

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**"RELACIÓN ENTRE LA AUTORREGULACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS
EDUCANDOS DE TERCERO BÁSICO DEL COLEGIO SAGRADA FAMILIA."**

TESIS DE GRADO

MARIA PAULINA COLMENARES TAGER

CARNET 11694-09

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2015
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

"RELACIÓN ENTRE LA AUTORREGULACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS EDUCANDOS DE TERCERO BÁSICO DEL COLEGIO SAGRADA FAMILIA."

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
MARIA PAULINA COLMENARES TAGER

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA EDUCATIVA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, DICIEMBRE DE 2015
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

MGTR. INGRID MARIA EUGENIA SIERRA SALGUERO DE GODOY

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. ROSEMARY ROESCH ANGUIANO

Guatemala, 31 de octubre de 2015

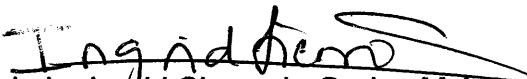
Señores
Consejo
Facultad de Humanidades
Departamento de Psicología

Estimados señores del Consejo:

Deseándole éxitos en cada una de sus actividades. Por este medio hago de su conocimiento que he acompañado y revisado el Proyecto de tesis de la estudiante **MARÍA PAULINA COLMENARES TAGER**, de la Carrera de *Licenciatura en Psicología Educativa*, quien se identifica con CARNET, 11694-09, cuyo título es **“RELACIÓN ENTRE LA AUTORREGULACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS EDUCANDOS DE TERCERO BÁSICO DEL COLEGIO SAGRADA FAMILIA”**

Por lo que solicito sea revisado el trabajo final de graduación, por los miembros del Consejo de la Facultad.

Atentamente,


Licda. Ingrid Sierra de Godoy M.A.
Código 23045



Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante MARIA PAULINA COLMENARES TAGER, Carnet 11694-09 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05457-2015 de fecha 3 de diciembre de 2015, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"RELACIÓN ENTRE LA AUTORREGULACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LOS EDUCANDOS DE TERCERO BÁSICO DEL COLEGIO SAGRADA FAMILIA."

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA EDUCATIVA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 3 días del mes de diciembre del año 2015.



Irene Ruiz Godoy

**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar**

AGRADECIMIENTOS

A Dios por ser mi acompañante, maestro, instructor de vida. Por siempre manifestar su presencia en mi caminar.

A María por ser el ejemplo de mujer paciente, perseverante y obediente.

A mis Padres, Julio y Saida, por darme la vida y orientarme formándome como una mujer de bien. Por creer en mí y sobre todo por impulsarme a dar lo mejor de mí siempre. Por ser ejemplo de lucha y perseverancia. Cada uno de mis logros lleva un sello importante de lo que son ustedes en mí.

Mis hermanos: A tí Mariana por crecer junto a mí y no abandonarnos nunca, a ti Juancho por ser mi hermano mayor y preocuparte de una manera muy especial por mí y a ti Sisi por ser la luz para mí y para nuestra familia.

A Mimi y Lolo por demostrarme el cariño y apoyo sincero de los abuelos, soy bendecida de tenerlos en mi vida como grandes pilares.

A mi gran familia porque en cada uno de ustedes he encontrado muestras de afecto, consejos y cariño.

A Juan Carlos Ortega Ramírez por su incondicional apoyo a lo largo de esta experiencia, por alegrarte de mis logros y por ser la bendición que eres; así también gracias a sus padres Don Juan Carlos y Doña Zuli por haber estado pendientes de mí en este caminar.

A mi primer hogar académico Colegio Sagrada Familia por darme la base principal de mi formación. Llevo en mis recuerdos las mejores experiencias vividas a través de los grandes educadores que siguen marcando mi vida.

Al Belga, por ser mi segundo hogar académico muy especialmente a mis queridas hermanas de la Congregación de la Sagrada Familia y al Consejo de Dirección que siempre se han mostrado atentas a mi formación y por todo el cariño manifestado a través de los años.

A mis amistades por compartir alegrías, triunfos, tristezas y sueños.

A todos mis catedráticos de la Universidad Rafael Landívar por formar en mí una profesional integral.

A la Pastoral Universitaria Landivariana por la formación espiritual recibida y muy especialmente a Alejandro Rodas por nunca dejar de creer en mí.

A DAEF por la oportunidad de la Beca Loyola y haber sido un puente importante

en mi formación.

A Licenciada Nancy Avendaño por todo lo compartido.

Gracias Licenciada Ingrid Sierra por su acompañamiento y lograr la elaboración de este trabajo así mismo agradezco también la revisión de la Licenciada Rosemary Roesch.

Gracias totales a todas las personas que llegan a nuestra vida por diferentes razones.

ÍNDICE

RESUMEN	4
I .INTRODUCCIÓN	5
1. Adolescencia	13
1.1 Definición	13
1.2 Desarrollo físico	15
1.3 Desarrollo Cognoscitivo	16
1.4 Desarrollo Social	16
1.5 Desarrollo Emocional	17
1.6 Desarrollo de la personalidad	17
2. Autorregulación	18
2.1 Actividades Cognitivas en relación con la autorregulación en el proceso educativo	20
2.2 Autorregulación en el aula	21
3. Redes Sociales	23
3.1Tipos y usos de redes sociales	24
3.2 Recursos Tecnológicos	26
3.3 Influencia de las redes sociales en los adolescentes	28
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	30
2.1 Objetivos	31
2.1.1 Objetivo general	31
2.1.2 Objetivos específicos	31
2.2. Variables de estudio	31
2.3 Definición de variables	31
2.3.1Definición conceptual de las variables	31
2.3.2 Definición operacional de las variables	32

2.4 Alcances y límites	33
2.5 Aporte	33
III. MÉTODO	35
3.1 Sujetos	35
3.2 Instrumentos	37
3.3 Procedimiento	39
3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística	40
IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	41
V. DISCUSIÓN	53
VI. CONCLUSIONES	57
VII. RECOMENDACIONES	60
VIII. REFERENCIAS	62
ANEXO	67

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia. Para la muestra, se consideraron 29 adolescentes de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 14 a 16 años, de nivel socioeconómico medio, con acceso internet. Todos ellos, estudiantes de dicha institución ubicada en la zona 1 de San Benito, Petén. El estudio se llevó a cabo mediante la correlación entre el cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías, elaborada y adaptada por Oliva, Hidalgo, Moreno, Jiménez, Jiménez, Antolín y Ramos (2012), y del Cuestionario sobre la Autorregulación para el Aprendizaje Académico elaborado por Torre (2007) de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid. El enfoque fue cuantitativo con alcance descriptivo, de tipo no experimental. La metodología estadística que se utilizó para el análisis de los resultados fue la media, moda, desviación estándar, el coeficiente de correlación de Pearson y porcentajes. Para el análisis estadístico se utilizó el programa de SPSS y el programa Microsoft Office Excel 2010.

