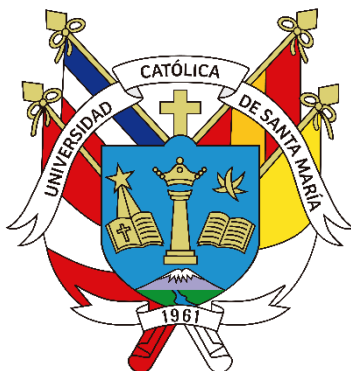


Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**Phubbing y Habilidades Sociales en estudiantes de una Institución
Educativa Nacional**

Tesis presentada por los Bachilleres:

Rivera Gómez, Josber Luis

ORCID: 0009-0001-5845-5396

Rojas Larico, Jazmín Ximena

ORCID: 0009-0004-4274-3192

Para optar el Título Profesional de:

Licenciado en Psicología

Asesor (a):

Dr. Martínez Carpio, Héctor Emilio

ORCID: 0000-0003-4029-670X

Arequipa - Perú

2024

Phubbing y Habilidades Sociales en estudiantes de una Institución Educativa Nacional

INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

7%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	archive.org Fuente de Internet	6%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.umsa.bo Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	Submitted to Universidad Católica San Pablo Trabajo del estudiante	1%
6	digibuo.uniovi.es Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1%
9	alinin.org Fuente de Internet	

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 25 de Julio del 2024

Dictamen: 011110-C-EPSIC-2024

Visto el borrador del expediente 011110, presentado por:

2018606761 - RIVERA GOMEZ JOSBER LUIS

2018702842 - ROJAS LARICO JAZMIN XIMENA

Titulado:

PHUBBING Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NACIONAL

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Titulo Profesional/Titulo de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

**29680041 - LARA QUILLA JAIME ERNESTO
DICTAMINADOR**



**29606304 - PUMA HUACAC ROGER FREDDY
DICTAMINADOR**



**43439922 - PERLACIOS CRUZ CARLOS EDUARDO
DICTAMINADOR**



Dedicatoria

Dedico esta tesis a Dios, que siempre estuvo dándome fortaleza e impulso para seguir adelante, y no rendirme ante las dificultades que se presentaron en el camino, enseñándome a afrontar con resiliencia las adversidades.

Agradezco a mi abuela Vicenta Cristina Neyra Barrios, quien siempre estuvo a mi lado a pesar de la distancia, quien siempre me acompañaba y hacía que mis días sean tan cálidos, estuvo presente con su amor, paciencia y confianza, gracias por creer en mí.

A mi familia en especial a mis padres, José Luis y Beatriz, quienes son las personas más importantes en mi vida, por ser los principales promotores de nuestros sueños, ellos que, con su amor y paciencia, estuvieron todo el tiempo motivándome para seguir luchando y lograr mis propósitos de vida, por confiar y creer en nuestras expectativas, por los consejos, valores y principios que nos han inculcado.

A mi preciado hermano, agradezco por estar a mi lado tanto en los buenos como en lo malo, siempre estás ahí para apoyarme y yo haré lo mismo por ti toda la vida.

Finalmente, a mis amigos Alejandro, Dalisson y Ángela, quienes me brindaron orientación y conocimiento para el desarrollo de la presente investigación y a todos que de una u otra manera en algún momento del proceso de este trabajo participaron, me apoyaron, aconsejaron, comentaron y dialogaron. Muchas gracias.

Josber Luis Rivera Gómez

A Dios, primeramente, por guiarme en cada paso que doy en este largo camino y por mantenerme siempre con salud para seguir concluyendo cada uno de mis propósitos, con sabiduría y no rendirme ante las dificultades que se presenten en el camino.

A mis padres Cesar Valeriano Rojas Aguilar y Leonor Elsa Larico Yanqui, por apoyarme en mis decisiones, en mis propósitos por brindarme su amor, compasión, ayuda en los momentos difíciles, por siempre forjar mis valores, mis principios, mi perseverancia y alcanzar mis metas propuestas; a mi hermano Paulo Cesar Rojas Larico, que es mi compañero de vida, mi mejor amigo, mi admiración desde que soy pequeña, siempre me apoyo en todo aquello que necesitaba, en todo el proceso, ellos que con su amor estuvieron todo el tiempo motivándome para seguir luchando, gracias por ser parte de este proceso para lograr esta meta anhelada, por ustedes llegare a ser una gran profesional.

A todas aquellas personas que creyeron en mí y fueron parte en mi vida, con las que compartí momentos llenos de alegrías y tristezas; muchas gracias por su paciencia, amistad y comprensión.

Jazmín Ximena Rojas Larico

Agradecimientos

Agradecemos a nuestra alma mater la Universidad Católica de Santa María y la escuela profesional de psicología, quien nos alojó en sus aulas, y permitió desarrollar nuestros conocimientos y habilidades, gracias a las enseñanzas continuas de nuestros docentes quienes nos forjaron con toda su experiencia y calidad profesional.

Agradecemos a la institución educativa, quienes sus autoridades, y alumnado en general, nos recibieron con amabilidad y aceptaron ser partícipes de esta investigación.

Agradecemos al Dr. Héctor Martínez quien estuvo siempre con su predisposición positiva para orientarnos en la realización de nuestra investigación brindándonos sus conocimientos profesionales para el desarrollo de un proyecto de calidad y hacer posible la culminación satisfactoria de todo este proceso.

A nuestras familias, por su paciencia y confianza en nosotros, por ser nuestra fuerza, motivación e inspiración, y el sustento de nuestros ideales, a nuestros queridos amigos Angela Quispe, Juan Carlos, Dalisson Solís y Alejandro Benavente por estos cinco años de formación profesional que nos brindaron su apoyo, y amistad.

Josber Luis Rivera Gómez

Jazmín Ximena Rojas Larico

Resumen

La presente investigación tiene como finalidad encontrar la relación entre el phubbing, es decir la conducta de ignorar a alguien durante una comunicación prefiriendo el uso del celular, y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional de Arequipa, la presente investigación muestra un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo, con un modelo correlacional transversal, así mismo los instrumentos utilizados fueron, la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y la Escala de Phubbing; la muestra estuvo conformada por 163 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa nacional de Arequipa. Los resultados indican que existe una correlación negativa significativa entre el phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de la institución, excepto por dos dimensiones de habilidades sociales donde no se encontró una relación significativa.

Palabras claves:

Phubbing, habilidades sociales, interacción social, adicción a redes sociales, aislamiento.

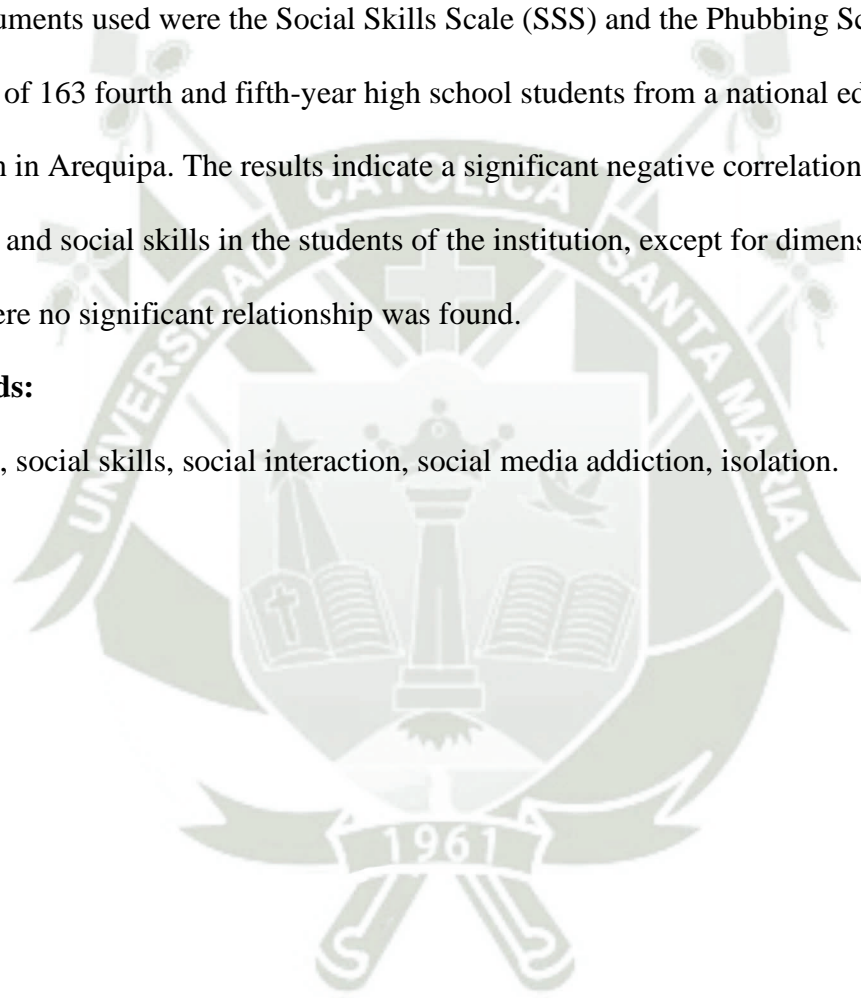
Abstract

The purpose of this research is to find the relationship between phubbing, which is the behavior of ignoring someone during communication in favor of using a cellphone, and social skills in students of a national educational institution in Arequipa. This research adopts a non-experimental design with a quantitative approach and a cross-sectional correlational model.

The instruments used were the Social Skills Scale (SSS) and the Phubbing Scale. The sample consisted of 163 fourth and fifth-year high school students from a national educational institution in Arequipa. The results indicate a significant negative correlation between phubbing and social skills in the students of the institution, except for dimensions of social skills where no significant relationship was found.

Key words:

Phubbing, social skills, social interaction, social media addiction, isolation.



ÍNDICE

Dedicatoria

Agradecimientos

Resumen

Abstract

Capítulo I.....	1
Problema y Marco Teórico	1
Introducción	1
Pregunta de investigación.....	4
Variables.....	4
Variable 1. Phubbing	4
Variable 2. Habilidades Sociales	4
Objetivos	5
Objetivo General.....	5
Objetivos Específicos	5
Antecedentes Teórico investigativos.....	6
Phubbing	6
Predictores de los comportamientos de phubbing	7
Comportamientos disfuncionales asociados al phubbing	9
Impacto del phubbing	12
Prevención de las nuevas tecnologías.....	14
Habilidades Sociales	14
Desarrollo de Habilidades Sociales	17
Modelo de habilidades sociales	17
Elementos de las habilidades sociales	19
Phubbing y habilidades sociales	25
Hipótesis.....	28

Capítulo II.....	29
Método	29
Tipo de investigación	29
Instrumento.....	29
Instrumento 1. Phubbing.....	29
Instrumento 2. Habilidades Sociales	30
Participantes	31
Procedimiento.....	31
Consideraciones éticas	32
Análisis de datos.....	32
Capítulo III.....	33
Resultados.....	33
Resultados obtenidos	33
Tabla 1 33	
Tabla 2 34	
Tabla 3 35	
Tabla 4 35	
Tabla 5 36	
Tabla 6 37	
Tabla 7 37	
Tabla 8 39	
Tabla 9 40	
Tabla 10.....	41
Discusión	43
Conclusiones.....	48
Sugerencias.....	49
Limitaciones.....	50

Referencias.....	51
Anexos	59
Ficha de consentimiento informado	59
Asentimiento Informado	60
Ficha técnica de los instrumentos.....	61
Escala De Phubbing.....	61
Escala de Habilidades Sociales EHS	62
Instrumentos empleados.....	64
Escala de Phubbing.....	64
Escala de Habilidades Sociales (EHS)	66

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Descripción de los niveles de Phubbing	33
Tabla 2. Descripción de los niveles de habilidades sociales.....	34
Tabla 3. Niveles de Phubbing según el sexo.....	35
Tabla 4. Niveles de Habilidades Sociales según el sexo	35
Tabla 5. Comparación de Phubbing y habilidades sociales en función al sexo.....	36
Tabla 6. Nivel de Phubbing respecto al grado académico	37
Tabla 7. Nivel de habilidades sociales según el grado académico	37
Tabla 8. Comparación de Phubbing y Habilidades Sociales respecto al grado académico.	39
Tabla 9. Correlación entre el general de Phubbing con sus factores y el general de Habilidades Sociales con sus dimensiones	40

Capítulo I.

Problema y Marco Teórico

Introducción

El uso del internet en el Perú se ha ido incrementando, ello siendo visible en los resultados publicados en la nota de prensa del INEI (2023). La cual expresa que el 72%, de los mayores de 6 años accedieron a Internet en el país en el primer trimestre de ese año lo que muestra un crecimiento del 17% en comparación al año anterior, 55%. Asimismo, se ha encontrado que su uso es más común desde teléfonos móviles, hogares y cabinas públicas, donde las personas principalmente establecen comunicación, reciben información y realizan actividades de entretenimiento (Estrada et al., 2020)

En comparación a ello, la nota de prensa del INEI (2023). Describe que el 90.6% de la población de 6 años a más hicieron uso diario de Internet. Al comparar esta cifra con las del mismo trimestre de los años 2021 y 2019, se observan aumentos de 3.8 y 11.8 puntos porcentuales, respectivamente. Cabe señalar que el nivel de uso de Internet es similar entre hombres y mujeres. Según los datos proporcionados por el (INEI) para 2023, Perú ha experimentado un aumento en el uso de telefonía móvil en los últimos años. Según la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG), se ha descubierto que el acceso a Internet móvil es más común en algunos grupos demográficos. La mayoría de estos usuarios son adultos jóvenes de 19 a 24 años (96%) y adolescentes de 12 a 18 años (82%) y niños de 6 a 11 años (50%) quienes lo utilizan con mayor frecuencia; además una persona puede tener acceso a un teléfono móvil por motivos de trabajo, amigos, familia u otros motivos, por lo que es importante recordar que la posesión de un teléfono no siempre implica su propiedad.

De igual manera, se ha encontrado que el uso excesivo de teléfonos inteligentes en compañía de otras personas tiene consecuencias sociales negativas para los usuarios. Este

desconocimiento de otras personas a favor de usar el propio smartphone ha dado lugar a un nuevo concepto conocido como phubbing (Capilla, 2021). En ello, Cizmeci (2017) lo define como el acto cuando los dispositivos móviles llevan a las personas a ignorar a los del costado, cortando así la comunicación interpersonal. También puede referirse al comportamiento adverso que se produce en situaciones sociales cuando las personas mantienen su atención en sus teléfonos móviles a expensas de una menor atención en el interlocutor que puede sentirse ignorado o desairado (Kaczmarek et al., 2019). Las repercusiones de esta práctica pueden incidir como corrobora Capilla y Cubo (2017) en la disfunción social, insomnio e incluso repercutir en la ansiedad y depresión.

