguaramos II". Valencia.
9. Benítez, L., Cortés, E., & Hernández, C. (2016). *El aislamiento social como consecuencia del uso excesivo de internet y móviles en adolescentes*. Obtenido de <https://pdfs.semanticscholar.org/0e70/67a884d8b7fa3bdd74f8ecdf33458a8fa761.pdf>
10. Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia*.
11. Berríos, R. (2015). *Grupos Focales*. Obtenido de <https://docplayer.es/51827453-Dr-reinaldo-berrios-rivera.html>

12. Bohórquez, C. (2014). Percepción de Amistad en Adolescentes: el Papel de las Redes Sociales. *Scielo*.
13. Borja, D., & Luzuriaga, D. (2010). “Importancia de considerar las inteligencias intrapersonal e interpersonal en el desarrollo Integral de los niños y niñas en etapa escolar” . Cuenca, Ecuador.
14. Bórquez, D. A. (2009). Interés y desinterés de las alumnas de la Escuela municipal Francia de Valdivia por la clase de Educación Física. Valdivia, Chile.
15. Brody, J. (2017). Adictos a nuestros celulares. *Nytimes*.
16. Cabero, J. (1994). Nuevas tecnologías, comunicación y educación. *Redalyc*.
17. Canabal, F. (2014). Foro de Discusión. Tabasco.
18. Canqueri Chambi , A., & Salhua Charcahuana , V. (2018). Influencia del uso del teléfono móvil en las relaciones interpersonales de los estudiantes comensales del Comedor José Buenaventura De La Universidad Nacional De San Agustín, Arequipa 2018. Arequipa.
19. Capilla Garrido, E., & Cubo Delgado, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Redalyc*.
20. Chévez, N., & Martel, R. (2005). Definición de Campañas y Normas que Rigen a una Campaña. El Salvador.
21. Colegio de Ciencias y Humanidades. (2016). La Nomofobia en la Adolescencia. México.
22. Cornejo, M., & Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. Fundamentos en Humanidades. *Redalyc*.
23. Curiel, L. (2012). Elementos de una campaña de marketing social para la promoción de la Mediateca municipal de Soyo, Angola. *Revista de Arquitectura e Ingeniería*, 8.
24. Díaz, C. (2010). Relaciones Sociales en la escuela. *Innovación y experiencias educativas*.
25. Dirección de Comunicación Corporativa. (2014). Tecnicas de Comunicación Oral.
26. Domínguez, M. B., Caussa, A., Montenegro, M., & Rodríguez, I. (2007). *Psicología Social de los Problemas Sociales*. Barcelona: Eureka Media S.L.

27. Domínguez, Y. S. (2007). *El análisis de información y las investigaciones cuantitativa y cualitativa*. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/214/21433320.pdf>
28. Echeburúa, E., & Paz, d. C. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Redalyc*.
29. Egg, E. A. (2017). *Diccionario de Trabajo Social*. Obtenido de <http://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Diccionario-de-trabajo-social-Ander-Egg-Ezequiel.pdf>
30. El Telégrafo. (2014). Nacen campañas para desconectarse de los dispositivos móviles.
31. Estupiñan, J. C. (2009). “Influencia de la Telefonía Móvil en los cambios Culturales y Sociales de los Jóvenes de la Universidad Javeriana en Bogotá – Colombia, Periodo 2003 - 2007”. Bogotá.
32. Fariñas, L. (24 de abril de 2016). ¿Adicciones tecnológicas en los más jóvenes? *Gamma*.
33. Fernández, A. (2014). *Interactividad y Redes Sociales*. Madrid : ACCI.
34. Fernández, A. B., & Fernandez, I. R. (2014). LOS ADOLESCENTES Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES. *Redalyc*.
35. Flores, M. (2013). Aplicación de un programa de habilidades psicosociales basado en el autoconocimiento para fortalecer las relaciones interpersonales de los niños y niñas de tercer grado de primaria de la I.E.P. Marvista, Paita, 2013. Perú, Piura.
36. Galarsi, M. F., Medina, A., Lezedma, C., & Zanin, L. (2012). Comportamiento, historia y evolución. *Redalyc*.
37. García, C. M., Rupérez, P. C., & Angrehs, R. (2011). *Habilidades Sociales*. Editorial Paraninfo.
38. García, V., & Fabila , A. (2014). Nomofilia vs. Nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. un tema pendiente para los estudios en comunicación. *redalyc*.
39. Gil, M. N., & Ramírez, F. (1990). Relaciones interpersonales del adolescente escolarizado de la ciudad de Medellín. Medellín, Colombia.
40. Gonzáles, I. (2013). Los peligros del phubbing. *Holadoctor*.
41. González, E. (2013). *Uso de internet en los estudiantes de la preparatoria no*.

II. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/3490/1/1080256733.pdf>

42. González, R. P. (2014). La lúdica como estrategia didáctica. Bogotá, Colombia.
43. Gutierrez Sandoval, M., & López Pulido, L. (2016). Phubbing: conectados@aislados:Evidencia de una práctica emergente que incide en los procesos comunicativos. Bogotá, Pereira, Colombia.
44. Hernández, A. (2004). Proyecto de Vida como categoria basica de interpretacion de la identidad individual y social. La Habana: CIPS, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
45. Herrero, S. S. (2016). *Habilidades Sociales*. España: Sintesis S.A.
46. Holst Morales, I., Barrera, Y., Gómez Veytia , G., & Degante González , A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. *Vertientes*.
47. Horcajadas, F. A., Barreiro, C., Berdullas, J., Iraurgi, I., Llorente, J., López, A., . . . Villanueva, V. J. (2011). *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación*. Valencia: Martín Impresores, S.L.
48. INEC. (2017). Tecnologías de la Información y Comunicación. Ecuador.
49. Jiménez, A., & Pantoja , V. (2017). Autoestima y Relaciones Interpersonales en Sujetos Adictos a Internet. *Psicología*.
50. Juan A. González Rivera, L. S. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones*.
51. Juárez, G. (octubre de 2017). "El uso de dispositivos móviles y su influencia en la comunicación familiar". Guatemala.
52. Junquera, C. (2015). Desconectados del entorno y conectados a la red: tan cerca pero tan lejos. *Kubernetica*.
53. Leonel, A., Liliana, P., & Carla, V. (2008). El desarrollo personal en el proceso de crecimiento individual. *Redalyc*.
54. *Ley Orgánica de Educación Superior*. (2018). Obtenido de <http://akacdn.uce.edu.ec/ares/tmp/Elecciones/2%20LOES.pdf>
55. López, A. (2013). Los grupos Focales. Puerto Rico.
56. López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Redalyc*.
57. López, J. P. (2016). El fenomeno social phubbing y las relaciones