El estudio concluyó que los sujetos demostraron tener un nivel alto de autorregulación, principalmente en mujeres, mostrando mayor fiabilidad en las sub-áreas: Conciencia Metacognitiva Activa, Control y Verificación. Así mismo, se determinó que entre más acceso tengan a videojuegos, ordenadores y celulares, y frecuencia en el uso, se observa menor nivel de autorregulación.

Algunas recomendaciones fueron aplicar estudios similares acerca del uso de la tecnología, para poder identificar, orientar y corregir los malos hábitos en los estudiantes, así como brindar orientación a docentes y padres de familia, por medio de talleres, que busquen informarlos acerca de cómo educar a los adolescentes sobre el buen uso de la tecnología.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel Mundial, la educación es un proceso en el que se busca que las personas se desarrollen de manera integral, desde muy temprana edad. Al principio, es la familia la primera escuela, y posterior a ello, el establecimiento educativo conformado por los docentes, quienes llenos de herramientas y estrategias, buscan enseñar a los estudiantes, conocimientos académicos para que puedan desenvolverse a futuro dentro de la sociedad.

El tema de la autorregulación y el uso de las redes sociales tienden a ser temas significativos hoy en día, puesto que se están utilizando y aplicando actualmente tanto dentro como fuera de los centros educativos. Hoy en día, la influencia que las redes sociales tienen diariamente sobre los adolescentes es muy alta, pues implica una fuerte atención respecto al número de horas demandadas, la cantidad variada de redes, el uso versátil que se puede obtener de ellas, etc.; por ello, la autorregulación es un factor clave en las personas pues con un adecuado uso de las redes sociales se puede influir de manera positiva en su aprendizaje.

Este estudio pretende establecer la relación entre la autorregulación de los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia, con el uso que ellos hacen de las redes sociales que manejan diariamente. Para tal caso, a continuación se delimitan los estudios más recientes sobre el tema.

Con relación al uso de la tecnología, Romero (2013) realizó un estudio en Guatemala sobre los factores de riesgo que predisponen a los adolescentes de una institución educativa privada, al uso adictivo de las redes sociales en Internet. Dicha investigación se trabajó con 111 sujetos, estudiantes adolescentes de ambos sexos; quienes cursaban entre 1° a 3° Básico y 4° Bachillerato, cuyas edades oscilaban entre los 13 y los 18 años de edad. El autor aplicó dos instrumentos de medición: una Adaptación del Test de Adicción a Internet y una encuesta que fue elaborada por él

para proporcionar datos que se relacionan a los factores de riesgo que predisponen a un uso adictivo de las redes sociales en Internet. El tipo de diseño utilizado por Romero fue: no experimental de tipo transversal y descriptivo. El autor concluyó que los adolescentes evaluados representaban riesgo a la adicción de redes sociales en internet; mostrando padecimientos físicos como: dolores de cabeza, pérdida de aliento, dificultades en el control de impulsos, síntomas de abstinencia, incumplimiento de los deberes en casa, sensación de no ser escuchados por sus padres lo que lleva a tener peleas intrafamiliares, y a tener menor interés de relacionarse con ellos. Además, concluyó que la autorregulación ayuda a mejorar las habilidades de afrontar y autocontrolarse ante diversas situaciones utilizando estrategias como: respiración, visualización, relajamiento muscular, buscar estar en lugares tranquilos.

En esta línea, Pérez (2012) realizó un estudio para determinar cómo influyen las TIC'S en el rendimiento académico de Matemática en estudiantes de tercero básico de un colegio privado de la ciudad de Guatemala. La investigación fue cuantitativa, con diseño cuasi-experimental; cuyos sujetos fueron 2 grupos homogéneos (experimental y control) de 3ero. Básico, de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 15 a 18 años. El autor utilizó un cuadro de notas para recabar los resultados obtenidos por los estudiantes y utilizó un cuestionario sobre la percepción del uso de las TIC'S. Con lo anterior, se concluyó que no existe diferencia estadísticamente significativa en el rendimiento académico de matemática entre ambos grupos, antes de implementar las TIC'S; Además, se afirmó que las TIC'S influyen positivamente en el rendimiento académico de Matemática y estableció que la herramienta con mayor aceptación para los estudiantes fue el blog, y la menos aceptada fue el uso de la Wiki.

Un estudio realizado por Molina (2012) a un grupo de estudiantes de sexo femenino de edades entre los 13 a 15 años, de una institución privada de la ciudad de Guatemala, midió la

influencia de la red social Facebook en el bajo rendimiento académico sobre esta población; el autor concluyó que esta red tiene consecuencias grandes en el abandono de los estudios con repercusiones en el rendimiento académico debido a que la mayoría llega a invertir hasta 3 horas diarias. Destacó también que los padres de familia y educadores no deben luchar contra el uso de ella ya que es parte de sus intereses, pero sí implementar en casa diferentes hábitos de estudio y normas que permitan organizar a sus hijas y por lo tanto dedicar tiempo y dedicación a la elaboración de tareas.

Por su parte, también en Guatemala, Rodríguez y Bonilla (2012) realizaron una investigación titulada “Necesidad de dependencia a las redes sociales virtuales” cuyo objetivo fue, describir y determinar la necesidad de pertenencia como principal característica psicológica en usuarios adolescentes; para ello las investigadoras enfocaron su estudio en las áreas psicosociales más susceptibles a ser afectadas, entre ellas puede mencionarse: ansiedad, obsesión, compulsión, dependencia y desvalorización personal. En dicho estudio, se concluyó que en la mayoría de casos el uso de estas redes se ha convertido en una adicción, que inicia como una actividad agradable y termina en una dependencia psicológica obligando a perder el interés por otras actividades como sus relaciones interpersonales.