Por otro lado, las relaciones interpersonales en la juventud actual se producen simultáneamente entre el entorno presencial y virtual siendo más visible en el contexto de post pandemia. Cebollero et al. (2022) a su vez concluyen que el phubbing se da en mayor medida en mujeres, tanto de quienes lo ejercen (phubber) cómo las que lo reciben (phubbee) quienes terminan adoptando sentimientos de exclusión. Asimismo, la edad también importa. En un estudio realizado por Peris et al. (2018) señalan la existencia de una mayor prevalencia de phubbing en escolares entre los 15 a 17 años en comparación al grupo de 12 a 14 años, siendo percibidos sentimientos de soledad y exclusión, ello puede llevar a que las personas que se sienten ignoradas busquen un sentido de pertenencia en las redes sociales a fin de ser parte de un grupo (Meredith y Roberts, 2017). En consecuencia el aislamiento social puede provocar un déficit en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los adolescentes que lo sufren cómo destaca Vega, L., et al. (2018).

García, A. (2010) comienza definiendo las Habilidades sociales cómo la capacidad para tener conductas importantes para una óptima interacción mutua con los iguales de forma satisfactoria. Dichos comportamientos si no son formados adecuadamente durante el desarrollo pueden generar aislamiento social, insatisfacción personal, entre otros. Además,

Arias (2015) encontró que la cantidad y los tipos de TICs (tecnologías de la información), que poseen las instituciones educativas públicas y privadas de Arequipa, no garantiza que se utilicen eficaz, efectiva o conscientemente en los colegios. Actualmente no se descarta que el uso excesivo de los teléfonos inteligentes por parte de escolares repercute en su vida cotidiana, teniendo en cuenta que ya para el 2017 Arequipa ocupaba el tercer lugar entre las provincias que tenían mayor acceso a internet solo superado por Lima y el Callao según el Instituto Nacional de Estadísticas e Informática (2018).

Por ello la presente investigación tiene como finalidad encontrar la relación entre el phubbing y las habilidades sociales, siendo clave mencionar que se contactó con docentes sobre el uso de los celulares de los estudiantes durante su tiempo recreativo, donde se encontró que los estudiantes preferían usar sus teléfonos móviles, durante sus interacciones sociales, lo cual también fue percibido durante el voluntariado. En consecuencia la presente investigación aporta en la literatura brindando información importante sobre las habilidades sociales en la ciudad de Arequipa y cómo repercute el aislamiento por el celular en las mismas, así mismo se brindará información para el abordaje de nuevas investigaciones y soluciones que permitan a los estudiantes de instituciones educativas mejorar sus interacciones sociales.

Pregunta de investigación

¿Cómo se relaciona el phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional?

Variables

Variable 1. Phubbing

Es el comportamiento en el cual se manipula el teléfono móvil durante una conversación con otras personas evitando la interacción interpersonal. (Kaczmarek et al., 2019). Se utilizó la Escala de Phubbing diseñada por Karadağ et al. (2015), escala que fue traducida por Blanca y Bendayan (2018) en España y validada en Perú por Correa et al (2022); compuesta por 10 ítems diseñados para medir el phubbing, los cuales se puntúan en una escala tipo Likert, además se identifican dos factores denominados: Distorsión de la comunicación (DC) y Obsesión por el móvil (OM).

Variable 2. Habilidades Sociales

A su vez Gismero (2002), las define como aquellas respuestas, tanto verbales como no verbales, que son utilizadas por las personas para expresar sus necesidades, derechos, opiniones, sentimientos o preferencias, de una forma no aversiva en un contexto interpersonal; además de respetar esto mismo en los demás y generar un auto refuerzo, a la vez de incrementar la probabilidad de obtener un refuerzo externo. Para ello se utilizó la Escala de Habilidades Sociales (EHS) creada por Gismero E. (2002) actualizada en 2020 y validada en Perú por Ruiz (2009) , el cuestionario cuenta con 33 ítems y con 6 dimensiones, las cuales son: Autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacción positiva con el sexo opuesto.

Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación entre el Phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional.

Objetivos Específicos

Describir los niveles de phubbing en los estudiantes de cuarto a quinto de secundaria en la institución educativa nacional.

Describir los niveles de habilidades sociales en los estudiantes de tercero a quinto de secundaria en la institución educativa nacional.

Describir los niveles de phubbing y Habilidades Sociales según el sexo en adolescentes de una institución educativa nacional.

Describir los niveles de Phubbing y Habilidades Sociales según el grado académico de los estudiantes de la institución educativa nacional.

Establecer la relación entre las dimensiones de Phubbing y la variable Habilidades Sociales en adolescentes de una institución educativa nacional.

Determinar la relación entre las dimensiones de Habilidades Sociales y la variable Phubbing en adolescentes de una institución educativa nacional.

Antecedentes Teórico investigativos

Phubbing

Según Barrios et al. (2017) esta conducta se debe a una combinación de los términos phone (teléfono) y snubbing (despreciar), refiriéndose al comportamiento de ignorar a los demás en una conversación debido a su preferencia por usar más los dispositivos móviles, dificultando así la comunicación interpersonal. Este término todavía no ha sido introducido al español, por lo que no está inscrito en la Real Academia Española, sin embargo ya es usado en la literatura como ‘ningufoneo’. Cabe mencionar que este término presenta múltiples dimensiones, puesto que los teléfonos inteligentes tienen diferentes funciones. Por ello, se refiere también a la adicción de los teléfonos celulares y a los beneficios que se obtiene del uso de estos, tales como internet, mensajes de texto, llamadas, las redes sociales (WhatsApp, Facebook, Instagram, entre otros) y juegos online, en el celular; En la medida que sean usados para evadir una conversación (Aagaard, 2020).

Es así que varios autores convergen que Phubbing puede abordarse desde distintas dinámicas, en concreto Karadag (2015) expone que Phubbing es el comportamiento de una persona que mira su teléfono móvil durante una conversación escapando de la comunicación interpersonal, también puede referirse a la acción de ignorar a alguien o varias personas durante eventos sociales, usando las redes sociales (Nazir y Pişkin, 2016); donde el interlocutor puede sentirse excluido, ignorado y desairado Kaczmarek et al. (2019). En ello, Dwyer, et al. (2018), concluye que el uso de dispositivos móviles puede disminuir la satisfacción de las interacciones sociales, esto sucede porque desconecta a una persona de su interlocutor al desviar su atención de la otra persona, lo que hace que se sienta menos conectado, más distante y menos empático.

Según Kushlev y Dunn, (2019), además, Xiao et al. (2022), destaca que el phubbing aparece ampliamente en personas de diferentes edades y tiene un impacto negativo significativo en las relaciones interpersonales, así como en la salud mental de las personas.

La literatura señala diferentes características respecto al Phubbing, entre ellas un baja autoestima, según Wang et al.(2019) afirman que la autoestima y el apoyo social percibido moderaron simultáneamente la relación entre el phubbing parental y los síntomas depresivos que desarrollaban sus hijos adolescentes. Sin embargo es posible que los adolescentes que experimentan niveles más altos de phubbing parental tengan menos probabilidades de deprimirse si tienen una autoestima alta y experimenten niveles más altos de apoyo social, en amistades o grupos de pares, además Costello et al. (2006) resalta dos características demográficas, la edad y el género; y un factor ambiental familiar, es decir, la carga económica de las familias, reafirmando los estudios previos, indicando que la tasa de prevalencia de depresión en adolescentes aumenta con la edad.

Por otro lado, Beranuy et al (2016), con base en lo desarrollado sobre el phubbing y su relación con las adicciones conductuales, argumentan que el rol del psicólogo es minimizar los efectos adictivos con los teléfonos, de forma factible, fomentando las relaciones personales cara a cara entre las personas. A su vez, argumentan que este es un paso para revisar y analizar las características del uso patológico de las tecnologías.

Predictores de los comportamientos de phubbing

Hee, et al. (2022) realizaron un estudio en Corea de Sur, donde encontraron la existencia de factores relacionados al Phubbing, entre ellos se ubica la adicción a los teléfonos inteligentes, las redes sociales, la motivación para realizar múltiples tareas al mismo tiempo (motivación multitarea), la competencia interpersonal, las características generales (edad, clase social, genero), la calidad de la relación interpersonal, tiempo de uso diario del teléfono inteligente y calidad del sueño. En ello, la competencia interpersonal y la motivación

multitarea estimaron mayor repercusión en la conducta phubbing, cabe resaltar que, las relaciones interpersonales inadecuadas, originan ansiedad, lo que disminuye la competencia interpersonal, y en consecuencia incrementa la posibilidad de percibir soledad y adoptar conductas phubbing (Spitzberg y Cupach, 2012). Por otro lado, la ansiedad, la soledad, y el estrés direccionan a mantener un impacto negativo en las relaciones interpersonales y en consecuencia incrementa el phubbing (Chatterjee, 2020; Guazzini et al., 2019). El segundo predictor con mayor correlación es la motivación multitarea, donde Hee et al. (2022) evidenciaron en su estudio que esta conducta se representa en la verificación de las notificaciones telefónicas frente a una conversación, lo cual conduce al phubbing, así como el comportamiento habitual y automático de utilizar el teléfono durante las labores académicas, produciendo distracciones, reducción de la atención e incremento del phubbing. El tercer predictor, hace referencia a la adicción a los teléfonos inteligentes, para ello se toma en cuenta los SMS, internet, juegos, redes sociales, y en especial en Instagram que origina mayor nivel de phubbing (Balta et al., 2018), de manera similar, se ha detectado que el aburrimiento, la soledad, y el llamado síndrome de “miedo a perderse algo” están vinculados a este comportamiento. (Hee et al., 2022).

Con el incremento de nuevas aplicaciones y tecnologías reunidas en un solo teléfono se ha generado que, según Barrios et al. (2017), el Phubbing se presente al reunirse el foco de diversos factores como la adicción a redes sociales y la adicción a los videojuegos afectando de forma multidimensional y severamente la comunicación cotidiana, además la multitarea y la dificultad para dividir la atención aparecen como factores extrínsecos al phubbing, pero igualmente relacionados. La multitarea la cual se encuentra estrechamente relacionada con la motivación de perder el tiempo, es decir procrastinar, donde también se encuentra relacionada a las conductas de phubbing. Sin embargo, Vorderer et al. (2017), considera que ambos términos están dentro del aburrimiento del ocio, Así mismo cómo explica Al-Saggaf, et al.

(2019), explican que la dificultad para dividir la atención es visible entre los usuarios de teléfonos inteligentes los cuales mantienen dificultades para lidiar con la procrastinación y realizar actividades mientras al mismo tiempo intentan usar el celular ya sea para escuchar música o enviar mensajes.

En un análisis de regresión jerárquica desarrollada por Al-Saggaf, et al. (2019), reveló que el rasgo de aburrimiento es un predictor de la frecuencia de phubbing teniendo en cuenta que los usuarios de teléfonos inteligentes phubean a las personas con las que tienen conversaciones cara a cara incluso cuando se controló la edad y ubicación geográfica. Por otro lado el manipular el celular y revisarlo constantemente en un mundo globalizado puede generar una dependencia a mantenerse siempre actualizado, por ello Przybylski (2013) define el miedo a perderse algo como un uso problemático de los medios digitales y se refiere a la preocupación persistente de que otros puedan tener experiencias gratificantes en las que uno no esté presente.

Por otro lado en un estudio que relacionaba los cinco grandes rasgos de la personalidad con las conductas Phubbing desarrollado por Erzen et al. (2021) donde se determinó que los participantes eran individuos con altos ingresos, acceso diario a Internet y usuarios de redes sociales, se encontró que el neuroticismo y la escrupulosidad fueron predictores significativos de phubbing. Este estudio se corroboró con la investigación de Balta et al. (2018) donde también se halló una alta correlación con el neuroticismo, la investigación de T'ng et al.(2018) también se obtuvieron resultados similares.

Comportamientos disfuncionales asociados al phubbing

Como hemos visto; Phubbing es un término que se utiliza para describir la acción de despreciar o ignorar a las personas que están presentes en una situación social, como una reunión de amigos o una comida familiar, al estar más interesado en el uso de celulares mayormente con una conexión a internet. Capilla y Cubo (2017); agravando las condiciones

relacionadas con el uso excesivo de dispositivos móviles y la tecnología. Sin embargo existen variables que aparecen simultanea y directamente relacionadas al phubbing.

Nomofobia; que derivado del inglés “no mobile phone fobia”, se refiere a sentirse ansioso, preocupado o molesto cuando no se está en contacto con un teléfono celular o computadora; incluye diversos comportamientos como pasar demasiado tiempo en uno o más dispositivos, llevar siempre un cargador encima por miedo a la falta de batería para el celular, miedo a no poder utilizarlo por falta de señal; o intentar hacer cualquier cosa que signifique que el dispositivo pueda usarse en situaciones o ubicaciones no autorizadas; Además, También preferir interactuar con otros a través de teléfonos celulares, disminuye la ansiedad que algunas personas experimentan al hablar cara a cara. Barrios et al.(2017). Al ignorar a alguien durante una reunión social para atender el teléfono, se refuerza la dependencia al dispositivo.

La cibercondría se refiere al comportamiento excesivo y compulsivo de buscar información relacionada con la salud en línea, lo que a menudo resulta en una mayor angustia o ansiedad. Se caracteriza por la investigación extensiva de salud en Internet, en la que las personas dedican cantidades significativas de tiempo a realizar búsquedas repetitivas de información de salud; acompañada de niveles elevados de ansiedad por la salud. Además, la compulsividad es un rasgo distintivo, ya que implica una necesidad compulsiva de continuar buscando información de salud en línea, incluso cuando esto genere una mayor angustia o afecte el funcionamiento diario, como explican Starčević et al. (2020) en su artículo, “Perspectivas recientes sobre la cibercondría”. Por su parte el phubbing puede reforzar la cibercondría al distraer a las personas de las interacciones sociales y aumentar su tiempo en línea.

FoMO; Milyavskaya et al. (2018) explican que Fearof Missing Out, o el miedo a estar desactualizado es una experiencia general caracterizada por una ansiedad constante de que

otros disfruten de experiencias interesantes de las que uno se encuentre excluido. Las razones pueden ser el temor a perder eventos importantes, el deseo de pertenencia y la influencia de las redes sociales que muestran constantemente las actividades de otras personas; también explican que las consecuencias incluyen baja autoestima, estrés y ansiedad. Por otro lado, Jabeen et al. (2022). encontraron que las personas que experimentan FoMO como una forma de hacer frente a la ansiedad de perderse experiencias sociales, pueden sentir la necesidad de estar constantemente conectadas a sus dispositivos móviles para evitar perderse algo importante, lo que puede llevar al comportamiento de phubbing.

El narcisismo digital o en las redes sociales descrito por Lejderman y Dal Zot (2020). Refieren que es la manifestación de características narcisistas en la manera en que las personas se interrelacionan y se presentan en plataformas como Facebook, Instagram y Twitter; en las redes sociales puede conducir a la deshonestidad en las interacciones sociales. Los usuarios en línea pueden mostrarse idealizados, ocultando sus defectos y mostrando sólo los aspectos positivos de sus vidas. Esto puede dificultar el establecimiento de relaciones sinceras y significativas porque los usuarios pueden sentir que no conocen realmente a la persona detrás de la imagen en línea; haciendo que las personas prioricen la atención recibida por su imagen digital a la comunicación cara a cara.