- interpersonales en jóvenes universitarios de la Facultad De Comunicación Social De La Jornada Nocturna. Bogotá.
58. López, P. L. (2004). Población muestra y muestreo. *Scielo*.
 59. Martínez, H. (2012). *Metodología de la investigación con enfoque en competencias*. Obtenido de https://issuu.com/mixijonguitud/docs/metodolog__a_de_la_investigaci__n_
 60. Martínez, J. J., & Cortez, J. (Noviembre de 2017). Redes sociales: impacto de relaciones interpersonales en estudiantes de la escuela de Ciencias Sociales (San Salvador, 2017). San Salvador, El Sanvador.
 61. Mendoza, M. I. (2014). El teléfono celular como mediador en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Redalyc*.
 62. Millan, M. O. (2018). *Habilidades Sociales*. Editex.
 63. Minta, L. V. (2017). El phubbing y la comunicación familiar en los estudiantes del segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa de Personas con Escolaridad Inconclusa Monseñor Leonidas Proaño Extensión Salcedo”. Ambato, Ecuador.
 64. Monge, J. (2017). Calidad de las relaciones interpersonales y su relación con el nivel de desempeño laboral de las enfermeras en el servicio de emergencia adulto del Hospital Nacional Cayetano Heredia. Lima, Perú.
 65. Morales, J. V. (Enero de 2018). Phubbing y habilidades sociales. Quetzaltenango.
 66. Moreno, M. (2003). *Filosofía Del Lenguaje, Logica, Filosofía de la Ciencia Y Metafísica*. España: MAD S.L.
 67. Moreno, V. (2013). *Mantenimiento y mejora de las actividades diarias de personas dependientes en instituciones*. Ic Editorial.
 68. Moyano, A. M. (2014). Relaciones sociales en contextos organizacionales. Colombia.
 69. Obregón, M. (2015). *Phubbing y las relaciones interpersonales en adolescentes*. Obtenido de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Obregon-Maria.pdf>
 70. Ocampo, M. C. (2017). *Métodos de Investigación Académica*. Obtenido de <http://repositorio.ucr.ac.cr/bitstream/handle/10669/76783/Campos%20Ocampo%20Melvin.%202017.%20M%C3%A9todos%20de%20Investigaci%C3>

B3n%20acad%C3%A9mica.%20%28versi%C3%B3n%201.1%29.%20Sede%20de%20Occidente%2C%20UCR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

71. Ortega, R. (Julio de 2009). Análisis de la problemática de interconexión en Ecuador entre los sistemas troncalizados y las redes telefónicas fijas y celulares. Quito, Ecuador.
72. Ortiz, S., & Peña, L. (2013). La interacción social como una forma de abordar y reforzar la empatía, filiación y proximidad de los estudiantes de ciclo ii con sus pares, acudientes y docentes del C.E.D. Villas del Progreso Sede A. Bogotá, Colombia.
73. Palade, I. (2016). Impacto de los smartphones en el ámbito laboral. España.
74. Pazmiño, P. (2010). El impacto de las redes sociales y el internet en la formación de los jóvenes de la Universidad Politécnica Salesiana: Caso carrera de Comunicación Social Sede Quito. Quito, Ecuador.
75. Pedrero Pérez , E., Rodríguez Monje , M., & Ruíz Sanchés, J. (2012). Adicción o abuso del teléfono móvil. *Redalyc*.
76. Peñafiel, E., & Serrano, C. (2010). *Habilidades Sociales*. EDITEX.
77. Pérez, M. T. (2016). ¿Qué son las adicciones? *Cátedra*.
78. Piloso, J. (Febrero de 2018). *Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales en los adolescentes de las unidades educativas*.
79. Prócel, G. (2012). *Importancia de las relaciones interpersonales en el ámbito laboral*. Obtenido de <http://urci.espe.edu.ec/wp-content/uploads/2012/09/Conferencia-lunes-10-SEP-12.pdf>
80. Rizo, M. (2006). George Simmel, Sociabilidad e Interacción: Aportes a la ciencia de la comunicación. México.
81. Roberto, C. P. (2017). *Diseño de la escala de Phubbing en estudiantes universitarios de 18 a 24 años de Lima Norte, 2017*. Obtenido de <file:///E:/encuesta%20phubbing%20vale%202.pdf>
82. Robles, P. (2014). Propiedades contextuales del discurso académicoscientífico: la conferencia y sus variantes. Roma.
83. Roca, E. (2014). Como mejorar tus habilidades Sociales. Valencia: ACDE Ediciones.
84. Rodríguez Jiménez, A., & Pérez Jacinto, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Redalyc*.

85. Rosell, M. M. (2015). Jóvenes y Redes Sociales. España.
86. Sampieri, R. H., Fernández, C., & Baptista, M. d. (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mc Graw Hill.
87. Sánchez, E. (2018). El castigo de la indiferencia. *la mentees maravillosa*.
88. Segredo, A. (2007). *Los Grupos sociales y los colectivos en la comunidad*.
Obtenido de
https://www.researchgate.net/publication/302930003_Los_Grupos_sociales_y_los_colectivos_en_la_comunidad
89. Solano, R. J. (2015). Las redes sociales y su influencia en las relaciones interpersonales de los adolescentes entre 15 y 16 años del Colegio Mixto Particular UPSE del Cantón La Libertad, provincia de Santa Elena, Año Lectivo 2014 - 2015. La Libertad, Ecuador.
90. Subiela García, J. A., Abellón Ruiz, J., Celdrán Baños, A., Manzanares Lázaro, J. Á., & Satorres Ramis, B. (2013). La importancia de la Escucha Activa en la intervención Enfermera. *Scielo*.
91. Tocoa, K. (2016). Red de Computadoras. *Medium*.
92. Terán, A. (2019). Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías. Madrid: Lúa Adicciones.
93. Thompson, I. (2008). *Definición de Información*. Obtenido de https://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_md/pos/MD/MM/AM/01/Definicion_de_Informacion.pdf
94. Torres, M. (2014). Las Habilidades Sociales un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria. Granada.
95. UNIDEP. (2011). Las normas: concepto, características y clasificación. México.
96. Universidad Autónoma del Estado de México. (2018). Phubbing y género en un sector académico en Quito: Uso, abuso e interferencia de la tecnología. *Redalyc*.
97. Universidad de Alicante. (2009). *La Atención*. Obtenido de <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12917/2/Tema%202.%20Atenci%C3%B3n.pdf>
98. Universidad Técnica de Ambato. (2013). *Estatuto de la Universidad Técnica de Ambato aprobado por el Consejo de Educación Superior, CES*. Obtenido de

<https://si.uta.edu.ec/posgrado/archivos/estatuto.pdf>

99. Universidad Técnica de Ambato. (2018). Código de Ética . Ambato, Ecuador.
100. UPCCA. (2017). *Los Hábitos. Que son y como se forman*. Obtenido de <http://www.alfaradelpatriarca.es/wp-content/uploads/2017/12/QUE-SON-LOS-H%C3%81BITOS.pdf>
101. Ureña, A., Ferrari, A., Blanco, D., & Valdecasa, E. (2011). Las Redes Sociales en Internet. *ONTSI*.
102. Valdez, L., Quezada, L., Expósito, M., & Grundmann, G. (2001). *Preparación y ejecución de talleres de capacitación : una guía práctica*. Centro Cultural Poveda.
103. Valencia, E. (Agosto-Septiembre de 2010). CONDUCTA HUMANA Y BIENESTAR SOCIAL.
104. Valverde, H. (2003). *Aprendo Haciendo*. Costa Rica: EUNED.
105. Vargas, Y. Y. (2017). El phubbing y las relaciones interpersonales en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “San Alberto Magno” de Moniquirá, Boyacá, Colombia – 2017. Boyacá, Moniquirá, Colombia.
106. Vásquez, C. (2018). Habilidades socioemocionales: Una consideración socioformativa. *CISFOR*.
107. Vasquez, J. (2018). Relaciones interpersonales y motivación laboral en los docentes de la institución educativa N° 80382 Carlos Alberto Olivares. Chepén - 2017. Perú.
108. Velásquez, J. (2008). La indiferencia como síntoma social. *Virtualia*.
109. Velasquez, L. (2018). *Las trece clases del Desarrollo Personal Integral* . España: Lantia Publishing S.L.
110. Verza, F., & Wagner, A. (2010). Uso del Teléfono Móvil, Juventud y Familia: Un Panorama de la Realidad Brasileña. *Redalyc*.

ANEXOS

ANEXO 1

PROPUESTA

Tema:

Diseño de una campaña, para evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing, dirigida a los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.

Datos Informativos:

Institución Ejecutora: Universidad Técnica de Ambato

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Dirección: Huachi Chico

Beneficiarios Directos: Estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato.

Responsables indirectos: Comunidad Universitaria.