Mientras tanto en Madrid, España, Pérez y Pastor (2012) señalaron un estudio realizado por García, Gaona y Martínez en el año 2009, en el cual llevaron a cabo investigaciones por medio de entrevistas, las cuales eran grabadas, haciendo preguntas tales como el uso que hacen del internet y la frecuencia en la que se mantienen online; la muestra se tomó a adolescentes entre 12 y 17 años de la comunidad de Madrid a diferentes centros públicos. De cada centro los responsables seleccionaron entre seis a nueve participantes de distinto rendimiento académico. De los resultados más importantes conseguidos a través de entrevistas a 397 jóvenes, mencionaron

que el 82.9% ya utilizaba internet y que un 65.6% de ellos se conecta todos o casi todos los días, así mismo refieren que de los sitios más visitados son: mensajería instantánea, páginas web, redes sociales y los videos compartidos. Y los usos más habituales que hacen de ellos son escuchar música, conversar con amigos, entretenimiento buscando combatir el aburrimiento y descargar archivos musicales gratis. En cuanto a la adicción a internet, el 70.4% de los encuestados afirma que ha perdido en alguna ocasión la noción del tiempo, un 10.7% que sus calificaciones han bajado por conectarse demasiado tiempo, y un 6.4% que pasa cada vez menos tiempo con sus amigos y familia

Así mismo Rigalt (2011) realizó un análisis sobre un estudio realizado por la firma de mercadeo Unimer en Guatemala acerca del uso de Internet y las redes sociales. De acuerdo con Rigalt, el estudio afirmó que uno de cada cuatro guatemaltecos utilizan las redes sociales. Entre los datos de la encuesta se muestra que 509 mil guatemaltecos, entre los 18 y 64 años de edad, ingresaron a las redes sociales en el año 2010; los hombres de 18 a 34 años pertenecientes a la clase media y media-alta, son quienes utilizan con mayor frecuencia Internet; de las personas consultadas, 6 de cada 10, se conectan a Internet desde casa. Por otra parte, la red social Facebook dominó la encuesta, ya que nueve de cada diez usuarios encuestados la utiliza; a diferencia de Hi5 o Twitter que solamente son dos de cada diez, según concluyó el autor. Entre los comentarios que los usuarios de estas redes “postean”, predominan la violencia, la insatisfacción hacia el gobierno, los temas electorales y la participación juvenil en el país. Los datos que fueron reflejados en esta encuesta marcan tendencias y muestran la participación de la población en temas de importancia social.

Por su parte, Gálvez (2011) realizó un reportaje escrito en Guatemala, acerca del uso y participación de la facilidad de la tecnología. De acuerdo con el autor, los adolescentes conforman

la mayor parte de usuarios de Internet con un 73% en edades comprendidas entre 15 a 19; existen 1,357,520 usuarios guatemaltecos, de los cuales 246,940 son adolescentes mujeres comprendidas de 13 a 18 años y 287,160 adolescentes hombres del mismo rango de edad. Según la estadística, 534,100 pertenecen solamente al rango mencionado equivalente a 5 años de la totalidad de rangos que existen en usuarios de Facebook, siendo esto una cantidad bastante elevada de usuarios adolescentes. Gálvez también afirmó que Facebook es solamente una de las redes sociales que los adolescentes frecuentan, existen otras que proporcionan una conexión interpersonal como: Twitter, Messenger, BlackBerry Messenger, Google+, Sonico, LinkedIn, Myspace, entre otras. El reportaje afirmó que, tanto el uso de las redes sociales, como del Internet, provocan problemas en la adaptación al grupo que pertenecen físicamente.

Por su parte, Labrador y Villadangos (2010) publicaron un estudio, en España, el cual tuvo como objetivo “identificar la percepción subjetiva de peligro generada por el uso de las nuevas tecnologías (videojuegos, Internet, cibercentros, teléfono móvil, televisión) e identificar las conductas indicadoras de un posible problema de adicción en menores”, entre los 12 y 17 años. La muestra de estudiantes en esos rangos de edad fue de 1710 de la comunidad de Madrid, a quienes se les aplicó el cuestionario DENA. Éste reflejó una correlación positiva entre el tiempo de uso y la percepción del problema, del cual también se pudo notar otra correlación que tenía que ver con la edad de los sujetos relacionada a la percepción. Se concluyó que la televisión genera mayor percepción de problema en los sujetos. Los autores también afirmaron que los posibles síntomas de adicción son encontrados en conductas similares a las de otras adicciones establecidas, como ejemplo: la relajación producida por el uso o el malestar si no puede utilizarse, también la comprobación constante del teléfono móvil.

Con relación a la autorregulación Mejía (2014) realizó un estudio a estudiantes de la

Universidad Rafael Landívar de la ciudad de Guatemala, que tuvo un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental de tipo transversal. Del cual recabó información utilizando una muestra de 20 estudiantes de ambos géneros, con edades comprendidas entre los 22 y 24 años de edad, participantes del Plan Élite. Para ello el autor aplicó un Cuestionario sobre autorregulación para el aprendizaje académico, elaborado por Torre (2007), el cual mide los cuatro factores antes mencionados, los cuales según el autor de dicho instrumento determinan la autorregulación. El autor concluyó que las estrategias comprendidas en el factor de control y verificación, son las más utilizadas por los estudiantes objeto de este estudio. Las estrategias de autorregulación menos utilizadas por estos, corresponden al factor de procesamiento activo de la información.

Por su parte, utilizando el mismo cuestionario, Alburez (2011) realizó una investigación en Guatemala con el objetivo de determinar en qué medida utilizaban las estrategias de autorregulación los alumnos del nivel básico que cursan el ciclo lectivo 2010 y asisten a un colegio mixto privado ubicado en Santa Catarina Pinula. Siendo objetos de estudio estudiantes de 3º. Básico comprendidos entre los 15 a 18 años, de ambos sexos. La investigación organizó dos grupos: uno experimental, conformado por 25 alumnos, y el otro fue un grupo control, conformado por 26 alumnos. En la investigación, se llevó a cabo la aplicación del Cuestionario sobre Autorregulación para el Aprendizaje Académico, elaborado por el Dr. Juan Carlos Torre, del cual también se hace uso en la presente investigación. La autora concluyó que las estrategias de autorregulación menos utilizadas por los estudiantes corresponden al factor de procesamiento activo de la información y que las estrategias comprendidas en el factor de control y verificación, son las más utilizadas por la muestra de estudiantes utilizada. Además también concluye que “el género sí influye en el empleo de estrategias autorreguladoras, concluyendo que las mujeres se autorregulan de mejor manera que los hombres.”