Tecnoestrés; En su estudio, Dragano y Lunau, (2020), refieren que es la incapacidad de afrontar de forma saludable las nuevas tecnologías de la información. Se caracteriza por las reacciones psicológicas y fisiológicas negativas que experimentan las personas cuando utilizan tecnologías digitales en el lugar de trabajo, resaltan que el uso de tecnologías digitales en el lugar de trabajo está asociado con el tecnoestrés. Destacando el impacto negativo que el uso de las tecnologías digitales puede tener en el bienestar y la salud mental de las personas en el lugar de trabajo.

Impacto del phubbing

En un estudio desarrollado por Al-Sagaf y O-Donnell (2019) que buscaba entender los impactos de phubbing y sus predictores concluyeron que se tienen conductas de phubbing más frecuentemente con las personas con las que se tiene un vínculo cercano en comparación con las personas menos cercanas lo que puede tener un impacto perjudicial en los vínculos más estrechos. Además el estudio reveló que el phubbing aumentó los sentimientos de celos entre las parejas románticas, debilitó el vínculo entre ellos, disminuyó la satisfacción de su relación y aumentó sus tasas de depresión. Así mismo también se encontró un impacto en la comunicación; en una serie de experimentos desarrollados por Vanden Abeele et al. (2016), los participantes calificaron como menos educados, atentos y la calidad general de la conversación como deficiente cuando un compañero de conversación recién presentado se involucraba en conductas de phubbing, en comparación con los participantes en conversaciones en las que no se producía esta conducta. Por otro lado, es probable que las relaciones interpersonales de baja calidad puedan ser predictoras de phubbing en las relaciones románticas, o por el contrario que un factor externo como la depresión, se encuentre influenciando el aumento de phubbing y la insatisfacción con la relación, según X. Wang et al. (2017) concluye que la asociación entre el phubbing y la calidad de la relación a corto plazo no es causal.

Por otro lado, en cuanto al aprendizaje Gracia et al. (2021) refiere que en el aula, ya sean graduados o universitarios, no es raro que los estudiantes se distraigan constantemente durante la clase porque ven una manera de sacar sus celulares a escondidas, incluso si el profesor se lo prohíbe. En aulas donde se les permite usar una tableta o computadora, se conectan a la red para abrir múltiples pestañas en el navegador al mismo tiempo, realizando la multitarea; es decir mensajear, jugar en línea o revisar redes sociales al mismo tiempo que atienden a sus actividades. Además, la constante es la misma en muchos casos, pues cuando

un grupo de estudiantes es invitado a una conferencia o algún otro evento académico con el pretexto de tomar fotografías, se distraen del propósito principal y generan conductas phubbing. A su vez Gracia et al. (2021) encontraron que los estudiantes que tienen un uso excesivo e inadecuado de sus teléfonos, incluso durante las clases, ignorando a sus docentes, pueden experimentar efectos psicológicos negativos relacionados con su salud, sus relaciones, su desenvolvimiento académico y sus actividades de ocio; además, el phubbing puede tener consecuencias para las relaciones personales de los estudiantes. El estudio encontró una asociación positiva entre el phubbing y ausencia de relaciones románticas entre estudiantes universitarios. Esto sugiere que el phubbing puede afectar no sólo a la dinámica del aula sino también a las relaciones interpersonales de los estudiantes. Es importante concientizar el impacto que tiene en personas adultas las conductas de phubbing y el uso problemático de las tecnologías que en escolares puede resultar más perjudicial. Como señala Aliaga (2023) El phubbing en los menores de edad se da cuando utilizan dispositivos digitales, como teléfonos inteligentes o tabletas, de manera excesiva y descuidan la interacción con las personas que los rodean. Esto puede ocurrir en situaciones familiares, sociales o incluso en el ámbito escolar. Los niños pueden ignorar a sus padres, hermanos, amigos o maestros mientras están absortos en sus dispositivos, lo que afecta la comunicación interpersonal y las relaciones negativas cercanas.

Independientemente de las circunstancias, el comportamiento de Phubbing está muy extendido y tiene un efecto perjudicial en la vida y las relaciones interpersonales de las personas, los efectos negativos del uso de los teléfonos incurren en conductas adictivas que son perjudiciales, pero cuando la misma conducta se repite en un entorno social daña las relaciones más cercanas; por ello el phubbing es un fenómeno que sin duda impacta en nuestras relaciones y comunicación. Bulut y Nazir (2020).

Prevención de las nuevas tecnologías

La prevención primaria de los problemas relacionados con el uso desadaptativo de las nuevas tecnologías pasa por la educación inicial sobre su uso responsable. También es importante estar bien informado sobre Internet, los teléfonos móviles y los videojuegos, tanto sobre sus ventajas como sobre los posibles riesgos. En concreto, se pueden establecer un conjunto de normas y reglas básicas para el uso de las nuevas tecnologías en general (Castellana, Sánchez-Carbonell, Graner, y Beranuy, 2007).

Habilidades Sociales

Las habilidades sociales comprenden la aptitud de un individuo para interactuar de manera apropiada y eficiente con otras personas en distintos contextos sociales. Estas capacidades engloban aspectos como la comunicación oral y gestual, la empatía, la atención activa, la solución de conflictos, la negociación, la expresión asertiva y la habilidad para formar y conservar relaciones saludables. (Angrehs, 2011).

En ello, Domínguez e Ybañez (2016) refieren que, se ha observado una correlación inversa significativa entre el descenso de las habilidades sociales y el incremento de la adicción a los teléfonos y las interacciones sociales por internet. Esto implica que a medida que la dependencia de las redes sociales se intensifica, la capacidad para interactuar y comunicarse en contextos sociales offline, es decir en persona, tiende a disminuir, y viceversa; lo que plantea importantes implicaciones para la comprensión de cómo el uso diario de interacciones sociales por internet, afectan significativamente en la esfera interpersonal. Y concuerdan que las personas que sufren de adicciones en general a menudo muestran deficiencias en sus habilidades sociales o una capacidad reducida para manejar el aumento de la tensión psicológica. En contraposición, Domínguez e Ybañez (2016), los individuos no adictos tienden a demostrar un mayor equilibrio emocional y una mejor capacidad para mantener el autocontrol cuando se enfrentan a situaciones estresantes, ya sean

de origen interno o externo. Por lo tanto, es comprensible que los jóvenes que carecen de relaciones sociales sólidas tienden a recurrir al uso excesivo de dispositivos electrónicos, como ordenadores o teléfonos, como una estrategia para combatir el aburrimiento, y esto se interpreta como un intento de establecer conexiones en línea debido a la ausencia de interacciones sociales en persona que sean significativas. En el manual de capacitación sobre habilidades sociales de Caballo (2007), se establece que la conducta socialmente habilidosa abarca un conjunto de acciones realizadas por un individuo en un entorno interpersonal. Estas acciones reflejan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos del individuo de manera apropiada para la situación, al mismo tiempo que respetan las conductas de los demás. En general, esta conducta ayuda a resolver los problemas inmediatos en la situación, al tiempo que minimiza la posibilidad de problemas futuros.

Además, en investigaciones previas se identificaron tres categorías fundamentales de consecuencias relacionadas con las habilidades sociales. Estas son: la capacidad de lograr eficazmente los objetivos de la respuesta, conocida como eficacia en los objetivos; la habilidad para mantener o mejorar la relación con la otra persona durante la interacción, denominada eficacia en la relación; y por último, la habilidad para mantener la autoestima de la persona socialmente habilidosa, que se conoce como eficacia en el respeto hacia uno mismo; Caballo (2007). Molina et al.(2023), explica que el desarrollo de habilidades sociales es un proceso desde la niñez hasta la adolescencia, y se configura mediante la interacción dinámica de múltiples influencias, incluyendo factores biológicos, cognitivos, competencias socioemocionales y el entorno circundante. Estos elementos engloban la capacidad de comunicación, la asertividad, la manifestación de responsabilidad, empatía, compromiso y autocontrol. Es importante destacar que la adquisición de habilidades sociales apropiadas se asocia con un mayor nivel de satisfacción en la vida de las personas.

Peñañiel y Serrano (2010) Señalan que en el proceso de enseñanza y formación de habilidades sociales, se emplean diversos métodos que desempeñan un papel en su adquisición. Estos métodos abarcan el “aprendizaje a través de la experiencia directa”, donde las habilidades sociales se desarrollan en respuesta a las consecuencias de nuestras acciones sociales, como la obtención de elogios o recompensas por comportamientos adecuados, y el riesgo de que las conductas inadecuadas desaparezcan o causen ansiedad. Asimismo, la observación de modelos significativos en el entorno, como padres, maestros y amigos, es un factor clave para que los niños adquieran habilidades sociales. “El

aprendizaje verbal o instruccional” también contribuye, ya que los niños pueden adquirir habilidades sociales a través de la comunicación verbal, como recibir instrucciones y orientación sobre comportamientos apropiados. Por último, “el aprendizaje a través de la retroalimentación interpersonal” se produce cuando las personas con las que interactuamos nos brindan información sobre cómo nuestras acciones influyen en los demás, lo que orienta nuestro comportamiento social sin necesidad de largos procesos de prueba y error. Estos métodos, en conjunto, son esenciales para que las personas desarrollen habilidades sociales efectivas a lo largo de su vida.

Si bien existen diversos factores que en contextos educativos pueden influenciar las habilidades sociales como expresan Torrecilla y Melendro (2023). La esfera socioeconómica también puede generar estrés y ansiedad, que pueden afectar la capacidad de una persona para una interacción social productiva; de hecho las personas que están preocupadas por la perspectiva de no tener acceso a los recursos más básicos pueden tener dificultades para concentrarse y para participar en interacciones sociales agradables; a su vez el crecimiento de las habilidades sociales también puede verse afectado por la falta de acceso a una educación de calidad; cabe señalar que la capacidad de comunicarse, resolver problemas y trabajar en equipo son habilidades sociales cruciales durante la época escolar. También el phubbing

puede repercutir como un reforzador de las conductas de exclusión, aislamiento y bajas habilidades de socialización (Chotpitayasunondh y Douglas, 2018).

Desarrollo de Habilidades Sociales

Durante la infancia el aprendizaje por modelado es importante para que los niños aprendan conductas tanto verbales como no verbales de sus padres, se producen interacciones donde las respuestas pueden ser reforzadas o castigadas, por medio de gestos y lenguaje el niño va puliendo sus habilidades sociales, sin embargo una conducta social defectuosa puede deberse a los grupos de pares quienes son modelos y fuentes de reforzamiento durante la adolescencia, pues la forma en cómo se expresan y perciben su entorno cambian durante esta etapa, si se permanece aislado, se deja de socializar o se exponen a perturbaciones afectivas y cognitivas se pueden perder estas habilidades, como explica Caballo (2007); esto podría brindarnos un entendimiento de cómo el Phubbing puede repercutir en la habilidad para socializar. Así mismo caballo (2007) resume que las personas aprenden a predecir las respuestas que obtendrán cuando son capaces de solucionar sus problemas interpersonales.

Modelo de habilidades sociales

Estas habilidades sociales se aplican en cualquier situación interpersonal, ya sea en relaciones familiares, sociales, íntimas, académicas o laborales. Su impacto no se limita solo al éxito personal y social de un individuo, sino que también influye significativamente en su éxito y competencia en el ámbito profesional, como resume Gismero (2022) en una nota para la cuarta edición de su EHS.

Las áreas de las habilidades sociales expuestas por Gismero (2000) en su EHS son las siguientes:

- Autoexpresión en situaciones sociales: Aquí se refleja la habilidad de comunicarse de manera eficaz en diversas situaciones sociales, incluyendo la expresión clara y sin

nerviosismo de pensamientos, emociones y puntos de vista. Una puntuación alta indica una buena habilidad en la autoexpresión.

- Defensa de los propios derechos como consumidor: Esta área aborda la aptitud para expresar y respaldar los derechos y requerimientos como cliente, ya sea al presentar una queja sobre un producto defectuoso o demandar un servicio de calidad. Una puntuación alta indica una buena habilidad en la defensa de los derechos como consumidor.
- Expresión de enfado o disconformidad: Esta área se relaciona con la capacidad de expresar de manera apropiada el enojo o la insatisfacción frente a una situación o comportamiento que no es aceptable. Una puntuación alta indica una buena habilidad en la expresión de enfado o disconformidad.
- Decir "no" de manera asertiva: Esta área se relaciona con la competencia de rechazar realizar una acción que no se desea o se considera inapropiada de una manera respetuosa y asertiva. Una puntuación alta indica una buena habilidad en decir "no" de manera asertiva.
- Cortar interacciones de manera adecuada: Esta área se refiere a la capacidad de finalizar una interacción social de manera adecuada, sin causar incomodidad o malentendidos. Una puntuación alta indica una buena habilidad en cortar interacciones de manera adecuada.
- Hacer peticiones: Esta área se refiere a la habilidad de solicitar algo a otra persona de manera clara y respetuosa. Una puntuación alta indica una buena habilidad en hacer peticiones.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: Se enfoca en la habilidad de entablar y mantener relaciones sociales positivas con individuos del sexo contrario.

Un puntaje elevado refleja una destacada aptitud para iniciar relaciones positivas con personas del sexo opuesto.

Así mismo Grasso (2022) realiza una validación de la prueba en Buenos Aires, Argentina, agrupando los ítems en cuatro dimensiones, etiquetados como expresión de enfado o disconformidad, autoexpresión en situaciones sociales, decir no, cortar interacciones y hacer peticiones.

Elementos de las habilidades sociales

Componentes Conductuales. Si bien existe una gran literatura sobre cómo medir los diversos componentes de las HHSS, Caballo (2007), resume que contribuye tanto la conducta verbal, como la conducta no verbal a una respuesta socialmente habilidosa, siendo la última inevitable; pues la conducta no verbal comunica cuando la persona se expresa como cuando no, pues el receptor de la conducta es capaz de formar una interpretación del mensaje percibido; este tiene varias funciones como repetir, enfatizar, o regular lo verbalizado y en ocasiones podría hasta contradecirlo.