Responsable: Karen Micaela Tovar Heredia

Directora del proyecto: Msc. Anita Espín

Tipo de proyecto: Social

Tiempo estimado de ejecución: 4 meses

Antecedentes de la Propuesta

El phubbing es un fenómeno social que apareció como resultado de los avances tecnológicos y de la popularización de los teléfonos inteligentes, este acto descortés de priorizar el teléfono, no solo puede resultar molesto o incomodo, sino que puede acarrear varios inconvenientes a nivel físico, psicológico y social, que desconectan completamente a la persona de la realidad.

El término Phubbing cobra relevancia en el año 2012 gracias a la agencia de publicidad McCann en Melbourne, donde se llevó a cabo la campaña “Stop Phubbing” ideada por el joven australiano, Alex Haigh de 23 años y creada por una

serie de expertos de la misma. (Vargas, 2017, pág. 33).

El phubbing tiene que ver con el exceso del uso de la tecnología y como esta ha interferido con otras actividades cotidianas, perturbando las relaciones sociales y familiares, una persona que sea incapaz de dejar el uso de la tecnología específicamente el celular y que sienta malestar cuando no se puede conectar, esta frente a un problema de adicción, el cual impedirá una buena comunicación cara a cara que terminará convirtiéndose en un impedimento en las relaciones y en un paso crucial para el aislamiento social. (Obregón, 2015, pág. 13)

Como el phubbing, ya es considerado como un problema evidente, varias son las acciones que se han realizado en torno a este fenómeno social, empezando a nivel mundial con la campaña que hizo famoso a este término, hasta llegar a ser visible en diferentes establecimientos educativos del país, donde también se han llevado a cabo ciertas actividades que ayuden a contrarrestar este problema.

Entre las campañas que han ejecutado en el país con el objetivo de promover el uso responsable de los celulares, se encuentran: Motorola con su lema “Phone-Life Balance” (equilibrio entre la vida y el teléfono), el Colegio Delta de Guayaquil “Batería baja, una barra más cerca de la realidad”, también la UEES se une a esta causa y crea la campaña ‘Desconéctate para conectarte’. Todas estas son iniciativas que persiguen un mismo fin, resolver esta problemática que tanto está afectando a las personas y al contexto en el que se desenvuelven. (El Telégrafo, 2014)

En la Universidad Técnica de Ambato todavía se desconoce de este fenómeno y de cómo este afecta la vida de los estudiantes e incluso docentes, por ello es que no se han tomado medidas para contrarrestarlo, es una situación que aun por la mayoría es considerada como normal, más no como realmente es, un problema social que puede ocasionar daños físicos, psicológicos y sociales.

Justificación

De acuerdo a los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato, se ha visto la necesidad de ejecutar una campaña social, que contará con diferentes actividades encaminadas a socializar y promover acciones para evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing.

El diagnóstico de la presente investigación permite determinar que los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato, presentan índices considerables de phubbing como lo determina la tercera pregunta de la encuesta, en la que un 52,13% de estudiantes, han ignorado a la persona que se encuentra alado por prestar atención a su celular, de igual forma nos permiten establecer que el phubbing si incita al aislamiento social, razón por la cual varios de los reactivos evaluados se constituyen en indicadores de esta problemática, como el que un 60,64% de los estudiantes expresan que prefieren conversar por el celular a que mantener una conversación cara a cara, de igual forma un 59,04% que con frecuencia usan su celular cuando estan en una reunión con familiares o amigos, y un 81,38 que no escuchan ni respetan las opiniones de sus iguales aun mas, si son distintas a las suyas y finalmente un 56,91 que permanecen indiferentes ante los sentimientos y emociones que expresan sus compañeros. Todos estas acciones voluntarias e involuntarias inciden para que la persona vaya creando brechas en sus relaciones y que por consiguiente aleje a las personas de su alrededor.

Es por estos resultados que se ve la necesidad de llevar a cabo acciones que permitan socializar y concientizar a los estudiantes universitarios y por ende a su entorno, sobre el uso adecuado del celular y la importancia de las relaciones.

Cabe recalcar que cada sociedad debe resolver diferentes problemas sociales, para lo cual elige distintas alternativas de solución. Este deseo se traduce en el desarrollo de campañas sociales que tienen como objetivo modificar las actitudes y la conducta de las personas que integran la sociedad. En razón de que las campañas son uno de los medios más eficaces disponibles para fomentar la sensibilización acerca de una causa

cualquiera. (Curiel, 2012)

Por esta razón se propone la idea de llevar a cabo una campaña social con varias actividades, que permitan persuadir a los estudiantes, para que acepten, modifiquen o eliminen de su vida ciertas ideas, prácticas y conductas, que lo único que buscan es afectar su bienestar.

Las campañas de cambio social tienen gran importancia dentro del desarrollo de los diferentes procesos sociales. Son muy empleadas a la hora de realizar transformaciones que busquen abarcar a la sociedad en su conjunto. (Curiel, 2012)

Objetivo General

- Diseñar una campaña para evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing, dirigida a los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.

Objetivos Específicos

- Determinar las temáticas, las actividades y recursos que formaran parte de la campaña, a través de investigación bibliográfica y el asesoramiento de especialistas.
- Ejecutar la campaña, para evitar el aislamiento social ocasionado por el phubbing.
- Evaluar el impacto de las acciones realizadas en la campaña.

Análisis de Factibilidad

La implementación de esta propuesta, es factible porque existe el apoyo de las autoridades de la Universidad Técnica de Ambato, que buscan siempre velar por el bienestar de sus estudiantes, mediante acciones que mejoren su calidad de vida, además se dispone con los recursos materiales, económicos y humanos para la

ejecución de la campaña, de igual forma como componente crucial se cuenta con el apoyo de la Dirección de Bienestar Estudiantil y Asistencia Universitaria.

Factibilidad Económica

Hay una factibilidad económica, porque esta campaña formará parte de los proyectos que lleva a cabo el DIBESAU. Y para estos la Universidad Técnica de Ambato, asigna un presupuesto.

La Universidad Técnica de Ambato fijará un presupuesto especial del 0.3 % del presupuesto general asignado a Institución con el propósito de garantizar el funcionamiento y cumplimiento de las actividades de la Dirección de Bienestar Estudiantil y Asistencia Universitaria. (Universidad Técnica de Ambato, 2013)

Factibilidad Legal

La propuesta es factible ya que, en todos los aspectos relacionados con la Constitución de la República del Ecuador, La Ley Orgánica de Educación Superior y leyes afines no existen artículos o impedimentos legales que prohíban la realización de esta campaña.

Factibilidad Organizacional

Es factible porque se cuenta con el apoyo de la Universidad para la realización de la propuesta, además la entidad según su organigrama cuenta con un Dpto. de Bienestar Estudiantil que tiene como objetivo realizar o emprender actividades para garantizar el bienestar integral de los estudiantes y el fortalecimiento de la gestión institucional.

Hay una factibilidad a nivel organizacional porque, el trabajo va a ser multidisciplinario entre los profesionales del DIBESAU (Trabajador/a Social, Psicólogo/a Clínico/a y Psicólogo/a Educativo/a), la Coordinadora de la Carrera de Trabajo Social y los docentes. Lo que garantizará que el efecto de la campaña sea

positiva ya que, contribuirá a un desarrollo integral de los estudiantes, promoverá el respeto hacia a los demás, todo esto sustentado en las normas de convivencia de la Universidad Técnica de Ambato.

Fundamentación Legal

La propuesta planteada, tiene como sustento legal a la Constitución de la República del Ecuador (2018).