Así mismo Ruiz (2009) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre autorregulación, autoeficacia y percepción de rendimiento académico, en las estudiantes de 1ero. y 5to. año de la carrera de Educación Inicial y Preprimaria de la Universidad Rafael Landívar de la Ciudad de Guatemala. Para llevar a cabo dicho objetivo aplicó cuestionarios a 28 estudiantes de sexo femenino correspondientes al primer año, con edades entre 19 y 45 años, y a 20 estudiantes de sexo femenino de quinto año, con edades entre 23 y 58 años; la información se recolectó por medio de un instrumento que estuvo conformado por tres partes: la primera es un Cuestionario sobre la autorregulación para el aprendizaje académico, adaptado por Juan Carlos Torre Puente , siendo un cuestionario que busca evaluar la conciencia metacognitiva activa, Control y verificación, Esfuerzo diario en la realización de las tareas y el Procesamiento activo durante las clases. La segunda parte del instrumento medía la autoeficacia académica general. La tercera parte se centraba en los indicadores de rendimiento académico. La conclusión a la que llegó la autora fue que sí existe correlación estadísticamente significativa entre la autorregulación y su percepción de rendimiento académico.

Torre (2007), autor del cuestionario aplicado a la muestra de estudiantes de esta investigación, en su libro “Una triple alianza para un aprendizaje universitario de calidad” de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid, hace referencia a cómo el rendimiento académico se ve influenciado por la autoeficacia de la persona tomando en cuenta las percepciones que tiene acerca de su propia capacidad y por la autorregulación que ejerce sobre lo que hace, entendida como la planificación de estrategias, la acción de éstas en forma organizada y el control de los resultados obtenidos por medio de una evaluación de cómo actúa, que conlleva a que posterior a ello se redirija la conducta y ajusten las estrategias para el logro de las metas.

Nuevamente Torre (2007), del cual, como ya se ha mencionado anteriormente, se hace uso

en este estudio su adaptación del Cuestionario sobre la autorregulación para el aprendizaje académico, describe que Reed, Schallert y Deithloff investigaron las relaciones existentes entre la autorregulación y el proceso psicológico de implicarse o sentirse absorbido por una tarea, por qué concentran totalmente la atención, perdiendo incluso la noción del tiempo y buscando una comprensión profunda de los contenidos. Estos autores sostienen que las estrategias autorreguladoras cognitivas y motivacionales juegan un papel esencial en los procesos de compromiso con la tarea, de tal manera que la autorregulación, que parecería opuesta al estado asociado con una inmersión total en una tarea, puede actuar como estímulo que anime a implicarse a fondo en las actividades. En la misma línea, estos autores creen que la implicación escolar está integrada por un triple componente. Conductual: aquel estudiante que participa en las actividades curriculares y extracurriculares, emocional: las describen como las reacciones que crean lazos con la institución y que potencian el deseo de llevar a cabo el trabajo y un tercer componente cognitivo referido a la voluntad y conciencia para realizar el esfuerzo necesario que permita la comprensión y el dominio de lo que se lleva a cabo. Para estos autores, un estudiante comprometido e implicado cognitivamente es sinónimo de ser un estudiante autorregulado que utiliza estrategias metacognitivas como la planificación, la monitorización y la evaluación de su desempeño cuando lleva a cabo las tareas.

Como se evidencia en las anteriores investigaciones, la tecnología informática no sólo está presente en los diferentes contextos en los cuales cada persona se puede desarrollar, como lo son las oficinas, los hogares, las empresas y las instituciones, sino que cada vez es más fácil tener acceso a ella por medio de diferentes aparatos, desde edades muy tempranas. Así mismo, el uso excesivo de artefactos, sobretodo computadoras y dispositivos inteligentes como los celulares, ha generado la aparición de fenómenos o problemas educativos; es por ello que muchos padres de

familia y educadores han requerido plantearse formas de ayudar y orientar a los adolescentes dándoles herramientas para que ellos mismos puedan autorregular el tiempo y uso que hacen de ellas.

Para una mejor comprensión del tema, se definen a continuación algunos elementos teóricos importantes.

1. Adolescencia:

1.1 Definición

Berger (2004, pp. 431) describe la adolescencia como el “período de vida entre la infancia y la adultez” resaltando los grandes cambios que el ser humano lleva a cabo en esta etapa tales como desarrollos funcionales y psicológicos enfocándose sobre todo en las relaciones personales que tienen importante influencia sobre los adolescentes.

Por su parte, Feldman (2005, pp. 352) plantea que la adolescencia es una “etapa del desarrollo que se ubica entre el ser niño y el ser adulto. En esta etapa los adolescentes pasan por diversidad de cambios físicos, emocionales, cognoscitivos y sociales”, los cuales serán de gran influencia para el resto de su vida.

Castrillo (2001) afirma que la tarea principal de la adolescencia consiste en construir una nueva y propia identidad, en la que el adolescente se siente responsable por primera vez. Erikson (como se citó en Castillo), afirma que este proceso se da dentro de un conflicto, donde el joven se encuentra entre la búsqueda de su propia identidad y la confusión de roles que se le ofrecen y conoce. Durante esta etapa, los jóvenes se interesan por el tipo de personas en que se están convirtiendo, por el papel que desempeñan o buscan desempeñar en la sociedad ya sea por su identidad sexual y ocupacional. Erikson también comenta que los cambios corporales son importantes en esta etapa del desarrollo de los adolescentes; cambios que llegan a generar cierta

incertidumbre. Por otra parte, se empieza a evidenciar distanciamiento de las que hasta hoy habían sido sus figuras de autoridad dándole mayor importancia a sus compañeros y modelos que no se encuentran dentro de casa.