Componentes No Verbales. Caballo (2007) a su vez explica que dentro la conducta no verbal encontramos la mirada, la cual actúa como emisor y receptor, proporcionando una atención bidireccional que permite seguir el curso de las conversaciones y comunicar una idea o actitud; La expresión facial, que puede mostrar el estado emocional, proporciona una retroalimentación como respuesta a un mensaje, indica actitudes y acompaña a la comunicación, la cual es usada como método de pacificación; la sonrisa por su parte puede ser usada como un amortiguador de conflicto, puede tener efectos significativos en las interacciones sociales, como mitigar el impacto de un rechazo, comunicar una disposición amigable y motivar a los demás a responder de manera positiva. Además, se destaca la importancia de sonreír, especialmente en aquellos individuos que tienden a mostrar expresiones tristes o

neutrales, ya que esto resalta aún más la relevancia de la sonrisa como herramienta social y emocional. A sí mismo la postura corporal y la posición de los brazos, así como la forma en que una persona se sienta, se para y camina, son indicadores que reflejan las actitudes y sentimientos hacia uno mismo y su relación con los demás; por ello el uso de un dispositivo móvil durante una conversación puede ser percibido como una falta de interés. Caballo, (2007) Explica que dentro de las habilidades sociales también podemos encontrar los movimientos de las piernas, que pueden mostrar interés y honestidad en cuanto a las emociones durante la conversación; los movimientos de la cabeza, estos deben ser aprendidos y cambian entre culturas, sin embargo los asentimientos de la cabeza indican acuerdo, muestran buena voluntad para que el otro continúe hablando y refuerzan ciertas conductas, pero al verse implicados en muchas culturas y ser utilizado por personas con ceguera de nacimiento o sordomudez sugiere que podría ser un gesto innato. También expone los componentes paralingüísticos, los cuales son la forma en cómo nos expresamos en oposición a los que decimos, contando con tres aspectos fundamentales de la vocalización, el sonido como herramienta del lenguaje, cómo la forma de transmitir sentimientos, actitudes y la personalidad del emisor; y para enfatizar y otorgar significado al habla, añadiendo profundidad y claridad a los mensajes transmitidos. (Caballo, 2007).

Componentes Verbales. Caballo, (2007); explica que se emplean para una variedad de propósitos, describiendo sentimientos, intercambiando ideas, razonar y argumentar; porque dependiendo de la situación y lo que pretende alcanzar, puede que sea de forma altamente personal, asuntos internos, asuntos externos, impersonales y abstractos. Podemos considerar diversas clases de expresiones que funcionan de diferentes formas, como dirigirse hacia uno mismo sin tener en cuenta el efecto que

está teniendo en los demás, al influir en la conducta de forma indirecta o directa.

Algunos componentes verbales, como las expresiones de atención personal y petición de una nueva conducta, estaba relacionada con la habilidad social general, los elementos del contenido verbal que diferenciaban a las personas no habilidosos de los habilidosos, como la menor variabilidad de los temas, menor interés por el otro, mayor interés por uno mismo y la excesiva autorregulación emocional. La mayoría de la interacción social se basa en la conversación que implica en la solución de problemas y la transmisión de la información, por una parte, y el mantenimiento de las relaciones sociales y el disfrute de la interacción con los demás por la otra parte. La conversación, implica una integración compleja y cuidadosa regulada por señales verbales y no verbales, como la mirada sirve a varias funciones, actuando de forma simultánea como una fuente de retroalimentación, una señal de sincronización y como una señal que comenta expresiones y transmite actitudes interpersonales, las características de la conversación se encuentran factores cognitivo en un grado notable, en el de ser capaz de procesar los estímulos que provienen del que escucha o del que habla, para variar el contenido o acentuar partes de él. Cuando alguien está hablando, necesita retroalimentación intermitente, de cómo están respondiendo los demás, de modo que pueda modificar sus verbalizaciones de acuerdo con ello, la retroalimentación de atención, el oyente manifiesta atención escogiendo una distancia, orientación y postura apropiadas, emitiendo afirmaciones verbales, aumenta siempre la cantidad de conversación del que habla; en cambio la retroalimentación que refleja, es un nivel superficial o profundo del comentario del que se habla y es vista como empática y reforzante. Por otra parte, el oyente puede comentar verbalmente la verbalización del que habla, expresando sorpresa, diversión entre otras, y por medio de sus equivalentes no verbales. Sus equivalentes y preguntas, indirectas son

esenciales para conseguir y mantener la conversación, para la obtención de información, mostrar interés en los demás e influir en la conducta de otros. Preguntas generales, que permiten al que habla hacerlo sobre algo que él mismo elija y son útiles para empezar una conversación, preguntas sobre hechos, que emplean para obtener información e introducir nuevos temas de conversación, en cambio las preguntas con final abierto, que no pueden responderse con un “sí” o un “no” y son útiles para conseguir que la gente dé contestaciones más largas y específicas y lograr una conversación más larga. Por otra parte, las preguntas con final cerrado pueden responderse con un “sí” o un “no” y no dan a contestaciones largas. Todo el mundo tiene experiencias y conocimientos de varias clases, y esto es lo que se intercambia en la conversación, luego se incluye la expresión de sentimientos, actitudes y opiniones sobre lo que se está describiendo, como la autorrevelación es normalmente gradual y recíproca.

Componentes Ambientales. Toda una serie de elementos componentes de la conducta tiene un lugar en un ambiente físico, ambiente que muchas veces tiene una influencia determinante sobre la misma, hay un gran rango potencial de factores, psicológicos, socioculturales, arquitectónicos, geográficos entre otros, que afectan a las relaciones de una persona con su entorno. Los elementos físicos del ambiente, como aquellos que existen de forma natural, como los que pueden ser producidos por el hombre, así como las construcciones humanas, son variables y relevantes que pueden tener su influencia como factores ambientales. Las variables ambientales, como el color parece ser la saturación y el brillo de los colores se encuentran correlacionados con el placer, la temperatura y humedad, en general parece ser que el calor y el frío moderados aumentan los rendimientos y las respuestas sociales dominantes, mientras que el frío y el calor intensos los disminuyen. La mayoría de

nuestra vida social tiene lugar en ambientes muy iluminados y la mayoría de las de las normas, reglas, papeles que nos sometemos son diurnos, cuando otras personas forman parte del lugar, pueden ser vistos como participantes activos o pasivos, dependiendo del grado en que se perciben como implicados en la conversación. Las variables, no solo aquellas que pueden ser relevantes, en una determinada organización, sino principalmente todas aquellas que ordenan o normativizar, el comportamiento humano de un determinado ambiente sea este una organización, o cualquier otro contexto, en las relaciones interpersonales, del contexto, así como las características del clima social. Hay que señalar que todas las variables anteriores pueden adoptar distintos niveles en el continuo molaridad-molecularidad.

Componentes Cognoscitivos. Las situaciones y los ambientes influyen en los pensamientos, sentimientos como las acciones de los individuos, hasta cierto punto la influencia ambiental puede ser unidireccional, el individuo suele ser un sujeto activo, en un continuo proceso recíproco de interacción persona por la situación, en este proceso es de una importancia decisiva de qué manera selecciona las situaciones, los estímulos acontecimientos, y cómo los percibe, construye y evalúa en sus procesos cognitivos. Algunas percepciones favorecen la comunicación típica de las primeras etapas del desarrollo de una relación; por lo que en algunos ambientes generan percepciones que proporcionan un lugar, para la comunicación de relaciones que se están deteriorando. Las percepciones de formalidad, es conforme va aumentando la formalidad es más probable que la comunicación pierda libertad y profundidad; en percepciones de un ambiente cálido, están más propensos a quedarnos, sentirnos relajados y cómodos, cuando es mayor la calidez es percibida, más probables será encontrar patrones de comunicación personales, espontáneos y eficaces. Percepciones de ambiente privado, los lugares percibidos como privados favorecen, normalmente,

distancias de habla más próximas, mayor profundidad y amplitud de los temas tratados y comunicaciones; percepciones de familiaridad, los ambientes familiares, aunque se perciban como formales y públicos, permitirán una mayor flexibilidad para comunicarse que los ambientes desconocidos, aunque se perciban como informales y privados; percepciones de restricción, la intensidad con la que percibimos la restricción de un ambiente se relaciona íntimamente con el espacio disponible y con el grado en que ese espacio es privado; percepción de la distancia, percepción sobre el ambiente se refiere al grado de proximidad o lejanía en el que el contexto nos fuerza a desarrollar nuestra comunicación con otra persona, sin embargo las percepciones de la distancia se basan en la proximidad física y psicológica, fundamentada, con frecuencia en la visibilidad o el contacto ocular. La percepción y evaluación cognitiva, por parte de una persona de las situaciones, estímulos y acontecimientos momentáneos están determinadas por un sistema persistente, integrado por abstracciones y las concepciones del mundo incluyendo los conceptos que tiene de sí mismo. Las expectativas guían a la elección, entre las muchas conductas que somos capaces de construir dentro de cada situación, la realidad objetiva no es el determinante crítico, pero sí lo es la realidad percibida, usualmente generamos una conducta a la luz de nuestras expectativas, incluso cuando no están en línea con las condiciones objetivas de la situación. Así mismo nos referimos a las relaciones conductas-resultados, en cualquier situación determinada, generamos el patrón de respuestas que esperamos la conducta con más probabilidad a los resultados que serían las consecuencias subjetivamente más valiosas en esas situaciones. En otra clase de expectativas son las relaciones estímulo-resultados, los resultados que esperamos dependen de una gran cantidad de condiciones del estímulo que nos predicen la ocurrencia de otros acontecimientos suelen ser de las conductas sociales

de los demás en contextos particulares. Se tiene que considerar la idoneidad de modificar los déficits cognitivos bien directamente por medio de técnicas de modificación de conducta cognitiva bien indirectamente, por medio del entrenamiento conductual de las habilidades sociales o bien por el conjunto de ambos métodos.

Diferencia Entre Individuos Socialmente Habilidadosos Y No Habilidadosos. Una persona categorizada socialmente habilidosos, difieren de aquella que no lo es, en diferentes aspectos de carácter cognitivo, conductual y fisiológico, sin embargo, aún faltan mayores investigaciones acerca de estos grupos, e incluso se ha estado dejando de lado el componente cognitivo (Caballo, 2007). Diferencias conductuales Un individuo socialmente más habilidoso, suele manifestar de una forma más adecuada un grupo de componentes comportamentales a diferencia del grupo que no es habilidoso; siendo algunos elementos los que resaltan cómo la mirada, la fluidez, entonación y el tiempo de habla. Diferencias cognitivas Los individuos con un nivel elevado o deficiente de habilidad social contrastan en el grado de autoeficacia general y social que presentan, asimismo, muestran diferencias en la predisposición a elaborar pensamientos negativos y/o obsesivos, así como en el temor al rechazo. Diferencias fisiológicas Los datos encontrados sobre diferencias fisiológicas son contradictorios, lo cual da a entender que la línea en este campo de investigación al parecer es improductiva o no presenta relevancia alguna en el ámbito de estudio de la habilidad social.

Phubbing y habilidades sociales

Tanhan et al. (2024) Explican que las personas se centran en las interacciones en las redes sociales en lugar del contacto cara a cara, y el uso excesivo de las redes sociales conduce a una disminución de las habilidades sociales y al deterioro de las relaciones

interpersonales; además señala que la disminución de las habilidades sociales y los desafíos en la comunicación pueden estar relacionados con una tendencia emergente denominada phubbing. Un estudio reciente realizado en Perú encontró que la conducta phubbing en adolescentes se relacionaba negativamente con la autoestima y el ambiente familiar (Tacca et al., 2021).

Por su parte, Tacca et al. (2021) comentan que el phubbing en adolescentes está relacionado con la estructura familiar, en su estudio se encontró que es más común en familias monoparentales, donde la comunicación se ve más afectada y el uso de teléfonos es más adictivo; en contraste, en las familias consanguíneas, que incluyen múltiples miembros como padres, tíos y abuelos, el phubbing es menos frecuente, con menor interrupción en la comunicación y menor obsesión por los dispositivos móviles; incluso cuando están presentes otros miembros de la familia importantes para el crecimiento y desarrollo del adolescente, la ausencia de ambos padres puede perjudicar la educación de nuevas tecnologías y parece ser un factor importante en la aparición del phubbing.

Alvares y Moral (2020), explican que el grupo de entre 16 y 24 años son los que más presencia tienen en las redes sociales al igual que ocurre en el caso de los teléfonos móviles. El uso problemático de la Red es mayor en aquellos adolescentes que presentan inestabilidad en su autocontrol y habilidades sociales y la integración grupal asociada al sentimiento de pertenencia y reconocimiento social las principales señas identificativas de la adolescencia (Moral y Fernández, 2019). De esta forma, al estar conectados dejan de sentirse solos, si bien el uso abusivo de las redes sociales puede producir una pérdida de las habilidades que se necesitan para interactuar con los demás, desarrollando una especie de analfabetismo relacional y facilitando la construcción de relaciones sociales ficticias (Moral y Fernández, 2019).

Así mismo, Guzmán y Gelvez (2022) explican que los adolescentes pueden mostrar un aumento en las adicciones conductuales relacionadas con el uso de la tecnología, siendo la población que está más conectada a internet y a las redes sociales, y cada vez adquiere teléfonos inteligentes a edades más tempranas pudiendo llegar a tener un uso de estos dispositivos de manera individual y privada, lo que escapa al control y supervisión de los padres. Así mismo resumen que el Phubbing, podría estar vinculado con la baja autoestima, promoviendo así, la dependencia a los smartphones y sus aplicaciones. Esta situación incide negativamente en la calidad de la comunicación y en la dinámica familiar, afectando el apoyo mutuo, la tolerancia y la participación en actividades recreativas; pues los comportamientos digitales como ciber-chismes, phubbing y multitareas mediáticas son habituales entre los jóvenes, quienes encuentran en ellos un sentido de pertenencia grupal, explican también que esta preferencia por las redes sociales sobre las interacciones personales se debe a su diseño para mantener a los usuarios enganchados con estímulos gratificantes. Por consiguiente, el acceso extendido a dispositivos electrónicos y a Internet ha contribuido al aumento de la sensación de soledad en entornos educativos, sobre todo en los jóvenes. Investigaciones revelan un incremento notable en la percepción de soledad en adolescentes desde el 2012, coincidiendo con la rápida adopción de dispositivos electrónicos y el uso creciente de redes sociales.

En ello, Parmaksiz (2019) realizó un estudio que buscaba hallar la relación entre la conducta phubbing con la asertividad y la pasividad en 634 adolescentes de secundaria, encontrando que tanto la asertividad como la pasividad resultaron ser indicadores significativos del phubbing y que las personas que no son asertivas en sus interacciones sociales y que prefieren el uso de dispositivos móviles en lugar de la comunicación cara a cara tienden a tener menos habilidades para escuchar, lo que contribuye al aumento del fenómeno de ignorar a los demás por usar el teléfono.

Sari et al. (2023) El phubbing tiene un impacto negativo en las habilidades sociales de la persona, especialmente en el aspecto de los trastornos de la comunicación, además reduce las habilidades de comunicación verbal y reduce la capacidad de leer señales sociales no verbales. Además, el phubbing también puede reducir la empatía, que es importante en las interacciones sociales.