Que, el Art. 27 de la Constitución vigente establece que la educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respecto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. (Ley Orgánica de Educación Superior, 2018)

Fundamentación Tecno-Científica

Campaña

En otras palabras, una campaña es un conjunto de eventos programados para alcanzar un objetivo. Una campaña se diseña, como parte de una estrategia, para lograr un conjunto de objetivos y resolver algún problema crucial. Lo que hace que un grupo de mensajes constituya una campaña es su origen en una misma estrategia. (Chávez & Martel, 2005)

Tipos de Campañas

Larson (1986) clasifica a las campañas, según su contenido, en tres tipos: comerciales, políticas y de acción social.

- **Campañas Comerciales**

Son aquellas donde hay un interés económico explícito y son dedicadas a la comercialización de bienes y servicios.

- **Campañas políticas**

A diferencia de las campañas comerciales donde hay un interés económico explícito, existen las campañas donde principalmente se promueven ideas, personas, ideologías, credos. A este tipo de campañas se les llama propaganda.

- **Campañas de acción social**

También denominadas cívicas o de bien público. Se llaman así las campañas realizadas por entidades sin ánimo de lucro, por empresas que se colocan en un papel similar o instituciones gubernamentales. Con frecuencia los gobiernos, fabricantes o entidades de servicio a la comunidad o caritativas, u otras asociaciones, buscan cambiar actitudes mediante la oferta de satisfactores diferentes a un producto rentable: cultura, turismo, educación, salud. Sus fines son altruistas, invitan a obrar, a congregarse alrededor de causas importantes para conglomerados sociales. (Curiel, 2012)

- **Campaña Social**

Las campañas de cambio social son el esfuerzo organizado dirigido por un grupo agente de cambio, que intenta persuadir a otros (adoptantes objetivo) para que acepten, modifiquen o abandonen determinadas ideas, actitudes, prácticas y conductas. Tienen gran importancia dentro del desarrollo de los diferentes procesos sociales. Son muy empleadas a la hora de realizar transformaciones que busquen abarcar a la sociedad en su conjunto. (Curiel, 2012)

Conferencia

Reunión de personas que escuchan frente a frente la información que otra proporciona. (Dirección de Comunicación Corporativa, 2014)

La conferencia o lección magistral es el género oral-auditivo por excelencia del mundo académico” y tiene por finalidad la transmisión, con fines instructivos, de información, saberes, ideas o sentimientos a un auditorio, formado por estudiantes, cursillistas o público en general. (Robles, 2014)

Características

La comunicación, durante la exposición, se da en solo un sentido, los oyentes, al final de la exposición pueden hacer uso de la palabra en forma oral o escrita, aclarar puntos, dudas o hacer un planteamiento distinto, el expositor puede hacer uso de ayudas audiovisuales, puede desplazarse por el estrado y la exposición no debe sobrepasar de la hora ni ser menor de veinte minutos. (Dirección de Comunicación Corporativa, 2014)

Foro

Grupo que discute un tema, hecho o problema, conducido por un moderador o coordinador. (Dirección de Comunicación Corporativa, 2014)

Un foro es un espacio abierto para la discusión de temas específicos, con el propósito de que grupos de intereses comunes interactúen intercambiando ideas, teorías y opiniones. (Canabal, 2014)

Características

Libre expresión de ideas y opiniones de todos los integrantes, permite la discusión de cualquier tema, es informal. (Dirección de Comunicación Corporativa, 2014)

Organización

El coordinador inicia el foro explicando con precisión cuál es el problema para discutir, señala las reglas del juego, vencido el tiempo y agotado el tema, el coordinador hace una síntesis de las opiniones expuestas y extrae las posibles conclusiones. (Dirección de Comunicación Corporativa, 2014)

Taller

El taller es una situación privilegiada de aprendizaje. Su propósito principal es reflexionar sistemáticamente sobre conocimientos, valores, actitudes y prácticas que se tienen sobre determinada problemática en un grupo o una comunidad y que se expresa en la vida diaria de cada persona participante. (Valdez, Quezada, Expósito, & Grundmann, 2001)

El taller estimula la reflexión y búsqueda de alternativas de soluciones de las problemáticas que afectan la calidad de vida individual o colectiva. Además, posibilita la construcción de aprendizajes sobre la base de la capacidad y oportunidad que tienen las personas de reflexionar en grupo sobre sus propias experiencias. El proceso de aprendizaje se completa con el regreso a la práctica para transformarla, poniendo en juego los elementos adquiridos en el proceso. (Valdez, Quezada, Expósito, & Grundmann, 2001)

Grupo Focal

Un grupo focal se conforma con un conjunto de personas en calidad de informantes, organizadores alrededor de un tema propuesto por el investigador, quien además de seleccionarlos, coordina sus procesos de interacción, discusión y elaboración de acuerdos, en un mismo espacio y en un tiempo definido. (Berríos, 2015)

Características

Según López (2013), un grupo focal debe tener las siguientes características:

- Típicamente se componen de 6 a 10 personas, pero el tamaño puede variar entre 3 y 4 participantes hasta 12.
- Se llevan a cabo en serie, múltiples grupos con participantes similares son necesarios para detectar patrones y tendencias.
- Los participantes son homogéneos y preferiblemente por personas que no se conocen. La familiaridad inhibe la participación.

Organización de un Grupo Focal

Según López (2013), los pasos para establecer un grupo focal, son los siguientes:

- Organice y planifique las preguntas (4 o 5 preguntas si es estructurado el grupo, sino 2 o 3 es más que suficiente).
- Determine cuántas sesiones aproximadamente necesitará (3 a 5 sesiones) y en qué lugar se reunirán.
- Seleccione los participantes (6 a 12 personas) y cite los mismos a un lugar amplio y apropiado. Seleccione personas homogéneas en términos de género, edad, raza, entre otros, pero que no piensen igual con respecto al tópico que se va a discutir.
- Separe aproximadamente 2 horas para un grupo focal, aunque usted planifica para 90 minutos, dejando tiempo adicional por si se prolonga la discusión.

Actividades lúdicas

Lo lúdico es el juego connatural del ser humano que le presenta la posibilidad de potenciar sus habilidades y de conocer de forma agradable y generalmente divertida. (González R. P., 2014)

Las actividades lúdicas mejoran la motivación, atención, concentración, potencia la adquisición de información y el aprendizaje generando nuevos conocimientos. En su accionar vivencial y por su alta interacción con otros y con el medio aumenta la capacidad al cambio, de recordar y de relacionarse dentro de ambientes posibilitantes, flexibles y fluidos. (González R. P., 2014)

Metodología

La metodología que se implementará es el Modelo Operativo, el cual se desarrolla mediante actividades, de participación y cooperación es este caso: del equipo multidisciplinario del DIBESAU, los docentes y estudiantes de la Carrera de Trabajo Social. Las actividades se desarrollarán en 3 fases, de la siguiente manera:

MODELO OPERATIVO DE LA PROPUESTA

CAMPAÑA SOCIAL “DESCONECTATE Y COMPARTE”

DESCRIPCIÓN	OBJETIVO	CONTENIDOS	RESPONSABLES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p align="center"><u>FASE 1</u> PLANIFICACIÓN</p>	<p>Determinar las temáticas, las actividades y recursos que formaran parte de la campaña, a través de investigación bibliográfica y el asesoramiento de especialistas.</p>	<p align="center"><u>ACTIVIDAD 1</u></p> <p>Socializar la idea de la campaña al DIBESAU.</p> <p align="center"><u>ACTIVIDAD 2</u></p> <p>Concretar las temáticas, recursos y responsables de cada una de las actividades de la campaña.</p> <p align="center"><u>ACTIVIDAD 3</u></p> <p>Presentar y coordinar la campaña con las autoridades de la facultad, la coordinadora de la Carrera y los docentes.</p>	<p>Trabajador/a Social y Psicólogo/a DIBESAU</p> <p>Investigadora</p>	<p>Proyecto Desarrollado Observación Escucha Activa Empatía Adecuada Oralidad</p>
	<p>Ejecutar la campaña, para evitar el aislamiento social y el</p>	<p align="center"><u>ACTIVIDAD 1</u></p> <p>Realizar una conferencia de socialización y concientización.</p> <p align="center">“El phubbing y las relaciones interpersonales”</p> <p align="center"><u>ACTIVIDAD 2</u></p>	<p>Trabajador/a Social</p>	<p>Proyecto Desarrollado Observación Escucha Activa Empatía Adecuada Oralidad Comunicación Asertiva</p>