Erickson (como se citó en Fernández, 2001) afirma que es importante para el adolescente ir probando y descubriendo nuevas habilidades sociales de relación con su mundo. Todos los cambios que el adolescente vive en esta etapa están relacionados con nuevas formas de pensar ya que se van desarrollando mejores capacidades intelectuales como la posibilidad para trabajar con abstracciones, considerar alternativas diferentes y trascender lo concreto, considerando lo que puede ser imposible.

Horrocks (1990, pp. 73) describe una serie de tareas evolutivas que le posibilitan al adolescente una buena adaptación, mientras esta etapa que él llama como un período de transición va ocurriendo:

- “Relaciones nuevas y más serias con los compañeros de su edad y ambos sexos”
- “Aceptar su aspecto físico y ejercitar normalmente su cuerpo”
- “Asumir un papel social masculino o femenino definido”
- “Lograr su independencia emocional de los padres y otros adultos”
- “Preocupación por lograr una independencia económica”
- “Elegir una profesión u ocupación y adiestrarse para ella”
- “Lograr una conducta socialmente responsable”
- “Adquirir una norma de valores y un sistema ético como guía para la conducta”

A continuación se presentarán algunos aspectos del desarrollo del adolescente en las dimensiones emocionales, físicos, social e intelectual.

1.2 Desarrollo Físico:

Castrillo (2001) comenta que el signo más obvio de que un niño se ha convertido en adolescente es el cambio físico repentino y los cambios a las características sexuales que cada uno va teniendo. Factores como la herencia, nutrición y salud, serán gran influencia para cada uno, ya que no todos se llegan a desarrollar de igual manera.

El inicio de la adolescencia, menciona Vidal (2001), se marca con los primeros cambios corporales hacia la madurez sexual, entre los 12 a 13 años, y culmina cuando se independiza de sus padres (18 años). La delimitación de la etapa final de la adolescencia es difícil de puntualizar ya que cada caso dependerá del ambiente familiar y social que rodee al adolescente junto con su historia del desarrollo.

Craig y Woolfolk (1990) mencionan que durante la pubertad, se producen una serie de cambios físicos en los cuerpos de ambos sexos. Este proceso de transformación es puesto en marcha por una serie de mecanismos hormonales.

Garrison (2004) afirma que en los jóvenes la primera manifestación de los cambios es el comienzo del crecimiento de los testículos, seguido por el surgimiento del vello púbico, crecimiento del pene y cambio en la voz. El vello comienza a salir en las axilas, y la piel existente entre el labio superior y la base de la nariz. Más adelante se producen espermatozoides y se dan las primeras emisiones de semen, crece el vello en las axilas, crece la barba y la voz cambia. A partir de ahí comenta el autor que el crecimiento se desacelera.

Con relación a los cambios femeninos, Castrillo (2001) menciona que el cambio empieza cuando la cadera tiende a redondearse, los pechos empiezan a abultarse y surge el vello púbico. Previo a ello el útero, la vagina y clítoris tienden a aumentar su tamaño. Con todo ello, el crecimiento también alcanza su mayor desarrollo con la llegada de la primera menstruación.

1.3 Desarrollo Cognoscitivo:

Feldman (2002) plantea que la adolescencia abre la puerta a un nuevo mundo que conlleva importantes y profundos cambios, desde la propia imagen que ellos van creando de sí mismos, hasta las relaciones interpersonales que llegan a construir con las personas de su misma edad y las que los rodean; esto hace que ellos de acuerdo a la diversidad de cultura o formas de pensamiento; no solo vayan tomando de ello lo mejor de sí sino también desarrollan nuevas formas de pensar.

La teoría Piagetiana (como se citó en Feldman, 2002) nos plantea que los adolescentes alcanzan un nuevo y superior nivel de pensamiento que les permite concebir las experiencias propias o todo aquello que ocurra de manera distinta ya que han formado una nueva forma de pensar, incluso de concluir y solucionar las cosas. Este pensamiento caracterizado por una mayor autonomía y rigor en su razonamiento, se ha denominado pensamiento formal. Todo ello, respetando entonces el orden que Piaget nos plantea acerca de las etapas: sensorio-motriz, pre-operatoria, operaciones concretas y operaciones formales.

Fernández (2001) destaca que en esta edad los adolescentes, como alumnos, estarán motivados a aprender todo aquello que le resulte significativo. Siendo la significación un asunto personal que se llega a determinar por aspectos afectivos, cognoscitivos y experimentales.

1. 4 Desarrollo Social:

Garrison (2004) menciona que lo más característico del desarrollo social en la adolescencia es la gran necesidad de pertenecer a un grupo. El adolescente empieza a formar su grupo con el cual va desarrollando su identidad, ya que estas personas son con quienes experimentarán no sólo su diferencia sexual si no también creará lazos de amistad o bien algún noviazgo; con todo ello

puede concluirse, según dicho autor, que el adolescente empieza a sentirse parte importante de la sociedad.

1.5 Desarrollo Emocional:

Good y Brophy (1996) describen cómo la adolescencia es una etapa de “*tensión*” de acuerdo a todos los cambios que atraviesan. Su vida afectiva girará en la formación de una personalidad y el paso de los lazos afectivos de familia a quienes lo rodean.

Los anteriores autores también manifiestan que el adolescente tiene mucho por resolver, pero en poco tiempo para la asimilación de los cambios y los nuevos roles. Comentan que durante este período, ellos llegan a vivir muchas cosas importantes para ellos y experimentar sentimientos como: búsqueda de independencia, temor al fracaso o quedar en ridículo ante su grupo, la depresión o bien el egocentrismo y la formación de ideales. Lo anterior son aspectos que llegan a marcarlos mucho ya que están en la etapa de formación de su personalidad.

1.6 Desarrollo de personalidad:

Morris (1998) desarrolla las etapas de la personalidad según Erikson. En particular, la personalidad sana, la identidad, mejor conocida como la etapa de la búsqueda de Identidad en contraste con la difusión de identidad, ocurre entre los 13 y los 21 años aproximadamente. Esta etapa consiste en que el adolescente se caracteriza por conductas como la individualización y la plenitud misma, se empieza a ser líderes sintiéndose comprometidos dentro del contexto y con las personas con quienes se desarrolla, llevando a tener también un interés por el involucrarse con el ambiente, empiezan a manejar seguridad en sí mismos, hay un fuerte interés sexual, sobre todo en conocer más a fondo acerca del tema.