En un estudio que buscaba encontrar los efectos del phubbing en la interacción social, se encontró que el phubbing impacta de manera negativa en la percepción de la calidad de una conversación reduciendo el estado de ánimo y amenazando el sentido de pertenencia, autoestima, interés y el control de la conversación, además amenaza las respuestas sociales de la misma forma que la exclusión social (Chotpitayasunondh y Douglas, 2018). Así mismo en un estudio realizado por Capilla et al. (2021) que buscaba describir las conductas de phubbing, encontró que este tiene efectos sobre la comunicación, disminuyendo la calidad de las interacciones interpersonales, la empatía y confianza en la pareja o en el interlocutor; además de propiciar niveles bajos en la calidad percibida de la relación, reacciones negativas, celos y baja autoestima; de modo que las personas perciban que su interacción es de menor calidad y se sientan menos cercanos al haber un teléfono presente, aun cuando esta desconexión no sea intencionada. Además las conductas phubbing propician a que las personas que sienten su interacción disminuida terminen por adoptar conductas “Phubber” lo que promueve un círculo vicioso (Chotpitayasunondh y Douglas, 2018). Por otro lado Capilla et al. (2021) explica que estos comportamientos han sido socialmente aceptados, pues es natural que las interacciones y normas sociales cambien de modo que el usar un teléfono durante una conversación empiece a ser visto como algo natural.

Hipótesis

Existe una relación negativa significativa entre el phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional.

Capítulo II.

Método

Tipo de investigación

La presente investigación es no experimental debido a que no se manipulan las variables, además se utilizó el enfoque cuantitativo, debido a que los variables son medidas por medio de los puntajes de sus respectivos tests, el alcance de la investigación corresponde a un modelo correlacional entre la variable Phubbing y Habilidades Sociales. y el recojo de los datos solo se dio una vez en el tiempo, por lo que, se concluye que es un estudio transversal, (Hernández et al. 2014).

Instrumento

Instrumento 1. Phubbing

Se usó la Escala de Phubbing diseñada por Karadağ et al. (2015). La cual se encuentra compuesta por 10 ítems diseñados para medir el Phubbing, se puntúan en una escala tipo Likert, además se identifican dos factores denominados: Distorsión de la comunicación (DC) y Obsesión por el móvil (OM). Cabe señalar que la prueba fue traducida por Blanca y Bendayan (2018) donde analizaron sus propiedades psicométricas. Así mismo Correa-Rojas et al. (2022) analizaron las propiedades psicométricas de la escala de phubbing en adolescentes peruanos y para ello elaboraron una validez basada en la estructura interna analizando un modelo bidimensional, Los resultados muestran que el primer factor (DC) obtuvo saturaciones por encima de .60; mientras que el segundo factor (OM) concentra saturaciones por encima de .50; alcanzando índices aceptables y se encontraron evidencias de validez basadas en su relación con otras variables como el FoMO y la adicción al Facebook las cuales explican positivamente el phubbing por su naturaleza multifactorial, Karadağ et al. (2015); en cuanto a la confiabilidad se evaluó mediante el coeficiente de Fiabilidad

Compuesta y un coeficiente omega, obteniendo un factor general adecuado ($FC=.837$), ($\omega = .871$); así mismo en los factores específicos DC ($FC= .832$), ($\omega =.831$) y OM ($FC=.758$),($\omega =.831$) se obtuvieron resultados consistentes en ambos coeficientes respectivamente.

Instrumento 2. Habilidades Sociales

Para medir las Habilidades sociales de los estudiantes se usó la Escala de Habilidades Sociales (EHS) creada por Gismero (2002) y actualizada en el 2022, el cuestionario cuenta con 33 ítems y 6 dimensiones, las cuales son : Autoexpresión de situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones, e iniciar una interacción positiva con el sexo opuesto. Así mismo Ruiz (2009) evaluó en Perú, la validez de constructo mediante la técnica de análisis factorial confirmatorio, obteniendo .480 en los grados de libertad y un alto nivel de significancia ($p<.01$); a su vez determinó la confiabilidad por el método de consistencia interna a través del Coeficiente Alpha de Cronbach, obteniendo una confiabilidad de .828 encontrándose en un nivel bueno, hallando 6 dimensiones como en la prueba original; posteriormente Tacca et al (2021) realizaron una prueba de confiabilidad a través del alfa de Cronbach a la escala general y a las seis dimensiones obteniendo valores iguales o superiores a .60, por lo que ambos estudios concuerdan en la confiabilidad de la prueba.

también fue estandarizada el 2013, en Trujillo, por Ruiz Alva y Quiroz Alcalde, ellos validaron la escala el 2014 mediante la validez de constructo con el método de correlación ítem-test en una población de adolescentes, universitarios y no universitarios, de los diferentes estratos económicos, los índices de correlación que se obtuvieron oscilan entre .25 y .37, además, utilizaron el estadístico Kuder Richardson para hallar la confiabilidad de la escala de habilidades sociales mediante el método de consistencia interna (Ruiz y Quiroz, citado en Moran, 2018).

Participantes

La muestra estuvo conformada por 163 estudiantes entre cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa nacional de Arequipa, la I.E. se ubica en el distrito de Hunter y se tomó en cuenta a los participantes que tengan edades entre 15, 16 y 17 años, la selección estuvo compuesta por 73 mujeres (44.79%) y 90 hombres (55.21%); donde se buscó que participaran la mayor cantidad de estudiantes que tengan acceso a un teléfono móvil, por lo cual se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, los criterios de inclusión y exclusión comprenden que los participantes sean del nivel secundario, que tengan acceso a un teléfono móvil, el llenado del consentimiento y asentimiento informado, que pertenezcan al cuarto y quinto año de secundaria y que tengan edades entre 15 y 17 años.

Procedimiento

Al culminar la elaboración del proyecto de investigación se contactó con las autoridades de la institución educativa con la finalidad de permitir un trámite formal, posteriormente se envió un consentimiento informado a los padres de familia, se brindó información acerca de cuál era la finalidad de las pruebas y se absolvieron las dudas, además se especificó que de no querer continuar con la evaluación podían evitarla, luego de que los consentimientos fueran firmados se procedió con la administración de los instrumentos los cual fueron entregados en una ficha, posterior a ello se hizo el vaciado de los resultados a una base de datos excel y fueron analizados con el programa Jamovi 2.3.18

Consideraciones éticas

La presente investigación mantiene los criterios de rigurosidad científica, se brindó a los participantes información de los instrumentos utilizados y con qué fin se fueron utilizados los resultados, garantizando la confidencialidad de los mismos, así como un consentimiento informado donde se detalla el propósito del presente estudio además de garantizar la privacidad de los participantes y cualquier información personal que brinden, como indican las pautas éticas propuestas por la American Psychological Association (APA, 2017); el consentimiento deberá ser autorizado a través de una firma por los apoderados de los estudiantes, donde se detalla los derechos de confidencialidad de los resultados de los participantes, así como la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento, a su vez se pidió a los estudiantes su participación voluntaria como explican los Artículos 24° y 25°,. Asimismo, en cuanto a los instrumentos, se tuvo en cuenta la importancia de la validez según los Artículos 45°, 46°, 48° y 49°, así como la necesidad de seguir los manuales de los instrumentos a utilizar, abstenerse de ofrecer diagnósticos y explicar el propósito del instrumento para mejorar su comprensión. Se utilizaron los instrumentos, manuales y calificación con rigurosidad; tomando en cuenta su validez y confiabilidad, como indica el Código de Ética Deontológico de Psicología (2017).

Análisis de datos

Los datos obtenidos se digitalizaron en una hoja de cálculo de Microsoft Excel. La base de datos se importó al software estadístico Jamovi versión 2.3.18. En las variables numéricas se presentan los estadísticos de la Media y la Desviación Estándar. Se evaluó la distribución normal de las variables numéricas para conocer si siguen o no siguen la normalidad. Se aplicó la correlación debido a tener dos variables numéricas, al aplicarse la prueba de Shapiro-Wilk no se encontró normalidad por lo cual se empleó la rho de Spearman para la correlación.

Capítulo III.

Resultados

Resultados obtenidos

A continuación, se muestran los resultados respondiendo a los objetivos establecidos anteriormente comenzando con los objetivos descriptivos, se indican los niveles de Phubbing en los adolescentes de cuarto y quinto de secundaria, seguido de sus niveles de habilidades sociales; en segundo lugar se muestran los niveles de Phubbing y habilidades sociales según el sexo, además se realizó una comparación en ambos grupos; luego se indican los niveles de Phubbing y habilidades sociales según el grado académico y se realizó una comparación entre ambos grupos; final mente se muestra la correlación entre el general de Phubbing con sus factores y habilidades sociales con sus dimensiones.

Tabla 1

Descripción de los niveles de Phubbing

Phubbing	<i>f</i>	%
Alto	22	13.5 %
Medio	71	43.6 %
Bajo	70	42.9 %

En la tabla 1, se muestran los niveles de Phubbing, se halló que el 13.5% de los participantes muestran niveles altos de conducta Phubbing, el 43.6% muestran niveles medios y el 42.9% muestran niveles bajos.

Tabla 2*Descripción de los niveles de habilidades sociales*

Habilidades Sociales	<i>f</i>	%
Alto	42	25.8 %
Medio	92	56.4 %
Bajo	29	17.8 %

En la tabla 2, se muestran los niveles de habilidades sociales, se halló que el 25.8% de los adolescentes muestran niveles altos de habilidades sociales, el 56.4% muestran niveles medios y el 17.8% muestran niveles bajos.

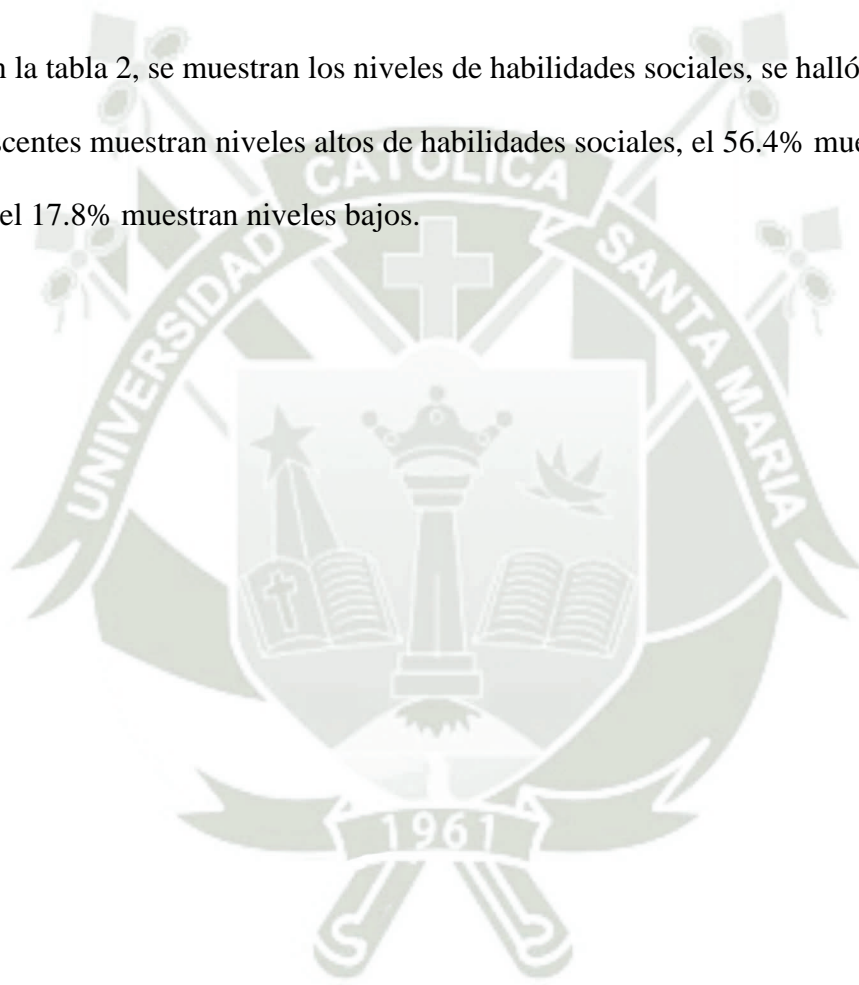


Tabla 3

Niveles de Phubbing según el sexo

Sexo		Alto	Medio	Bajo	Total
Mujeres	<i>f</i>	6	46	25	77
	%	7.8 %	59.7 %	32.5 %	100 %
Hombres	<i>f</i>	16	25	45	86
	%	18.6 %	29.1 %	52.3 %	100 %

En la tabla 3, se muestran los niveles de Phubbing según el sexo, se halló que el 7.8% de las mujeres muestran niveles altos de la conducta Phubbing, 59.7% muestran niveles medios y el 32.5% muestran niveles bajos; así mismo el 18.6% de los hombres mostraron altos niveles de conducta Phubbing, el 29.1% mostraron niveles medios y el 52.3% mostraron niveles bajos.

Tabla 4

Niveles de Habilidades Sociales según el sexo

Sexo		Alto	Medio	Bajo	Total
Mujeres	<i>f</i>	13	52	12	77
	%	16.9 %	67.5 %	15.6 %	100 %
Hombres	<i>f</i>	29	40	17	86
	%	33.7 %	46.5 %	19.8 %	100 %

En la tabla 4, se muestra los niveles de habilidades sociales según el sexo, se halló que el 16.9% de las mujeres muestran niveles altos de habilidades sociales, el 67.5% muestran niveles medios y el 15.6% muestran niveles bajos; así mismo el 33.7% de los hombres muestran niveles altos de habilidades sociales, el 46.5% muestran niveles medios y el 19.8% de los varones muestran niveles bajos.

Tabla 5*Comparación de Phubbing y habilidades sociales en función al sexo*

	Grupo	N	M	DE	U	P
Phubbing	Mujeres	77	26.0	8.90	3295	0.957
	Hombres	86	26.5	7.75		
Habilidades Sociales	Mujeres	77	85.9	14.02	3295	0.951
	Hombres	86	88.4	15.81		

La tabla 5, indica que no existen diferencias significativas en las variables Phubbing ($U = 3295$; $P > .05$) y habilidades sociales ($U = 3295$; $P > .05$) respecto al sexo de los adolescentes.

Tabla 6

Nivel de Phubbing respecto al grado académico

Escolaridad		Alto	Medio	Bajo	Total
Cuarto	<i>f</i>	15	39	42	96
	%	15.6 %	40.6 %	43.8 %	100 %
Quinto	<i>f</i>	7	32	28	67
	%	10.4 %	47.8 %	41.8 %	100 %

En la tabla 6, se muestran los niveles de Phubbing según el grado académico, se halló que el 15.6% de los adolescentes del cuarto año de secundaria muestran altos niveles de conducta Phubbing, el 40.6% muestra niveles medios y el 43.8% muestra niveles bajos. Así mismo el 10.4% de los estudiantes de quinto año de secundaria mostraron altos niveles de Phubbing, el 47.8% mostraron niveles medio y el 41.8% mostraron niveles bajos.

Tabla 7

Nivel de habilidades sociales según el grado académico

Escolaridad		Alto	Medio	Bajo	Total
Cuarto	<i>f</i>	28	46	22	96
	%	29.2 %	47.9 %	22.9 %	100.0 %
Quinto	<i>f</i>	14	46	7	67
	%	20.9 %	68.7 %	10.4 %	100.0 %

En la tabla 7, se muestran los niveles de habilidades sociales con respecto al grado académico, donde se halló que el 29.2% de los adolescentes del cuarto año de secundaria muestran niveles altos de habilidades sociales, el 47.9% muestra niveles medios y el 22.9 % muestra niveles bajos. Así mismo el 20.9 % de los estudiantes de quinto año de secundaria

mostraron niveles altos de habilidades sociales, el 68.7 % mostraron niveles medio y el 10.4 % mostraron niveles bajos.