<p align="center"><u>FASE 2</u></p> <p align="center">EJECUCIÓN</p>	<p>desgaste de las relaciones interpersonales ocasionado por el phubbing.</p>	<p>Llevar a cabo un foro con estudiantes y docentes de la carrera.</p> <p align="center">“Compartiendo experiencias sobre el phubbing”</p> <p align="center"><u>ACTIVIDAD 3</u></p> <p>-Taller “el uso del celular y su influencia en las actividades académicas, familiares y sociales”.</p> <p align="center"><u>ACTIVIDAD 4</u></p> <p>-Realizar una mañana de actividades lúdicas que fomenten las relaciones sociales duraderas y significativas entre estudiantes y docentes. “Relaciones Positivas”</p>	<p>Psicólogo/a DIBESAU</p> <p>Docentes</p>	
<p align="center"><u>FASE 3</u></p> <p align="center">EVALUACIÓN</p>	<p>Evaluar el impacto de las acciones realizadas en la campaña.</p>	<p align="center"><u>ACTIVIDAD 1</u></p> <p>Conformar un grupo focal de estudiantes y docentes, para identificar los cambios después de las actividades realizadas y el grado de toma de conciencia, posteriormente realizar un informe final.</p>	<p>Trabajador/a Social y Psicólogo/a DIBESAU</p>	<p>Focus Group Proyecto Desarrollado Observación Escucha Activa Empatía Adecuada Oralidad Informe Social.</p>

Tabla 25. Modelo Operativo de la Propuesta
Fuente: Campaña Social “Desconéctate y Comparte”
Elaborado por: Karen Tovar

CRONOGRAMA GENERAL DE LA CAMPAÑA SOCIAL

No.	FASE	ACTIVIDADES	MES 1				MES 2				MES 3				MES 4				
			1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	PLANIFICACIÓN	Socializar la idea de la campaña al DIBESAU.	■																
		Concretar las temáticas, recursos y responsables de cada una de las actividades de la campaña.		■															
		Presentar y coordinar la campaña con las autoridades de la facultad, la coordinadora de la Carrera y los docentes.			■														
3	EJECUCIÓN	Realizar una conferencia de socialización y concientización.					■	■											
		Llevar a cabo un foro con estudiantes y docentes de la carrera. “Compartiendo experiencias sobre el phubbing”							■	■									
		Taller “el uso del celular y su influencia en las actividades académicas, familiares y sociales”.									■	■							
		Realizar una mañana de actividades lúdicas que fomenten las relaciones sociales duraderas y significativas entre estudiantes y docentes. “Relaciones Positivas”														■			
4	EVALUACIÓN	Conformar un grupo focal de estudiantes y docentes.															■		

Tabla 26. Cronograma General de la Campaña Social
Fuente: Campaña Social “Desconéctate y Comparte”
Elaborado por: Karen Tovar

desconéctate Y COMPARTE

Casi todo vuelve a funcionar si lo desconectas un momento, **Incluso Tú.**



Campana para evitar el **aislamiento social** y el desgaste de las **relaciones interpersonales**, ocasionado por el **phubbing**.

FASE 1

PLANIFICACIÓN

Objetivo: Determinar las temáticas, las actividades y recursos que formaran parte de la campaña, a través de investigación bibliográfica y el asesoramiento de especialistas.

ACTIVIDAD 1

Socializar la idea de la campaña al DIBESAU.

PASO NO. 1

Gestionar una reunión con los profesionales del DIBESAU (Trabajador/a Social, Psicólogo/a Educativo/a y Psicólogo/a Clínico/a)

PASO NO. 2

Reunión de socialización

1. Bienvenida a cargo de la investigadora.
2. Presentación de la idea de la campaña de manera general.
 - Tema: Diseño de una campaña social titulada “Desconéctate y Comparte”
 - Objetivo: Evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing.
 - Dirigida: A los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.
 - Se les explicará el porqué de la campaña, (antecedentes y diagnóstico de la investigación), además de forma general, todas las actividades tentativas que se piensan llevar a cabo y los profesionales del DIBESAU, que pueden ser responsables de cada una de ellas.
3. Espacio para preguntas e inquietudes, acerca la campaña.
4. Establecimiento de compromisos y cronograma general para la ejecución de

las actividades de la campaña.

5. Finalización y agradecimiento por parte de la investigadora.

PASO NO. 3.

Invitar a los profesionales a una segunda reunión para concretar los temas que se van a socializar en cada una de las actividades de la campaña.

ACTIVIDAD 2

Concretar las temáticas a tratar y determinar cuáles serán los soportes de la información a transmitir en cada una de las actividades de la campaña.

PASO NO. 1

Identificar un marco conceptual para desarrollar las temáticas en cada una de las actividades de acuerdo a los problemas detectados en la investigación.

PASO NO. 2

Escoger que técnicas de transmisión de información son las más aptas para realizar cada actividad.

PASO N°3

Esquematizar las temáticas por cada actividad, los recursos materiales y los responsables.

N°	ACTIVIDADES	TEMAS A TRATAR	MATERIALES	RESPONSABLES
1	Realizar una conferencia de socialización y concientización. "El phubbing y las relaciones interpersonales"	- Adiciones Tecnológicas -Adicción al celular. -Patologías vinculadas al uso del celular. -Cuáles son las señales para reconocer a un adicto al teléfono móvil. -Cómo combatir la adicción al celular. -Que es el phubbing y	-Infocus -Computadora -Sonido -Amplificación -Micrófono -Cámara	Psicólogo/a clínico/a y Trabajador/a Social.

		<p>cómo afecta a nuestras relaciones.</p> <p>-Cómo evitar el phubbing.</p> <p>-La importancia de las relaciones interpersonales y la comunicación cara a cara.</p>		
2	<p>Llevar a cabo un foro con estudiantes y docentes de la carrera.</p> <p>“compartiendo experiencias sobre el phubbing”</p>	<p>Preguntas a Realizar</p> <p>- ¿Has sido víctima del phubbing?</p> <p>- ¿Cómo te sientes cuando alguien te ignora por estar en el celular?</p> <p>-¿Qué experiencias desagradables de phubbing has experimentado?</p> <p>- ¿Qué te hagan phubbing genera un sentimiento que te incita a también hacerlo?</p> <p>- ¿Te ha sucedido algo gracioso o desagradable por usar el celular?</p> <p>-¿Te han regañado por usar el celular en clase o en la casa?</p>	<p>-Cuaderno de notas.</p> <p>-Infocus</p> <p>-Computadora</p> <p>-Sonido</p> <p>-Amplificación</p> <p>-Micrófono</p> <p>-Cámara</p>	<p>Psicólogo/a educativo/a</p> <p>Trabajador/a Social.</p> <p>Psicólogo/a Clínico/a</p>
3	<p>Taller “el uso del celular y su influencia en las actividades académicas, familiares y sociales”.</p>	<p>-El uso del celular y sus consecuencias físicas y psicológicas.</p> <p>-Conversatorio ¿Cómo afecta el celular a nuestras familias?</p> <p>-El celular en los procesos de aprendizaje y enseñanza. ¿Amigo o enemigo?</p> <p>-El desgaste de las relaciones frente al uso continuo del teléfono móvil.</p> <p>-La importancia del uso responsable del teléfono móvil.</p> <p>-Consejos y tips para usar el celular de forma segura</p>	<p>-Infocus</p> <p>-Computadora</p> <p>-Sonido</p> <p>-Amplificación</p> <p>-Micrófono</p> <p>-Cámara</p>	<p>Psicólogo/a clínico/a</p> <p>Psicólogo/a Educativo/a</p> <p>Trabajador/a Social.</p>

		y responsable.		
4	Realizar una mañana de actividades lúdicas que fomenten las relaciones sociales duraderas y significativas entre estudiantes y docentes. “Relaciones Positivas”	Juegos a Realizar - Globos Saltarines - Carrera de Huevos - Descífralo - Amarrados	-Sonido -Amplificación -Micrófono -Cámara	Psicólogo/a clínico/a Psicólogo/a Educativo/a Trabajador/a Social.