Así mismo, Morris (1998) también afirma que no siempre el adolescente consigue lograr una identidad. La crisis adolescente se resuelve en el fracaso. Hay varias formas de fracaso, desde una verdadera confusión de la propia identidad, hasta una mera difusión de la misma, difusión manifestada en vivencias o sentimientos contradictorios. Erikson (como se citó en Morris,1998) sostiene que cada etapa de formación de la identidad se corresponde con una determinada institución social, que en el caso de la edad adolescente es la ideología.

Por su parte Good y Brophy (1996) utilizan el concepto de personalidad para referirse a ciertas clases de conductas relativas como el autoconocimiento, que describe como el reconocimiento interpersonal en la presentación de su identidad en las relaciones sociales que sobre todo llega a establecer.

Afirman los autores anteriores que la personalidad es un proceso evolutivo. En el momento de nacer, o antes, somos personas en el sentido jurídico del término: sujetos de derechos y deberes. Pero el niño recién nacido no ha desarrollado una personalidad. Esta se constituye evolutivamente. La adolescencia presenta un momento importante en la formación de dicha personalidad pues el tema vital de la personalidad de esta etapa es el desarrollo del yo y de la identidad personal. Su desarrollo se vincula con la propia historia del adolescente.

2. Autorregulación:

Achaerandio (2009) establece la diferencia entre Metacognición y Autorregulación; el primero se refiere al proceso en donde la persona va autoevaluándose en todo su proceso mental, sobre cómo le va, qué dificultades encuentra, si está entendiendo, si tiene dificultades etc.; y, según dicha reflexión, se van realizando las adecuaciones poniendo en práctica los remedios a los problemas que surgen, es decir, va surgiendo la Autorregulación.

Para Garavalia y Grendler (2002) la autorregulación se entiende como la capacidad para dirigir la conducta propia; la autorregulación se reconoció como una construcción multidimensional. Actualmente, algunos de los factores que se ocupa según comentan los autores son: la motivación, el método, el tiempo, la conducta, el medio físico y el medio social.

Garavalia *et al.* (2002) afirman que uno de los ámbitos más estudiados en el aprendizaje es la autorregulación y el control que se hace del buen desempeño académico del alumno. En este ámbito, el estudiante lleva a cabo un adecuado proceso de autorregulación cuando:

- “Formula o asume metas concretas, próximas y realistas”
- “Planifica su actuación.”
- “Observa su desempeño ayudándose con un registro.”
- “Realiza un proceso de evaluación con criterios cuidadosos.”
- “Ajusta su actuación ponderando las demandas de la meta y su actuación real.”

Para Mauri y Ronchera (1997) la autorregulación permite tomar decisiones sobre el tipo de estrategias que deberían utilizarse para una tarea específica y llegar a valorar cuando se está en camino de lograr una meta y saber cuándo realizar los cambios necesarios del procedimiento que se está empleando, que están siendo mal utilizados o simplemente, son innecesarios para la tarea que se desea.

Por su parte, Jorba y Casellas (1997) señalan que la autorregulación del aprendizaje se enfoca en el dominio de capacidades cognitivas y afectivas, como por ejemplo saber qué es aprender, el poder planificar, que la persona regule y revise durante el proceso de aprendizaje así como también tenga dominio de estrategias sociales y de comunicación. Los autores afirman que todo esto le llevará a la persona a saber pedir ayuda y poder plantearse qué es lo que desea. Indican que en contextos escolares la autorregulación está guiada por el habla de los profesores y alumnos

y que se ayudan por medio de la palabra oral y escrita.

2.1.Actividades Cognitivas en relación con la autorregulación en el proceso educativo:

Por su parte, Brown (como se citó en Díaz-Barriga y Hernández, 2004) argumenta que en la autorregulación se identifican y agrupan las áreas de actividades cognitivas complejas o de regulación del conocimiento, incluyendo:

- Planificación y aplicación del conocimiento: lo describe como el establecimiento de un plan de acción, refiere que la persona sabe y se han determinado una meta de aprendizaje, así mismo predice los resultados y selecciona y programa estrategias. En general la describe como actividades que se realizan antes de llevar a cabo un proceso de aprendizaje o solución de algún problema. Así mismo describe que esta planeación tiene tres fines: Uno, facilitar la ejecución de lo que se realizará, la tarea. Dos, crece la probabilidad de concluir de manera exitosa y tres, de acuerdo a ello se obtendrá un producto de alta calidad.
- Supervisión o monitoreo: nuevamente citando al autor, afirma que la supervisión se refiere a las actividades se llevan a cabo durante el proceso de aprendizaje, estas involucran la toma de conciencia sobre qué es lo que se está haciendo, cómo lo estoy haciendo y la anticipación de lo que podría hacerse después; es una estrategia para ir chequeando si hubo errores y obstáculos en la ejecución de lo que se realiza.
- Actividades de revisión y evaluación: con estas actividades se concluye el proceso ya que son las actividades relacionadas a estimar, evaluar los resultados obtenidos como por ejemplo: el cumplimiento del plan como estrategia, qué procesos se llevaron a cabo y fueron funcionales.

Además, Brown (como se citó en Díaz-Barriga y Hernández, 2004) afirma que las actividades de autorregulación son relativamente inestables, que no se puede constatar y que son independientes de la edad, ya que varían dependiendo de las características de las personas, del tipo de tarea que se desea realizar y la toma de conciencia para realizarlas. Además considera que las formas más sofisticadas, automatizadas y acabadas de autorregulación académica, aparecen a partir de la adolescencia.

Asimismo, Kluwe (como se citó también en Díaz-Barriga y Hernández 2004), señala que las actividades autorreguladoras pueden resumirse con las preguntas que se suelen hacer cuando se realizan tareas cognitivas: ¿qué voy a hacer? y ¿cómo lo voy a hacer? (planeación); ¿qué estoy haciendo? y ¿cómo lo estoy haciendo? (monitoreo y supervisión); ¿qué tan bien o mal lo estoy haciendo? (revisión y evaluación).

2.2 La autorregulación en el aula:

Coon (2003) describe que parte de educar para la autorregulación significa propiciar herramientas para que los jóvenes sean capaces de fijar límites en sus conductas a partir de la interiorización. Es formar fortaleciendo el concepto de sí mismo, reduciendo la necesidad de control externo para lograr comportamientos positivos. El autor considera importante reconocer que la autorregulación es un proceso que inicia con factores externos, que posteriormente los incorpora y maneja de manera autónoma convirtiéndolos en factores endógenos.