Tabla 8*Comparación de Phubbing y Habilidades Sociales respecto al grado académico*

	Grupo	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Phubbing	Cuarto	96	26.7	8.12	2974	0.412
	Quinto	67	25.6	8.67		
Habilidades Sociales	Cuarto	96	87.5	15.52	3156	0.841
	Quinto	67	86.9	14.31		

La tabla 8, muestra que, no existen diferencias significativas entre los grupos de cuarto y quinto de secundaria en torno a cada variable, Phubbing ($U = 2974$; $P > .05$) y habilidades sociales ($U = 3156$; $P > .05$) respecto al grado académico de los adolescentes.

Tabla 9*Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk*

	<i>Phubbing</i>	<i>Habilidades Sociales</i>
N	163	163
W de Shapiro-Wilk	.956	.959
P valor	.002	.002

La prueba establece que no hay una normalidad por lo cual se empleó la rho de Spearman para la correlación.

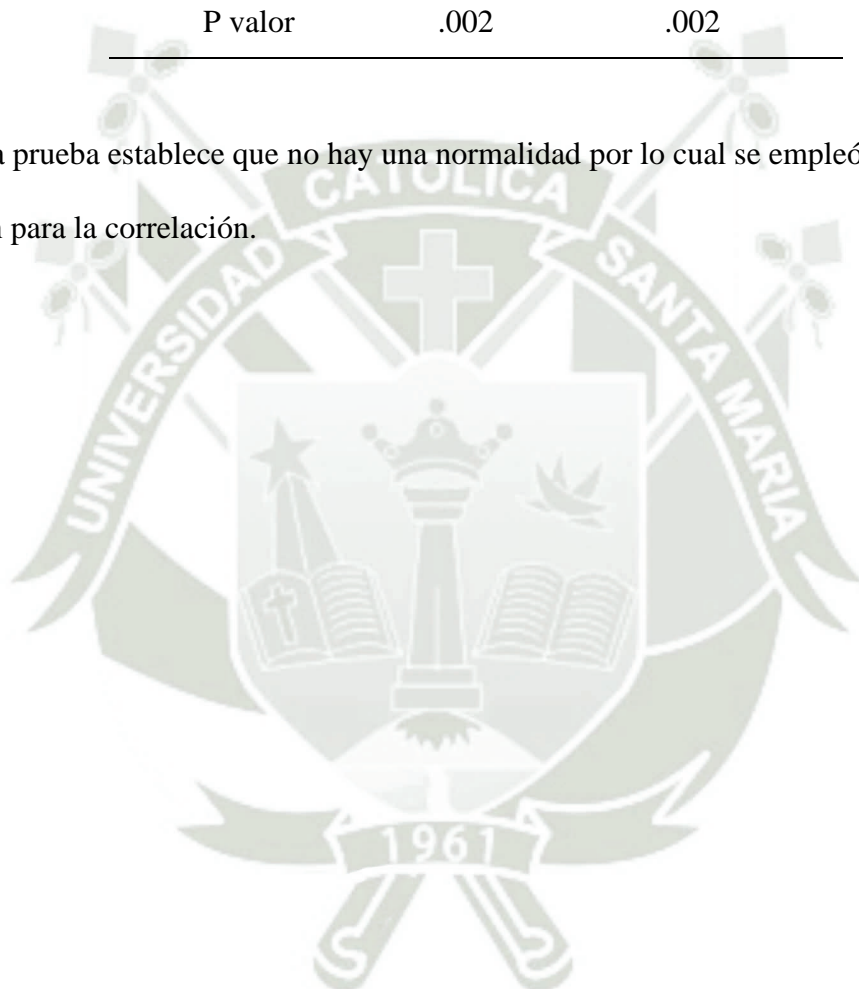


Tabla 10

Correlación entre el general de Phubbing con sus factores y el general de Habilidades Sociales con sus dimensiones

		Phubbing	Distorsión de la comunicación	Obsesión por el móvil
Habilidades sociales	<i>rho</i>	-.609	-.605	-.466
	<i>p</i>	.002	.002	.025
Autoexpresión en situaciones sociales	<i>rho</i>	-.607	-.647	-.444
	<i>p</i>	.002	.001	.034
Defensa de los propios derechos como consumidor	<i>rho</i>	.190	.194	.212
	<i>p</i>	.386	.375	.331
Expresión de enfado o disconformidad	<i>rho</i>	-.477	-.507	-.436
	<i>p</i>	.022	.014	.038
Decir no y cortar interacciones	<i>rho</i>	-.454	-.409	-.466
	<i>p</i>	.029	.043	.025
Hacer peticiones	<i>rho</i>	.290	.120	.208
	<i>p</i>	.180	.058	.341
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	<i>rho</i>	-.496	-.459	-.428
	<i>p</i>	.016	.027	.041

Finalmente, en la tabla 9, se halló una correlación negativa entre el general de la variable habilidades sociales y el general de Phubbing ($Rho = -.609$; $P < .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = -.605$; $P < .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = -.466$; $P < .05$); así mismo existe una correlación entre la dimensión autoexpresión en situaciones sociales y el general de Phubbing ($Rho = -.607$; $P < .05$) con sus factores

distorsión de la comunicación ($Rho = -.647$; $P < .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = -.444$; $P < .05$); a su vez se encontró una correlación negativa entre la dimensión expresión de enfado o disconformidad y el general de Phubbing ($Rho = -.477$; $P < .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = -.507$; $P < .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = -.436$; $P < .05$); de igual forma se encontró una correlación negativa entre la dimensión decir no y cortar interacciones y el general de Phubbing ($Rho = -.454$; $P < .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = -.409$; $P < .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = -.466$; $P < .05$); también se encontró una correlación negativa entre la dimensión iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto y el general de Phubbing ($Rho = -.496$; $P < .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = -.459$; $P < .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = -.428$; $P < .05$); sin embargo no se encontró una correlación significativa entre la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor y el general de Phubbing ($Rho = .190$; $P > .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = .194$; $P > .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = .212$; $P > .05$); finalmente no se encontró una correlación entre la dimensión decir no y cortar interacciones y el general de Phubbing ($Rho = .290$; $P > .05$) con sus factores distorsión de la comunicación ($Rho = .120$; $P > .05$) y obsesión con el móvil ($Rho = .208$; $P > .05$).

Discusión

En esta investigación el objetivo general es determinar la relación entre el phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional dando como resultado que existe una correlación negativa significativa entre ambas variables lo que rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa.

Estos resultados concuerdan con lo encontrado en la investigación de Ramos y Rivera (2020), donde se encontró una relación negativa significativa entre el phubbing y las habilidades sociales, los evaluadores explicaron que estos resultados pueden deberse a que los teléfonos brindan mayor interés a los jóvenes hoy en día; así mismo cabe resaltar que durante esta etapa el desarrollo biopsicosocial del adolescente está vinculado a factores ambientales y estímulos externos, los cuales pueden ser influenciados por la adquisición de teléfonos inteligentes a muy tempranas edades generando problemas en la comunicación y conductas phubbing; las cuales se encuentran vinculadas a niveles bajos de autoestima, deterioro del clima familiar, sentimiento de soledad, problemas en el aprendizaje, comunicación y socialización cómo destaca Guzmán y Gelvez (2022), y Geng et al. (2021); Así mismo Velasquez (2023) encontró una relación negativa entre ambas variables explicando que el phubbing podría generar el hábito de “ningufonear” principalmente en las interacciones interpersonales de los adolescentes. En la misma línea Hafizah et al. (2021) encontraron que el autocontrol y las relaciones interpersonales se encuentran relacionadas con el phubbing, explicando que las personas, al no poder comunicar o compartir sus ideas durante una conversación, se aíslan de las relaciones sociales y pierden la preocupación por situaciones sociales reales, a su vez destacaron que el phubbing se debe, en parte, a la falta de autocontrol que impulsa a las personas a revisar constantemente sus teléfonos, incluso cuando no es necesario comunicarse de manera urgente. Por ello que es preciso desarrollar criterios causales específicos para determinar por qué se genera esta problemática, dentro de los cuales

se encuentran la adolescencia, la multitarea, la adicción a redes sociales, el aburrimiento y el aislamiento social (Álvarez y Moral, 2019; Hee et al., 2022; Barrios et al. 2017). Sin embargo aún no es claro si bajos niveles de habilidades sociales pueden conllevar a conductas phubbing o si éste repercute como causa en las interacciones sociales disminuidas, en ello, Chotpitayasunondh y Douglas (2018) explican que las conductas phubbing propician a que las personas que sienten su interacción social disminuida por ser “ningufoneadas”, terminen por adoptar conductas “Phubber” lo que promueve un círculo vicioso (Chotpitayasunondh y Douglas, 2018). Por otro lado Capilla et al. (2021) encontró que entre los jóvenes este comportamiento ha sido socialmente aceptado y explica que en un futuro el phubbing pueda dejar de ser visto como una problemática de modo que se perciba como algo natural, el uso de un teléfono durante una conversación. Sin embargo, en un estudio realizado en Latinoamérica, por Gordillo et al. (2019) encontraron que el phubbing tiene repercusiones en los patrones culturales y en las interacciones sociales dentro de la familia siendo más marcado en zonas urbanas, donde hay mayor prevalencia de redes sociales, en comparación a zonas rurales, donde hay mayor prevalencia de mensajes de texto y llamadas, sin embargo es notorio el uso de teléfonos durante las interacciones sociales en ambos grupos y concluyen que el phubbing puede provocar una pérdida progresiva de las habilidades sociales.

Respecto a los niveles de phubbing en los estudiantes se halló que el 13.5 % de los participantes muestran niveles altos de conducta Phubbing, el 43.6 % muestran niveles medios y el 42.9% muestran niveles bajos, lo que puede indicar que el usar el teléfono durante una conversación en los adolescentes es más frecuente actualmente, ello guarda relación con las cifras publicadas en el INEI (2023), donde se halló que el 82,8% de los adolescentes entre 12 a 18 tienen acceso a un teléfono móvil en el Perú. Respecto a los niveles de habilidades sociales, se halló que el 25.8% de los adolescentes muestran niveles

altos de habilidades sociales, el 56.4% muestran niveles medios y el 17.8% muestran niveles bajos.

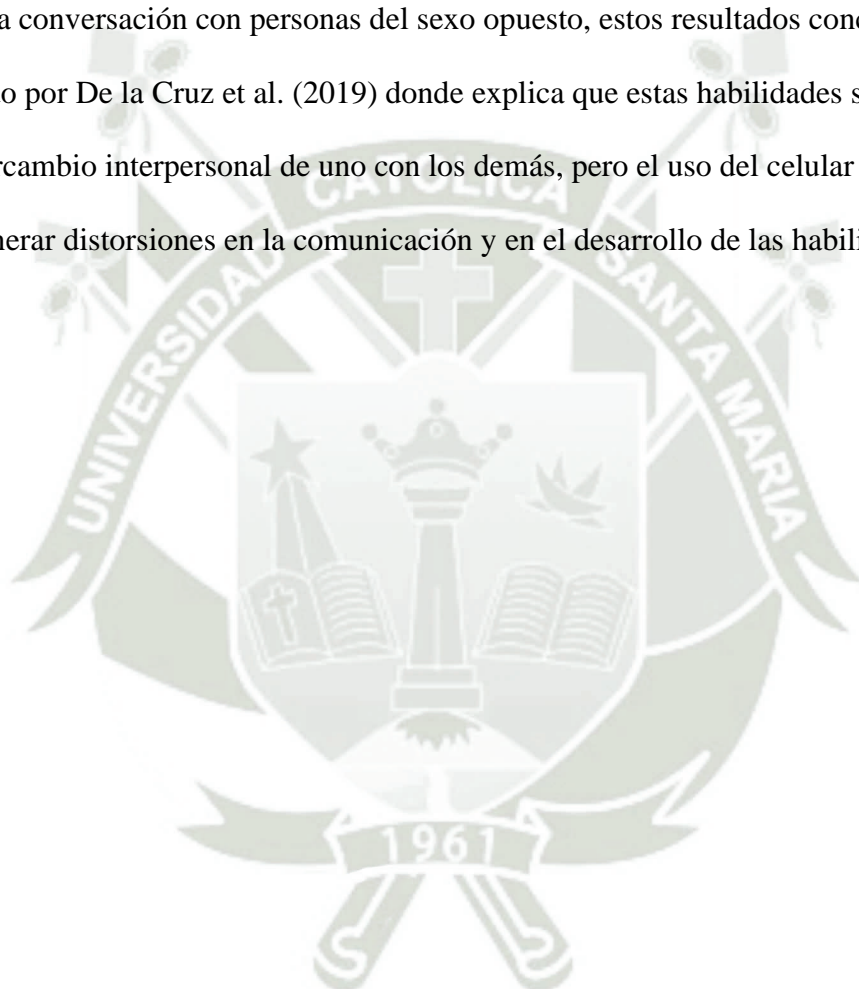
En relación con los niveles de phubbing en los estudiantes respecto al grado académico se halló que el 15.6% de los adolescentes del cuarto año de secundaria muestran altos niveles de conducta Phubbing, el 40.6% muestran niveles medios y el 43.8% muestran niveles bajos. En la misma línea el 10.4% de los estudiantes de quinto año de secundaria mostraron altos niveles de Phubbing, el 47.8% mostraron niveles medio y el 41.8% mostraron niveles bajos. Al comparar ambos grupos no se encontró una diferencia significativa ($U = 2974$; $P > .05$) respecto a la variable phubbing; estos datos podrían sugerir que el cambio de edad entre un grado y otro no muestra un intervalo suficiente para que se propicie un cambio significativo en la conducta phubbing; siendo este más propenso a aumentar con diferentes factores.

En referencia a los niveles de Phubbing en los estudiantes respecto al sexo, se halló que el 7.8% de las mujeres muestran niveles altos de la conducta Phubbing, 59.7% muestran niveles medios y el 32.5% muestran niveles bajos; así mismo el 18.6% de los hombres mostraron altos niveles de conducta Phubbing, el 29.1% mostraron niveles medios y el 52.3% mostraron niveles bajos. Al comparar ambos grupos se halló que no existe diferencias significativas ($U = 3295$; $P > .05$), estos datos difieren con lo encontrado por Menéndez y Moral (2020) en una población más amplia, donde las adolescentes presentaron niveles más altos de phubbing, sin embargo, concuerdan con los datos encontrados por Tacca et al. (2021) en una población peruana.