Tabla 27. Temáticas, recursos materiales y responsables

Fuente: Campaña Social

Elaborado por: Karen Tovar

PASO N°4 Desarrollo de la reunión para consensuar con los profesionales del DIBESAU (Trabajador/a Social, Psicólogo/a Educativo/a y Psicólogo/a Clínico/a) todo lo estipulado anteriormente.

1. Bienvenida por parte de la investigadora.
2. Exposición de las actividades, temas a tratar, materiales y responsables.
3. Comentarios y sugerencias por parte de los especialistas.
4. Conclusiones.
5. Finalización y agradecimiento.

ACTIVIDAD 3

Presentar y coordinar la campaña con las autoridades de la Facultad, la coordinadora de la Carrera y los docentes.

PASO NO. 1

Gestionar una reunión, con las autoridades de la carrera, coordinadora y docentes.

PASO NO. 2

Desarrollo de la reunión:

1. Bienvenida y agradecimiento por parte de él o la Trabajadora Social del DIBESAU.
2. Socialización de la campaña: Se explica el objetivo de la campaña, porque se ha visto la necesidad de realizarla, como se va a llevar a cabo, que recursos se van a utilizar, entre otros.
3. Comentarios y sugerencias por parte de los invitados.
4. Conclusiones.
5. Realización de un cronograma de las actividades.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N°	ACTIVIDAD	MES 1				MES 2				MES 3			
		1S	2S	3S	4S	1S	2S	3S	4S	1S	2S	3S	4S
1	Realizar una conferencia de socialización y concientización. “El phubbing y las relaciones interpersonales”												
2	Llevar a cabo un foro con estudiantes y docentes de la carrera. “compartiendo experiencias sobre el phubbing”												
3	Taller “el uso del celular y su influencia en las actividades académicas, familiares y sociales”.												
4	Realizar una mañana de actividades lúdicas que fomenten las relaciones sociales duraderas y significativas entre estudiantes y docentes. “Relaciones Positivas”												

Tabla 28. Cronograma por actividad.

Fuente: Campaña Social “Desconéctate y Comparte”

Elaborado por: Karen Tovar

6. Especificar los cursos con los que se va a trabajar en cada actividad.

Debido a la cantidad de estudiantes se les ha dividido en 3 grupos.

- Primero, Segundo y Tercero **GRUPO A**
- Cuarto, Quinto y Sexto **GRUPO B**
- Séptimo, Octavo y Noveno **GRUPO C**

Solo para la mañana lúdica, estarán presentes todos los cursos. De ahí, para cada actividad irán por grupos y en distintos días.

7. Resumen de todo lo expuesto en la reunión y conclusiones a las que han llegado todos los participantes.
8. Finalización y agradecimiento, por parte de los profesionales del DIBESAU.

PASO NO. 3

Lanzamiento y difusión de la campaña

1. Diseñar el material: Una gigantografía de todas las actividades de la campaña. Además de un Roll Up.
2. Colocar en la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales.
3. Difundir la campaña por redes sociales y medios institucionales.

FASE 2 EJECUCIÓN

Objetivo: Ejecutar la campaña, para evitar el aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales ocasionado por el phubbing.

ACTIVIDAD 1

Realizar una conferencia de socialización y concientización. “El phubbing y las

relaciones interpersonales”

PASO NO. 1

Visita a los cursos de la Carrera de Trabajo Social, para invitar a la conferencia.

PASO NO. 2

Desarrollo de la Conferencia

La conferencia durará 2 horas máximo.

1. Bienvenida, el trabajador o trabajadora Social dará inicio al evento.
2. Se presentará a los expositores, un Trabajador/a Social y un Psicólogo/a Clínico.
3. Intervención del Psicólogo/a clínico con las temáticas:
 - a. Adiciones Tecnológicas
 - b. -Adicción al celular.
 - c. -Patologías vinculadas al uso del celular.
 - d. -Cuáles son las señales para reconocer a un adicto al teléfono móvil.
 - e. -Cómo combatir la adicción al celular.
4. Intervención del Trabajador/a Social con las temáticas:
 - a. Que es el phubbing y cómo afecta a nuestras relaciones.
 - b. Cómo evitar el phubbing.
 - c. La importancia de las relaciones interpersonales y la comunicación cara a cara.
5. Conclusiones generales, de los temas tratados por parte de los dos profesionales.
6. Finalización y agradecimiento.

ACTIVIDAD 2

Llevar a cabo un foro con estudiantes y docentes de la carrera. “Compartiendo experiencias sobre el phubbing”

PASO NO. 1

Visita a los cursos para invitar a todos los estudiantes y docentes a que participen el foro.

PASO NO. 2

Desarrollo del Foro

El foro durará 2 horas máximo.

1. Bienvenida a cargo del Psicólogo/a Educativo, quien va a ser el moderador.
2. Explicación acerca del Tema a tratar “compartiendo experiencias sobre el phubbing” y el objetivo.
3. Se presenta al ponente, en este caso el Trabajador o Trabajadora Social.
4. El Trabajador o Trabajadora Social dará un breve resumen de todo lo tratado en la Conferencia.
5. El moderador, establece las reglas para llevar a cabo el foro.
 - No se permiten celulares.
 - Se alza la mano, para hacer o responder una pregunta.
 - Cuando alguien habla todos escuchan.
 - Todos tienen la oportunidad de expresar su opinión, siempre y cuando se respete la de los demás.
 - Si alguien interfiere en el desarrollo del foro se le solicita su salida.
 - Por la cantidad de estudiantes, la participación debe ser breve. (2 minutos máximo.)
6. Se determina el tiempo de la discusión y de la realización de las preguntas.
1 hora máximo.

7. Se inicia con la discusión.
8. El moderador propone preguntas para que se despierte el interés de los participantes.
 - a. ¿Has sido víctima del phubbing?
 - b. ¿Cómo te sientes cuando alguien te ignora por estar en el celular?
 - c. -¿Qué experiencias desagradables de phubbing has experimentado?
 - d. ¿Qué te hagan phubbing genera un sentimiento que te incita a también hacerlo?
 - e. ¿Te ha sucedido algo gracioso o desagradable por usar el celular?
 - f. -¿Te han regañado por usar el celular en clase o en la casa?
9. El Trabajador o Trabajadora Social, actuará también como coordinador y sintetizará las ideas claves del tema, cada cierto tiempo.
10. El moderador, finaliza la discusión y agradece la participación de todos.

ACTIVIDAD 3

Taller “el uso del celular y su influencia en las actividades académicas, familiares y sociales”.

PASO NO. 1

Convocar a una reunión a los presidentes de cada curso, docentes y coordinadora de la Carrera de Trabajo Social, para recordarles la agenda de eventos de la campaña e invitarles a participar en el taller.