Caprara y Pastorelli (1993) plantean que los individuos poco controlados, a veces irritables e impulsivos son propensos a externalizar problemas de conducta en la infancia o más tarde en la adolescencia o edad adulta y, por tanto, llevar a cabo conductas desadaptadas. Esto puede explicarse desde la dificultad para autorregular el control de las emociones en una situación determinada.

De nuevo Coon (2003, pp.169) propone cierta clasificación de habilidades de autorregulación que deben tomar en cuenta los estudiantes, las cuales se dividen de la siguiente manera:

“Habilidades para la Identificación de metas

- Identificación de la demanda internas y/o externas(que es lo que se le está solicitando o qué es lo que quiere hacer)
- Determinación de objetivos y criterios(permiten visualizar la demanda en una posible acción)

Habilidades para la planificación de la acción

- Anticipación (se pregunta cómo va a hacer la acción, que alternativas utilizar y cuál es la mejor. Prevé consecuencias y elabora una solución)
- Desarrollo Medios-fines.
- Desarrollo causalidad.
- Estrategias de resolución de problemas.
- Memoria de trabajo.
- Flexibilidad.

Habilidades de autocontrol personal

- Dirigir, controlar el curso y rumbo de la acción (auto instrucciones, capaz de guiar y las acción en especial en el inicio de su aprendizaje) En esta etapa el lenguaje es útil.
- Autoobservación: observación de uno mismo durante la tarea que se está realizando.
- Autoevaluación y rectificar en caso de errores.”

Por su parte, Zimmerman (como se citó en González-Pineda y Núñez, 2002, pp. 245), desarrolló un cuadro o marco conceptual en el que sintetiza las dimensiones y elementos

principales de la autorregulación desde un punto de vista descriptivo y explicativo, que se muestra a continuación:

Preguntas científicas	Dimensiones psicológicas	Requisitos de la tarea	Atributos autorreguladores	Procesos autorreguladores
¿Por qué?	Motivo	Elegir Participar	Intrínsecamente o automotivado	Metas, autoeficacia, valores, atribuciones, etc.
¿Cómo?	Método	Elegir el Método	Planificado o automatizado	Uso de estrategias, relajación, etc.
¿Qué?	Resultados de aprendizaje	Elegir los Resultados	Autoconsciente de los resultados	Autocontrol, autojuicio, control de la acción, volición, etc.
¿Dónde?	Ambiental (social)	Control de la Situación social y física	Social y ambientalmente receptivo y con recursos	Organización del ambiente, búsqueda de ayuda, etc.

Dichos autores también indican que los estudiantes que autorregulan su aprendizaje son capaces de controlar y cambiar creencias motivacionales, como la autoeficacia o la orientación a metas, para adaptarlas a las demandas de la sociedad o del contexto ambiental que les rodea, son capaces de desarrollar expectativas, atribuciones y emociones positivas.

Además afirman los anteriores autores, en lo que se refiere a la autorregulación del comportamiento, que implica el control activo de los recursos con los que cuenta el estudiante, creando ambientes que facilitan el aprendizaje, seleccionando el lugar adecuado para el estudio, buscando la ayuda de otros cuando lo necesita, entre otros factores que podrían ser influyentes.

3. Redes Sociales:

Según Aviña (2012) la influencia que posee no solo las redes sociales sino también el internet dentro de las personas, es un caso serio para la sociedad actual; sobre todo para los adolescentes que se encuentran en los niveles de básicos o diversificado, ya que la mayor parte de su tiempo libre o no, la pasan haciendo uso de ellas tanto por medio de celulares o propiamente frente a una computadora. Esto crea una fuerte influencia en su desempeño académico y en las conexiones personales y sociales que logran establecer gracias a ellas.

El anterior autor afirma que durante los años 2001 y 2002 las redes empezaron a surgir teniendo un gran impacto en los adolescentes de esta época; además, estas herramientas son conocidas por amigos o familiares y llevan entre uno y dos años inmersos en ellas, sobre todo, para mantener contacto con sus amistades. Esto demuestra el gran auge que lleva consigo el internet desde temprana edad en los jóvenes, siendo hoy en día un medio importante para el aprendizaje de ellos.

De acuerdo con Merodio (2010) las redes sociales constituyen actualmente una nueva forma de comunicarse y de romper espacio y tiempo en cualquier lugar del mundo. Una red social como la describe el autor es una estructura social compuesta por personas, las cuales están conectadas por varios tipos de afinidades. Él describe que este tipo de afinidades son las relaciones que pueden ser por amistad, parentesco familiar, por compartir intereses comunes, por llevar a cabo intercambios económicos y de información académica o laboral, además como parte de hobbies o pasatiempos comunes. Describe el uso de las redes sociales como un espacio para compartir fotos, videos, chats entre otros, a través de todo el mundo. Afirma que las redes sociales en Internet se han convertido en un gran fenómeno social que revoluciona la forma de comunicarse y de interactuar.

3.1 Tipos y usos de las redes sociales:

Continuando con Merodio (2010, pp. 9) se describe una clasificación sobre los diferentes tipos de redes sociales las cuales se clasifican en 15 categorías:

1. Redes Sociales
- 2.Publicaciones
- 3.Fotografías
- 4.Audios
- 5.Videos
- 6.Microblogging
7. Emisión en Streaming
- 8.Videojuegos
- 9.Juegos
- 10.Aplicaciones de Productividad
- 11.Agregadores de Noticias
- 12.RSS
- 13.Búsquedas
- 14.Móviles
- 15.Interpersonales

Por su parte, Borja (2010) afirma que existen diversas clasificaciones de redes sociales, y de acuerdo a ellas y el uso que se les hace, a continuación se citan y describen una clasificación de ella:

1. “Redes sociales horizontales (también conocidas como generalistas)”: El autor describe que son todas aquellas redes sociales dirigidas a todo público y que no se centran en un tema

concreto, son muy generales. Dentro de ellas siendo las más populares están: Facebook, Twitter, Google+.