Por otra parte, al correlacionar de manera independiente la dimensión autoexpresión en situaciones sociales con los factores distorsión de la comunicación y obsesión con el móvil, hallamos una correlación negativa significativa. Estos datos concuerdan con lo encontrado por Ayar y Gürkan (2021) quienes explican que las habilidades sociales de las

personas phubbers, es decir los que presentan conductas phubbing, se ven afectadas negativamente por mantener un contacto constante con el celular, colocando pretextos durante una conversación cara a cara. a su vez los phubbee llegan a sentir un menosprecio por parte de las personas con conducta phubbing, percibiendo su desaire como molesto y poco sociable (Cebollero, 2022). Respecto a la relación entre expresión de enfado y disconformidad y los factores obsesión con el móvil y distorsión de la comunicación se encontró una relación negativa significativa, la cual concuerda con los datos encontrados por Parmaksız y Kılıçarslan (2021) donde encontraron que la agresión y la inteligencia emocional son predictores de las conductas phubbing, en el mismo estudio los autores explican que las personas que muestran conductas phubbing suelen priorizar el uso de internet por sobre las habilidades emocionales. A su vez, Juliah (2019) en una muestra más amplia encontró que la inteligencia emocional se encuentra relacionada negativamente con el phubbing. Así mismo, al correlacionar la dimensión decir no y cortar interacciones con los factores distorsión de la comunicación y obsesión con el móvil, se encontró una correlación negativa significativa, Garcia L. et al. (2015) explicó que existe una relación entre saber decir no y la asertividad, y estos datos concuerdan con lo encontrado por Parmaksiz (2019) quien halló que el phubbing se encuentra relacionado negativamente con la asertividad y la pasividad. Por otro lado en nuestro estudio, tanto la dimensión defensa de los propios derechos como consumidor y hacer peticiones, no tuvieron una relación significativa con los factores distorsión de la comunicación y obsesión con el móvil. estos datos concuerdan con lo encontrado por Fuentes y Capacoila (2019), donde los autores explican que las personas con adicción a redes sociales no muestran dificultades para hacer peticiones sin embargo en lo referente a defensa de los propios derechos como consumidor si encontraron un relación negativa significativa e indicaron que las personas con adicción a redes sociales pueden tener dificultades para expresarse asertivamente; esta diferencia en nuestro estudio podría deberse a que el realizar

peticiones, es una acción que requiere un interés proactivo, mientras que el phubbing puede ser desencadenado por una reacción involuntaria durante una conversación. Por otro lado al correlacionar la dimensión iniciar interacciones con el sexo opuesto con los factores distorsión de la comunicación y obsesión con el móvil, se encontró una correlación negativa significativa; es decir que los adolescentes con conductas phubbing tienen dificultades para iniciar una conversación con personas del sexo opuesto, estos resultados concuerdan con lo encontrado por De la Cruz et al. (2019) donde explica que estas habilidades son aprendidas en el intercambio interpersonal de uno con los demás, pero el uso del celular en adolescentes puede generar distorsiones en la comunicación y en el desarrollo de las habilidades sociales.



Conclusiones

Primera. Existe una correlación negativa significativa entre el phubbing y las habilidades sociales en los estudiantes de una institución educativa nacional.

Segunda. Se determinó que los estudiantes de la institución educativa han experimentado niveles medios y bajos de conductas phubbing.

Tercera. Se estableció que los estudiantes de la institución educativa han experimentado niveles medios y altos de habilidades sociales.

Cuarta. No existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto a las variables phubbing y habilidades sociales en la institución educativa nacional.

Quinta. No existe diferencia significativa entre los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria respecto a las variables phubbing y habilidades sociales.

Sexta. Existe una relación negativa significativa entre las dimensiones de habilidades sociales; expresión en situaciones sociales; expresión de enfado y disconformidad; decir no y cortar interacciones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto con respecto al phubbing y sus factores distorsión de la comunicación y obsesión con el móvil.

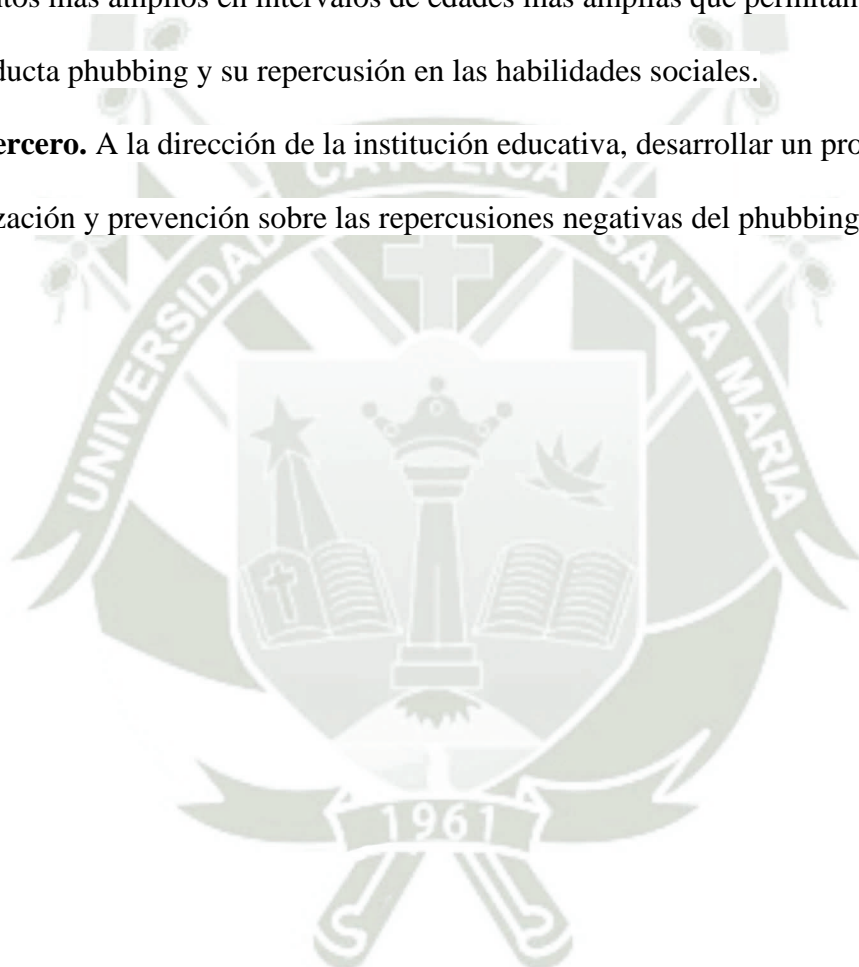
Séptima. No existe una relación negativa significativa entre las dimensiones de habilidades sociales; defensa de los propios derechos como consumidor y hacer peticiones con respecto al phubbing y sus factores obsesión con el móvil y distorsión de la comunicación sin embargo no se descarta una relación negativa entre hacer peticiones y distorsión de la comunicación.

Sugerencias

Primero. A los futuros tesisistas, realizar una investigación mixta, cuantitativa y cualitativa, entre la relación de ambas variables a fin de encontrar los predictores de la conducta phubbing y si afectan la capacidad para una óptima comunicación interpersonal.

Segunda. A los futuros investigadores, realizar réplicas del siguiente estudio con instrumentos más amplios en intervalos de edades más amplias que permitan ver el desarrollo de la conducta phubbing y su repercusión en las habilidades sociales.

Tercero. A la dirección de la institución educativa, desarrollar un programa de concientización y prevención sobre las repercusiones negativas del phubbing.



Limitaciones

Primero. Al tener una muestra pequeña de estudiantes de cuarto y quinto no es preciso realizar una extrapolación de los resultados al resto de la población de los estudiantes de Arequipa.

Segundo. El rango de edad de los participantes no permitió un análisis más detallado de los cambios del phubbing y las habilidades sociales en el tiempo.



Referencias

- Aagaard, J. (2020). Digital akrasia: a qualitative study of phubbing. *AI & SOCIETY*, 35, 237-244.
- Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R., y Wiener, K. (2018). Trait Boredom Is a Predictor of Phubbing Frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4(2), 245- 252.
- Al-Saggaf, Y., y O'Donnell, S. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132-140.
- Álvarez, M., y Moral, M. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 20(1), 113-125.
- Angrehs, R., Crespi, P., y Muñoz, C. (2011). Habilidades sociales. Ediciones Paraninfo, SA.
- Arias, W. (2015). Tecnologías de la información y la comunicación en colegios públicos y privados de Arequipa. *Interacciones*, 1(1), 11-28.
- Aliaga, C. (2023). Nuevas adicciones que deterioran la convivencia familiar: ludopatía, tecnofilia y phubbing. *Socialium* 7(1), 11-17.
- Ayar, D., y Gürkan K. The Effect of Nursing Students' Smartphone Addiction and Phubbing Behaviors on Communication Skill. *Computers Informatics Nursing*, 40(4):230-235.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., y Griffiths, M. (2018). Neuroticism, Trait Fear of Missing Out, and Phubbing: The Mediating Role of State Fear of Missing Out and Problematic Instagram Use, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639.
- Barrios-Borjas, D., Bejar-Ramos, V., y Cauchos-Mora, V. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia, *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 55(3), 205-206.

- Beranuy, M., Fernández-Montalvo, J., Carbonell, X. y Cova, F. (2016). Características del uso de Internet en los cibercafés. *Terapia Psicológica*, 34(1), 5-13.
- Blanca, M., y Bendayan, R. (2018). Spanish version of the Phubbing Scale: Internet addiction, Facebook intrusion, and fear of missing out as correlates. *Psicothema*, 30(4), 449-454.
- Bulut, S., y Nazir, T. (2020). Phubbing Phenomenon: A Wild Fire, Which Invades our social communication and Life, *Open Journal of Medical Psychology*, 9(1), 1-6.
- Caballo, V. (2007). Manual de habilidades sociales. *Ed. Siglo XXI*. México.
- Castellana, M., Sánchez, X., Graner, C., y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Pap. psicol*, 196-204.
- Capilla, E., y Cubo, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 50, 173-185.
- Capilla, E., Tomayess, I., Gutiérrez, P., y Cubo, S. (2021). A descriptive literatura review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), 1-10.
- Cebollero, A., Bautista, P., Íñiguez, T., y Elboj, C. (2022). ¿Te importaría prestarme atención? El Phubbing en la adolescencia como reto educativo en la convivencia digital y presencial. *Revista Complutense de Educación*, 33(4), 601-610.
- Chatterjee, S. (2020). Antecedents of phubbing: from technological and psychological perspectives. *Journal of Systems and Information Technology*, 22(2), 161-178.
- Chotpitayasunondh, V. y Douglas, KM (2018). Los efectos del “phubbing” en la interacción social. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 48(6), 304–316.

- Çizmeçi, E. (2017). Disconnected, though satisfied: phubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364- 375.
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú.
- Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M., y Cambillo-Moyano, E. (2022). Propiedades psicométricas de la Escala de Phubbing: Modelo Bifactor e Invarianza factorial en universitarios peruanos. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 22(2), 227-243.
- Costello, E., Foley, L., y Angold, A. (2006). 10-year research update review: the epidemiology of child and adolescent psychiatric disorders: I. Methods and public health burden. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(1), 8-25.
- De la Cruz, D., Torres, L., y Yáñac, E. (2019). Efectos de la dependencia al celular en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 12(2), 37-44.
- Domínguez, J., y Ybañez, V. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181–230.
- Dominik, L., Behnke, M., y Džon, M. (2019). The Gengar effect: excessive Pokémon Go players report stronger smartphone addiction, phubbing, pain, and vision- related problems. *PsyArXiv*, 1-37.
- Dragano, N. y Lunau, T. (2020) Tecnoestrés en el trabajo y salud mental: conceptos y resultados de la investigación. *Opinión actual en psiquiatría*, 33(4), 407-413.
- Dwyer, R., Kushlev, K., y Dunn, E. (2018). Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233-239.

- Erzen, E., Odaci, H., y Yeniçeri, İ. (2021). Phubbing: Which Personality Traits Are Prone to Phubbing?. *Social Science Computer Review*, 39(1), 56–69.
- Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N., y Mamani, H. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 74-80.
- Fuentes, M. y Capacoila, F. (2019) Adicción a Redes Sociales y Habilidades Interpersonales en Estudiantes Universitarios. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/8910>
- García, L., Salvador, M. y Reyes, A., (2015). Assessment of Social Anxiety in Adolescents. *Social Anxiety and Phobia in Adolescents*, 121–150.
- García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social, *XXI : revista de educación*, 12(1),225-240.
- Geng, J., Lei, L., Ouyang, M., Nie, J., & Wang, P. (2021). The influence of perceived parental phubbing on adolescents’ problematic smartphone use: A two-wave multiple mediation model. *Addictive Behaviors*, 121, 106995.
- Gismero, E. (2000). EHS Escala de habilidades sociales. Madrid: *TEA Publicaciones de Psicología Aplicada*, 14.
- Gismero-González, E. (2002). EHS, Escala de Habilidades Sociales: Manual (2nd ed.). *Hogrefe TEA Ediciones* (Madrid, España).
- Gracia, T., Ávila, D., Hernández, J., y Flórez, D. (2021). La presencia de phubbing en estudiantes del nivel superior. *Panorama*, 15(28), 6.
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., y Meringolo, P. (2019). An Explorative Model to Assess Individuals’ Phubbing Risk. *Future Internet*, 11(1), 1-13.

- Guzmán, V. y Gelvez. L., (2022). Phubbing en los adolescentes un comportamiento que afecta la interacción social. Una revisión sistemática. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 7-19.
- Hafizah, N., Adriansyah, M., y Permatasari, R. (2021). Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 630-645.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023). Estadísticas de las Tecnologías de las Información y Comunicación en los Hogares. (Informe técnico N°02 - Junio 2023). <https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/4377979-las-tecnologias-de-informacion-y-comunicacion-en-los-hogares-ene-feb-mar-2023>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018). Estadísticas de las Tecnologías de las Información y Comunicación en los hogares. Informe técnico N°07 Marzo- 2018.
- Jabeen, F., Tandon, A., Sithipolvanichgul, J., Srivastava, S., y Dhir, A. (2023). Social media-induced fear of missing out (FoMO) and social media fatigue: The role of narcissism, comparison and disclosure. *Journal of Business Research*, 159, 1-11.
- Juliah, S. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Phubbing pada Mahasiswa di Kota.Medan. [Tesis de licenciatura, Universitas Islam Riau]. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/25013>
- Jung Hee, H., Su-Jin, P., y Youngji, K. (2022). Phubbing as a Millennials' New Addiction and Relating Factors Among Nursing Students. *Psychiatry investigation*, 19(2), 135–145.
- Kaczmarek, L., Behnke, M., y Dzon, M. (2019). The Gengar effect: excessive Pokémon Go players report stronger smartphone addiction, phubbing, pain, and vision-related problems. *PsyArXiv*, 1-37.

- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mizrak, B., Çulha, İ., y Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74.
- Kushlev, K., y Dunn, E. (2019). Smartphones distract parents from cultivating feelings of connection when spending time with their children. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(6), 1619-1639.
- Lejderman, B., & Dal Zot, J. (2020). Narcisismo e Redes Sociais. *Rev. Bras. Psicoter.(Online)*, 55-67.
- Losada, L. (2018). Reflexión y construcción del conocimiento en torno a las habilidades sociales y la competencia social. *Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 2(1), 7-22.
- Meredith, D., Roberts, J., (2017). Phubbed and Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, and Attachment to Social Media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155-163.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., y Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO. *Motivation and emotion*, 42(5), 725-737.
- Molina, D., Pérez, D., Domínguez, D. y Yohaid Y.,(2023) Competencias emocionales estudiantiles y oportunidades de mejora de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la educación emocional. *AiBi Revista de Investigación, Administración e Ingeniería*, 11(1) 98–105.
- Moral, M., y Fernández, S. (2019). Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(1), 103-119. doi:10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.5029

- Moran M., T. M. (2018). Habilidades sociales en alumnos de secundaria de una institución educativa estatal y una institución educativa privada de Trujillo-2016. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio Institucional UPAO. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/4095>
- Nazir, T., y Piskin, M. (2016). Phubbing: technological invasion which connected the world but disconnected humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 39-46.
- Parmaksız, I. (2019). Relationship of Phubbing, a Behavioral Problem, with Assertiveness and Passiveness: A Study on Adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*. 11. 34-45.
- Parmaksız, İ., & Kılıçarslan, S. (2021). AGGRESSION and emotional intelligence as predictors of phubbing. *Psycho-Educational Research Reviews*, 10(3), 189-203.
- Peñañiel, E., y Serrano, C. (2010). *Habilidades Sociales*. Editex.
- Peris, M., Maganto, C., y Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción- adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36.
- Przybylski, A., Murayama, K., DeHaan, C., y Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out, *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Quizhpe, M., Samaniego, R., Aguirre M. y Quinche, C. (2019). Influencia del phubbing en la interacción familiar de la provincia de El Oro. *In Conference Proceedings UTMACH V*, 3(1).
- Ruiz, C. (Ed.). (2009). Escala de habilidades sociales (EHS). Trujillo.
- Sari, L., Nurbayani, S., & Kurniawati, Y. (2023). The influence of the phubbing phenomenon on social skills in developing life skills among social sciences education students at

- the Indonesian University of Education. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 12(4), 1153-1160.
- Spitzberg, BH y Cupach, WR (2012). Manual de investigación de competencia interpersonal . *Medios de ciencia y negocios de Springer*.
- Starcevic, V., Berle, D. y Arnáez, S. (2020). Conocimientos recientes sobre la cibercondría. *Informes de psiquiatría actuales*, 22, 1-8.
- Tacca, D., Cuarez, R., y Tacca, A.. (2021). Phubbing, Clima Familiar y Autoestima en Adolescentes Peruanos en el Contexto del Aislamiento Social. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 10(3), 1-21.
- Tanhan, F., Özok, İ., Kaya, A., y Yildirim, M. (2024). Mediating and moderating effects of cognitive flexibility in the relationship between social media addiction and phubbing. *Current Psychology*, 43(1), 192-203.
- Ting, S., Hoong, K., y Kim, S. (2018). Are you “phubbing” me? The Determinants of Phubbing Behavior and Assessment of Measurement Invariance across Sex Differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159-190.
- Torrecilla, E. y Melendro, M. (2023). Las habilidades sociales en jóvenes en riesgo de exclusión social : una revisión sistemática, *Aula Abierta*, 52(2), 175-183.
- Vanden, M., Antheunis, M., y Schouten, A. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, 62, 562-569.
- Vega, L., Delgado, Y., y García, L. (2018). Incidencia del entorno en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes en riesgo de exclusión. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, (20).

- Vorderer, P., Hefner, D., Reinecke, L., y Klimt, C. (2017). *Permanently online, permanently connected: living and communicating in a POPC World*. Routledge.
- Wang, X., Gao, L., y Yang, J. (2019). Phubbing Parental y Síntomas Depresivos en Adolescentes: Autoestima y Apoyo Social Percibido como Moderadores. *Juventud Adolescencia*, 49, 427–437.
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., y Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17.
- Xiao-Pan, X., Qing-Qi, L., Zhen-Hua, L., y Wen-Xian, Y. (2022). The Mediating Role of Loneliness and the Moderating Role of Gender between Peer Phubbing and Adolescent Mobile Social Media Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 1-10.

Anexos

Ficha de consentimiento informado

Estimado padre de familia o apoderado, nos encontramos llevando a cabo una investigación que tiene como meta el determinar la relación entre el Phubbing (uso del celular durante las interacciones sociales) y las habilidades sociales. Los instrumentos que se aplicarán a su menor hijo son la Escala de Phubbing y la Escala de Habilidades Sociales (EHS). El tiempo de aplicación de las escalas no excederá los 30 minutos. Los resultados y su respectiva interpretación formarán parte de nuestra investigación que será sustentada ante la Universidad Católica de Santa María de la ciudad de Arequipa, Perú. Cabe señalar que:

- Toda posible información personal/delicada recolectada será confidencial y los resultados únicamente tendrán fines investigativos y académicos.
- Usted puede no participar y/o retirarse sin consecuencia alguna hacia su persona.

Si usted presenta dudas acerca de la investigación y le interesaría recibir información detallada, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: josberigo@gmail.com

En caso de estar conforme con lo mencionado previamente, se le pide leer y completar lo que se le pide en el siguiente enunciado:

Yo _____ con DNI _____, edad _____, género _____, he sido informado de forma clara el objetivo de la investigación dirigida por los bachilleres Rivera Gómez, Josber Luis y Rojas Larico, Jazmín Ximena. Por lo tanto, voluntariamente acepto participar de dicha investigación.

Firma del participante

Asentimiento Informado

Estimado/a estudiante, solicito su participación en el estudio “Phubbing (uso del celular durante las interacciones sociales) y habilidades sociales en escolares de la ciudad de Arequipa, 2024” realizado como proyecto de tesis de la Universidad Católica de Santa María. El objetivo del presente estudio es relacionar las conductas de Phubbing y habilidades sociales en estudiantes de una I.E. Nacional. Por lo que se exhorta su participación en el llenado de dos cuestionarios, los cuales requerirán un aproximado de 20 minutos de su tiempo. Es importante mencionar que su participación es voluntaria y puede retirarse en cualquier momento de la investigación, los datos serán confidenciales y de forma anónima que solo se usarán para la presente investigación, los responsables de la investigación son Josber Luis Rivera Gómez y Jazmín Ximena Rojas Larico, en caso de cualquier duda pueden

contactar a los correos: josberigo@gmail.com y jazminximena29@gamil.com. De estar de acuerdo con el requerimiento anteriormente, le pido colocar su firma en el siguiente espacio.

Firma del Participante

Ficha técnica de los instrumentos

Escala De Phubbing

Nombre	Escala Phubbing.	
Autores	Engin Karadağ.	Universidad Eskişehir Osmangazi – Turquía.
	Şule Betül Tosuntaş.	
	Evren Erzen.	
	Pinar Duru.	
	Nalan Bostan.	
	Berrak Mizrak Şahin.	
	İlkay Çulha.	
	Burcu Babadağ.	
Adaptación	María J. Blanca l.	Universidad de Málaga – España.
	Rebeca Bendayán.	
	Jossué Correa-Rojas.	Perú.
	Mirian Grimaldo-Muchotrigo.	
	Emma Cambillo-Moyano.	
Dimensiones	Distorsión de la comunicación (DC)	Ítems: 1,2,3,4,5
	Obsesión con el móvil (OM)	Ítems: 6,7,8,9,10

Baremos	Alto	PD del 38 al 50
	Medio	PD del 24 al 37
	Bajo	PD del 10 al 23
Administración	Individual o colectiva.	
Duración	Variable aproximadamente 10 a 16 minutos.	
Aplicación	Adolescentes y adultos.	
Significación	Adicción a Internet, Facebook, intrusión y miedo a perderse algo como correlatos.	
Tipificación	Baremos de población general	Varones/Mujeres
		Jóvenes/Adultos

Escala de Habilidades Sociales EHS

Nombre	EHS Escala de Habilidades Sociales.	
Autora	Elena Gimero Gonzales	Universidad Pontificia Comillas - Madrid
Adaptación	Ps. Cesar Ruiz Alva	Universidad César Vallejo - Trujillo
Dimensiones	Expresión en situaciones sociales.	Ítems: 1,2,10,11,19,20,28,29
	Defensa de los propios derechos como consumidor.	Ítems: 3,4,12,21,30
	Expresión de enfado y disconformidad.	Ítems: 13,22,31,32

	Decir no y cortar interacciones	Ítems: 5,14,15,24,33
	Hacer peticiones.	Ítems: 6,7,16,25,26
	Iniciar interacciones con el sexo opuesto.	Ítems: 8,9,17,18,27
Baremos	Alto	PD total de 104 hasta 137
	Medio	PD total de 77 hasta 103
	Bajo	PD total desde 38 hasta 76
Administración	Individual o colectiva	
Duración	Variable aproximadamente 10 a 16 minutos	
Aplicación	Adolescencia y Adultos	
Significación	Evaluación de la aserción y las habilidades sociales.	
Tipificación	Baremos de población general	Varones/Mujeres
		Jóvenes/Adultos

Instrumentos empleados

Escala de Phubbing

ESCALA DE PHUBBING

Lea, atentamente y responda con la sinceridad del caso, en la medida que usted se identifica o no con cada una de las preguntas. Encierre con una X el número elegido a la derecha.

Para responder utilice el siguiente número:

1 = Nunca.

2 = Casi nunca.

3 = A veces.

4 = Casi siempre.

5 = Siempre.

N°	PREGUNTAS	OPCIONES				
		1	2	3	4	5
1.	Estoy pendiente de mi teléfono móvil cuando estoy en compañía de otras personas	1	2	3	4	5
2.	Estoy ocupado/a con mi teléfono móvil cuando estoy con mis amigos/as.	1	2	3	4	5
3.	Otras personas se quejan sobre mi uso del teléfono móvil.	1	2	3	4	5
4.	Estoy ocupado con mi móvil cuando estoy con mis familiares.	1	2	3	4	5
5.	A mi pareja le molesta que esté ocupado con el móvil (o familiares, si no tienes pareja)	1	2	3	4	5
6.	Mi teléfono móvil está a mi alcance.	1	2	3	4	5

7.	Lo primero que hago al despertarme es mirar mis mensajes en el móvil.	1	2	3	4	5
8,	Me siento vacío/a sin mi móvil	1	2	3	4	5
9.	Cada día aumenta mi uso del teléfono móvil.	1	2	3	4	5
10.	El tiempo que dedico a actividades sociales, personales o profesionales se reduce por el tiempo que uso el móvil.	1	2	3	4	5



Escala de Habilidades Sociales (EHS)

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (EHS)

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Elige la opción que más te identifique y enciérrala en un círculo:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así.

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos.

N°	FRASES	OPCIONES			
		A	B	C	D
1.	A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido.	A	B	C	D
2.	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	A	B	C	D
3.	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A	B	C	D
4.	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A	B	C	D
5.	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO".	A	B	C	D
6.	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A	B	C	D

7.	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A	B	C	D
8.	A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A	B	C	D
9.	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A	B	C	D
10.	Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo.	A	B	C	D
11.	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A	B	C	D
12.	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A	B	C	D
13.	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A	B	C	D
14.	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A	B	C	D
15.	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A	B	C	D
16.	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A	B	C	D
17.	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A	B	C	D
18.	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A	B	C	D
19.	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A	B	C	D
20.	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A	B	C	D

21.	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A	B	C	D
22.	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A	B	C	D
23.	Nunca se cómo “cortar “ a un amigo que habla mucho.	A	B	C	D
24.	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A	B	C	D
25.	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A	B	C	D
26.	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A	B	C	D
27.	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A	B	C	D
28.	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A	B	C	D
29.	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A	B	C	D
30.	Cuando alguien se me” cuele” en una fila hago como si no me diera cuenta.	A	B	C	D
31.	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.	A	B	C	D
32.	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas.	A	B	C	D
33.	Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A	B	C	D
TOTAL					



I.E. 40200 "REPÚBLICA FEDERAL DE ALEMANIA"

INICIAL C.M. 1412600 PRIMARIA C.M. 0220053 SECUNDARIA C.M. 0579748
AV. ITALIA N° 700 HUNTER - AREQUIPA TELÉFONO 054-329888 CELULAR 967743533 DNI 30835566
correo: 40200rfa@gmail.com

"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACION DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA CONMEMORACION DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

**LA DIRECTORA DE LA LE. 40200 REPÚBLICA FEDERAL DE ALEMANIA DISTRITO J.
HUNTER, PROVINCIA Y REGIÓN AREQUIPA**

Autoriza:

A los Bachilleres de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa

Josber Luis Rivera Gómez

Jazmín Ximena Rojas Larico

Se autoriza ingresar a las aulas de cuarto y quinto de secundaria y sus respectivas secciones según sea el caso; previa coordinación con el docente de la asignatura correspondiente, para la aplicación de cuestionarios en el trabajo de "Phubbing y Habilidades Sociales en estudiantes de la institución educativa 40200 "República Federal de Alemania".

Arequipa, 2024, marzo 18




Dr. Elizabeth Miran Nuñez Pino
DIRECTORA
I.E. 40200 R.F.C.A. FEDERAL ALEMANIA

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

ESCALA DE PHUBBING

Aquí tiene algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en cada cuadro con una X según sea su caso. No hay respuestas "correctas ni "incorrectas". GRACIAS POR TU VALIOSA AYUDA Y POR EL TIEMPO DEDICADO.

Sexo: Mujer: ___ Hombre: X Edad: 15 Sección B Año: 4

Tienes Celular: Si X No ___

Has experimentado discusiones Familia, pareja por tu uso de las redes sociales (Facebook, twitter, instagram, WhatsApp, Mensajes, entre otros)

Muy poco ___ Poco ___ Regular ___ Pastante ___ Totalmente X

CONTESTE EN LA HOJA DE RESPUESTA Con una "X" ACORDE A LA FRECUENCIA DE USO SEGÚN SEA SU CASO.

	1	2	3	4	5
	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1. Cuando estoy con otras personas, empiezo a mirar de reojo a mi celular.			<u>X</u>		
2. Cuando estoy con mis amigos, siempre esto ocupado con mi celular.			<u>X</u>		
3. La gente se queja por el tiempo que paso con mi celular.	<u>X</u>				
4. Cuando estoy con mi familia, siempre estoy ocupado con mi celular.	<u>X</u>				
5. Creo que el estar ocupado con mi celular puede hacer enojar a mi mejor amigo o novio/a.					<u>X</u>
6. Mi celular está siempre cerca mío.					<u>X</u>
7. Cuando me despierto por la mañana, lo primero que hago es ver el celular.			<u>X</u>		
8. Siento que me falta algo si no tengo mi celular.			<u>X</u>		
9. El uso de mi celular se incrementa día a día.		<u>X</u>			
10. El tiempo dedicado a las actividades sociales, personales y escolares disminuye por el uso que hago del celular		<u>X</u>			

0 - 2 - 8 - - 8 = 18