PASO NO. 2

Desarrollo del taller

1. Bienvenida: La Trabajadora o trabajador Social encargado realiza la apertura del taller, menciona su objetivo y de forma rápida los temas a tratar y las actividades que se van a llevar a cabo.
2. Establecimiento de horarios: de inicio, salidas y recesos.
3. Dinámica:

“Encuentra a la persona través de objetos”

Se divide al grupo en dos subgrupos A y B. Todos los miembros del grupo A introducirán en una funda, un objeto propio, por ejemplo: una pulsera, un arete, unas llaves, ect. Y a continuación cada uno de los integrantes del equipo B cogerá un objeto de los que están en la funda y buscarán a su dueño. Finalmente, una vez que la persona encuentre al dueño, tendrá que presentarse.

4. Exposición de los temas a tratar:
 - a. El uso del celular y sus consecuencias físicas y psicológicas.
 - b. Conversatorio ¿Cómo afecta el celular a nuestras familias?
 - c. El celular en los procesos de aprendizaje y enseñanza. ¿Amigo o enemigo?
 - d. El desgaste de las relaciones frente al uso continuo del teléfono móvil.
 - e. La importancia del uso responsable del teléfono móvil.
 - f. Consejos y tips para usar el celular de forma segura y responsable.
5. Espacio para preguntas: El trabajador o trabajadora social, escuchará, contestará y realizará una serie de preguntas sobre las temáticas tratadas, con el objetivo de conocer si toda la información impartida, capto la atención de los estudiantes.
6. Conclusiones: El trabajador o trabajadora social, hará un breve resumen de las partes más importantes que se trataron.
7. Finalización: El trabajador o trabajadora social dará por culminado el taller, y socializará e invitará a la próxima actividad a desarrollarse.

ACTIVIDAD 4

Realizar una mañana de actividades lúdicas que fomenten las relaciones sociales duraderas y significativas entre estudiantes y docentes. “Relaciones Positivas”

PASO NO. 1

Se convocará a una reunión a los presidentes de cada curso y docentes para invitarles a que participen en la mañana lúdica.

1. Bienvenida y agradecimiento a cargo del Trabajador/a Social.
2. Socialización sobre la actividad y el objetivo que persigue. Se debe explicar que es una mañana lúdica, que tiene como fin fortalecer las relaciones entre compañeros, a través de juegos secuenciales en las que todos los integrantes de un curso participen para ganar una pequeña recompensa.
3. Instrucciones: El Trabajador/a Social mencionará que los estudiantes deben asistir de forma obligatoria a esta actividad, acompañados de su docente tutor, además deben estar con ropa cómoda y de acuerdo al curso venir todos con un solo color de camiseta y traer alimentos para compartir con los de su grupo.

Primero y segundo	ROJO
Tercero y cuarto	BLANCA
Quinto y sexto	NEGRA
Séptimo y octavo	AZUL
Noveno	ROSADA

4. Se hará un compromiso con los docentes tutores de cada curso para que se encarguen de organizar a los estudiantes al momento de la inauguración.
5. El Trabajador/a Social, responderá preguntas acerca de alguna duda por parte de los estudiantes.
6. Se reiterará la asistencia y se finalizará la reunión.

PASO NO. 2

Desarrollo de la Mañana Lúdica

1. Cada tutor de curso organizará a sus estudiantes en una columna, poniéndose ellos al frente.
2. Los encargados del evento (Trabajador/a Social, Psicólogo/a Clínico y Educativo) ayudarán a la organización.
3. Se dará inicio a la mañana lúdica.

Desarrollo de la actividad:

- a. Bienvenida a cargo de los organizadores.
- b. Explicación del objetivo de las actividades.
- c. Instrucciones Generales:
 - Luego de la inauguración, todos los estudiantes detrás de la línea de partida formaran columnas. Primero, segundo, tercero, así consecutivamente.
 - A los tutores de los diferentes cursos se les hará un sorteo para ver a qué curso les toca vigilar que cumplan con todos los juegos de forma correcta.
 - Cada uno de los 3 profesionales del DIBESAU estarán encargados de vigilar que todo el proceso se lleve a cabo con normalidad.
 - En cada curso van a formar 3 grupos cada uno con su respectivo líder. Grupo A- Grupo B- Grupo C
 - La actividad consiste en 4 juegos colaborativos, que lo realizarán de acuerdo a cada grupo formado, el equipo que haga todas las actividades en el menor tiempo y sin cometer errores será el ganador.

Grupo A	Primer Juego
Grupo B	Segundo Juego
Grupo C	Tercero Juego
Todos los grupos	Cuarto Juego

- A los líderes de los equipos y a los docentes se les dará una hoja con las instrucciones y reglas más específicas de cada juego. Para que ellos socialicen a todo el grupo.
- Cada equipo con sus líderes serán los responsables de organizar cada paso de las actividades, de acuerdo a las instrucciones dadas, los organizadores y cada uno de los docentes será responsable de fiscalizar que todo se cumpla.
- Explicación de cada juego.

Los objetivos que persiguen todos estos juegos son:

- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Elevar el sentido de pertenencia.
- Fortalecer el trabajo en equipo.
- Mejorar las habilidades de comunicación.
- Descubrir habilidades y competencias.
- Reducir la resistencia al cambio.
- Generar impacto.

**JUEGO N°1
GLOBOS SALTARINES**

Materiales: Globos de agua pequeños, cuadros de tela de 40x40cm y botellas de agua de 8 litros cortadas por la mitad.

Ejecución: Dividimos al grupo A en dos subgrupos y seguidamente les ponemos por parejas y cada pareja tendrá un pedazo de tela. Estas estarán situadas en una columna y tendrán una distancia de 2 metros, una de la otra y no podrán moverse. Una vez que el docente les dé el visto bueno, acerca de su organización pueden iniciar a lanzar sus globos, uno por uno, el globo será lanzado de pareja en pareja con el impulso de la tela que tienen las dos personas, hasta llegar a donde se encuentra la última pareja, quienes serán los responsables de colocar el globo en el recipiente, sin tocarlo con sus manos, hasta completar 8. A cada grupo se les dará 20 globos.

Una vez finalizado este juego deberán rápidamente el grupo B organizarse para realizar el siguiente juego.

JUEGO N°2 DECÍFRALO

Materiales: hojas de Papel bond.

Ejecución: Al grupo B se le entregará al momento de acabar la actividad hojas de papel bond con letras impresas, aquí los integrantes deberán ordenar las letras y encontrar la frase, que tiene relación con los temas de exposición que se dieron en las actividades anteriores. De acuerdo al puesto que vayan llegando se les otorgará la frase.

Frases como:

- La adicción al celular.
- Las relaciones interpersonales.
- El phubbing y sus consecuencias.
- Consejos para evitar el uso del celular.

Luego de que tengan claro la frase deberán recordarlas hasta el final de la última actividad. Debido a que será un punto clave para ganar.

JUEGO N°3 CARRERA DE HUEVOS

Materiales: una funda plástica pequeña, hilo, huevos.

Ejecución: al grupo C se le entregará 5 huevos, una funda pequeña y cuatro hilos. Los integrantes del equipo atarán los hilos a los extremos de la funda y en eso transportarán el huevo una distancia de 5 metros hacia un extremo donde estará una persona del equipo recibiendo, al final deben haber participado todos los del equipo y tener 3 huevos.

JUEGO N°4 AMARRADOS

Materiales: Hilo grueso y resistente.

Ejecución: Todos los estudiantes del curso a excepción de dos un hombre y una mujer deberán unirse lo más que puedan entre todos, para que la pareja que queda fuera los amarre y les de 20 vueltas con el hilo a todo el grupo, una vez que acaben, ellos serán los encargados de guiar a todo el grupo por una distancia de 10 metros. Hasta llegar a la meta.

Ahí todos los integrantes del curso deberán tomarse una foto creativa con respecto a la frase que descubrieron los del Grupo B y presentarla.

4. Al finalizar todo se premiará al primer, segundo y tercer lugar.
5. Luego se procederá a que por curso cada integrante comparta lo que trajo para comer.
6. Finalmente se hará el cierre y agradecimiento del evento.

FASE 3 EVALUACIÓN

Objetivo: Evaluar el impacto de las acciones realizadas en la campaña.

ACTIVIDAD 1

Conformar un grupo focal por estudiantes y docentes, para identificar los cambios después de las actividades realizadas y el grado de toma de conciencia, posteriormente realizar un informe final.

PASO NO. 1

Determinar el número de integrantes y el espacio físico en él que se reunirán.

Esta sesión será dirigida por la Trabajadora o Trabajador Social del DIBESAU, se realizará una al finalizar todas las actividades, para constatar si hubo cambios significativos en la vida de los participantes, con respecto al problema del aislamiento social y el desgaste de las relaciones interpersonales, ocasionado por el phubbing.

Los integrantes de este grupo focal van a ser los presidentes de cada curso, de primero a noveno semestre, además de 4 docentes de la Carrera de Trabajo Social, y se van a reunir en el auditorio de la Facultad.

PASO NO. 2

Planificar las preguntas que se van a realizar a los integrantes del Grupo Focal.

- a. ¿Cuál de las actividades que se realizó en la campaña, les llamo más la atención?
- b. ¿Cuál fue la temática, que más les impactó?
- c. ¿Creen que se debería volver a realizar este tipo de actividades?
- d. ¿Han observado un cambio de actitud en sus compañeros, después de las actividades realizadas con respecto al uso del celular?
- e. ¿Ustedes compartieron lo que aprendieron con alguien más como: familia, amigos, pareja u conocidos?
- f. ¿Qué temas y que actividades les gustaría que se lleven a cabo en una próxima campaña?

PASO NO. 3

Desarrollar la reunión

1. Bienvenida: La Trabajadora o el Trabajador Social dará la bienvenida a cada uno de los integrantes, les explicará el objetivo del grupo focal, las reglas y les agradecerá por su participación.
2. La Trabajadora o el Trabajador Social seleccionará un asistente para que le ayude con los temas de logística. Estar pendiente de grabar todo, tomar fotos

y hacer anotaciones.

3. La Trabajadora o el Trabajador Social empezará a realizar las preguntas, evocando a la participación de los integrantes. Escuchará y ahondará en el tema hasta conseguir su objetivo.
4. Luego, ya para finalizar la reunión hará un resumen de todo lo hablado y pedirá a los participantes su opinión acerca de este.
5. Finalmente, dará por culminado la reunión y agradecerá a los participantes por su colaboración.

PASO NO. 4

Una vez terminado el grupo focal, se procederá a realizar un informe final, que contenga paso a paso todo lo realizado en la reunión, además de estipular las conclusiones y recomendaciones.

Este deberá contar los siguientes aspectos:

- **Título del documento:** Informe final “Campaña Social
- **Plazo:** El informe deberá presentarse hasta 20 días después de haber finalizado la campaña.
- **Tiempo:** Fecha de inicio y fecha de culminación de la campaña
- **Actividades realizadas:** Se especifica todas las actividades que se realizaron en la campaña de manera detallada.
- **Aspectos relevantes:** Se detalla los aspectos más importantes de cada actividad.
- **Identificación de mejoras:** Se detalla a la conclusión que se llegó con los integrantes del grupo focal, en la etapa de evaluación de la campaña.
- **Conclusiones y recomendaciones**
- **Anexos:** fotos, videos, grabaciones y anotaciones, asistencia a las actividades.

Administración de la Propuesta

El financiamiento de la propuesta tendrá el apoyo de la Dirección de Bienestar Estudiantil y Asistencia Universitaria, dado que la academia busca fomentar programas y actividades en beneficio del desarrollo integral de los estudiantes universitarios.

Ítem	Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Total
TALENTO HUMANO				
1	Trabajador/a Social	1	\$800,00	\$800,00
2	Psicólogo/a Clínico	1	\$800,00	\$800,00
3	Psicólogo/a Educativo	1	\$800,00	\$800,00
MATERIALES				\$2400.00
4	Resmas de hojas de papel bond	3	\$ 3.00	\$ 9.00
5	Impresiones	100	\$ 0.10	\$ 10.00
6	Globos	10	\$ 0,75	\$ 7.50
7	Hilo	5	\$ 3.00	\$ 15.00
8	Huevos	2	\$ 3.00	\$ 6.00
9	Fundas plásticas	15	\$ 0.10	\$ 1.50
10	Telas	10 m	\$ 2.00	\$ 20.00
EQUIPOS				\$69.00
11	Computadora	1	\$ 450	\$450 .00
12	Proyector	1	\$ 10.00	\$ 100.00
13	Amplificación	1	\$100,00	\$100,00
15	Flash Memory	2	\$30,00	\$30.00
				\$ 680.00
SUMA				3149.00
Imprevistos 5%				157.45
TOTAL				3306.45

Tabla 29. Administración de la Propuesta

Fuente: Campaña Social

Elaborado por: Karen Tovar



ANEXO 2
Universidad Técnica de Ambato
Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
Trabajo Social



Objetivo: Identificar los efectos que tiene el phubbing en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato.

Instrucciones:

- Marque con una (X) la respuesta que usted considere correcta. (Una opción por cada pregunta)
- Lea y analice detenidamente las preguntas.
- Responda con la verdad y de acuerdo a su criterio.
- El cuestionario es anónimo y se garantiza la confidencialidad de la información.

Datos Informativos

Género: Masculino () Femenino ()

Semestre: Primero () Segundo () Tercero () Cuarto () Quinto () Sexto ()

Séptimo () Octavo () Noveno () Décimo ()

CUESTIONARIO DEL PHUBBING

N°	Preguntas	Nunca	Casi Nunca	Casi Siempre	Siempre
1	Con que frecuencia reviso mi celular, para mirar aplicaciones y redes sociales.				
2	Mis amigos comentan y se molestan porque uso mucho tiempo el celular.				
3	He ignorado a la persona que estaba hablando conmigo, por usar el celular				
4	Me frustró cuando no tengo internet y no puedo usar el celular				
5	Con que frecuencia pienso que mi celular a sonado y reviso si es así.				
6	Con que frecuencia uso el celular estando en				

	lugares públicos, cine, restaurant, centro comercial, entre otros.				
7	Me asusta la idea de que se me acabe la batería del celular				
8	Prefiero conversar a través del celular, redes sociales, que estar cara a cara con la otra persona.				
9	Cuando estoy en una reunión con familiares y amigos uso el celular.				
10	Prefiero dormir pocas horas por estar utilizando el celular.				
11	No presto atención a clases o a las actividades por estar usando el celular.				
12	No escuchas, ni aceptas las opiniones de tus iguales, más aun si son distintas a las tuyas.				
13	Te sientes insatisfecho con la vida que llevas				
14	Te resulta complicado encontrarle significado a las expresiones corporales: gestos faciales, ademanes, tono de voz y el silencio de los otros.				
15	Te sientes incomoda cuando estas solitario/a y aislado/a				
16	Te cuesta trabajo hacer nuevos amigos				
17	Permaneces indiferente ante los sentimientos y emociones que expresan tus compañeros				
18	Te es difícil comprender como se sienten los demás y sus estados de ánimo.				
19	Te es difícil ser abierto y franco en tu manera de comportarte en grupo				
20	Eres reservado, tímido e inhibido y no te abres al grupo.				
21	Prefiero trabajar individualmente a que en equipo.				
22	Te resulta complicado compartir con tus amigos, tus éxitos, problemas, tristezas y alegrías.				

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 3
APLICACIÓN DE LAS ENCUESTAS



Gráfico 23. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 24. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 25. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 26. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 27. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 28. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar



Gráfico 29. Aplicación de Encuestas
Elaborado por: Karen Tovar