2. “Redes sociales profesionales (dentro de las redes sociales verticales)”: Continuando con el autor, las describe como aquellas que están enfocadas al ámbito laboral. Con ellas se pueden llevar a cabo tareas como realizar contactos profesionales, recomendaciones, gestión del Currículum Vitae así como la búsqueda de oportunidades laborales. Dentro de ellas se encuentran: LinkedIn, Viadeo y Xing.

3. “Redes sociales de geolocalización”: Estas redes, como lo afirma el anterior autor, son todas aquellas que se realizan por medio de la localización física de los usuarios. De acuerdo a estas redes se encuentran: Foursquare, Facebook Places y Google Places

4. “Redes sociales de contenidos”: Estas redes en sí, menciona el autor, que están coordinadas de acuerdo a la divulgación que lleva a cabo el usuario en diferentes formatos tales como:

- Fotografía: como la red Instagram,
- Video: como la red YouTube
- Otros: como los Slideshare

5. “Redes sociales de ocio (directamente relacionados con las redes sociales verticales o temáticas)”: Estas redes están enfocadas de acuerdo al ocio, como:

- Libros: LibraryThing , Entre Lectores, Quelibroleo.
- Animales: Dogster.
- Viajes: Tripadvisor.
- Juegos y videojuegos: Wiplej.

3.2 Recursos tecnológicos:

El autor Merodio (2010) hace referencia a la definición de un artefacto tecnológico como la construcción de un objeto, utilizando diferentes formas ya sea de manera artesanal o automatizada, los cuales, menciona el autor, siguen determinados parámetros previamente definidos, que permiten satisfacer la necesidad para la cual desea emplearse. Así mismo, menciona también que en los últimos años el desarrollo de la tecnología se ha ido incrementando, con la invención de nuevos artefactos tecnológicos que se vuelven necesarios y algunas veces hasta indispensables para el desarrollo personal del usuario.

Entre los artefactos tecnológicos desarrollados en el área de informática y telecomunicaciones que se hacen referencia en este estudio son:

- Celular: Alegsa (2012) lo describe como un dispositivo electrónico que permite realizar múltiples operaciones de forma inalámbrica en cualquier lugar donde se encuentre media vez se cuente con señal. El autor afirma que entre las funciones que este dispositivo puede llevar a cabo son: llamadas telefónicas, navegación por internet, envío de mensajes de texto (SMS), tomar fotografías, reloj.
- Videojuegos: Alegsa (2013) el autor lo describe como el juego que involucra la interacción de un jugador con un usuario del dispositivo que genera una respuesta visual y sonora. Para jugar estos juegos el autor comenta que es necesario contar con plataformas o equipos especiales dentro de los cuales enumeró las Pc, la consola de juegos de las cuales el teclado y el mouse en la computadora sirven como controles y los joystick, palancas y volantes en las consolas de juego.
- Computadora / ordenador: Alegsa (2015) la define como el dispositivo electrónico que permite llevar a cabo diferentes funciones de acuerdo a su programación. Las computadoras u

ordenadores están compuestas por diferentes partes, la parte externa como lo menciona el autor es el “Hardware” que se describe como la parte física y la parte interna, que contiene la memoria, es llamada “Software”; todo ello permite que la información se procese y se lleve a cabo la ejecución de lo que solicita el usuario.

3.3 Influencia de las redes sociales en los adolescentes:

Martín, y Marcelo (2012) afirman que hay algunos valores positivos sobre el uso de las redes ya que se desarrolla una gran capacidad en el área creativa, por la cantidad de fotos, videos, escritos etc. que una persona llega a subir a dicha plataforma. Es un lugar donde los adolescentes pueden tener la libertad de expresarse sin ser juzgado y refleja una imagen de las capacidades que pueden llegar a ser parte de su expresión.

Sin embargo, los anteriores autores reconocen que existen desventajas sobre las redes sociales y éstas pueden llegar a surgir a base de una adicción a ellas, no solo por el tiempo que se pasa dentro de ellas sino por tener la necesidad de sólo estar “conectado”. Esto conlleva a alejarse de las personas y tener la capacidad de comunicarse únicamente por este método y, además, puede influir en el rendimiento académico ya que el tiempo que podría emplearse para hacer tareas y estudiar lo llega a absorber el uso de ellas.

Martín (2010), por su parte, afirma que la forma en que se utilizan las redes depende en su mayoría del criterio que cada persona tenga y la capacidad para dejarse influenciar o no por ellas. Pues, en realidad, las redes están allí pero es cada persona la responsable de hacer un buen uso de ellas tanto académica, laboral o por medio de interacción social.

Hoy en día, la mayor población que hace uso de las redes sociales son los adolescentes. Gran cantidad de redes sociales existentes al alcance de su mano, utilizando desde una PC hasta

su dispositivo móvil. Como destacan algunos autores anteriores, dichas redes como Facebook, twitter, Messenger son redes que usualmente son utilizadas para llevar a cabo relaciones interpersonales. El uso de los mismos, hace que muchas veces estas personas pierdan interés en otras actividades de formación y lleguen a caer en preferencias de ello.

Por todo ello actualmente la docencia tiene el gran reto de saber educar y orientar a los estudiantes con herramientas que le permitan autorregularse para así poder controlar esta gran influencia externa; de tal modo que el adolescente pueda ser capaz de controlar y elegir la mejor decisión para su formación escolar, personal e interpersonal.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A lo largo de los años, las personas se han interesado y preocupado por la preparación académica de los niños y adolescentes. Conforme han ido evolucionando las formas de enseñar, se han ido adquiriendo e impartiendo nuevas técnicas y herramientas que facilitan el desarrollo de los mismos en las experiencias del diario vivir.

Hoy en día, es parte esencial que cada persona vaya autorregulando sus propios procesos cognitivos, utilizando de manera significativa las herramientas que se le plantean y buscando que él mismo evalúe estrategias y los logros alcanzados. En función de ello, se espera que las personas cambien su manera de proceder si los objetivos trazados no están siendo alcanzados. Las generaciones de hoy han crecido en el mundo de la tecnología; de la mano con las computadoras y los teléfonos celulares, haciendo uso de ello tanto de manera académica como social.

La fusión de estos dos grandes temas del hoy llegó a plantear la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero básico del Colegio Sagrada Familia?

2.1. Objetivos:

2.1.1 Objetivo general:

Establecer la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia.

2.1.2 Objetivos específicos:

2.1.2.1 Determinar el nivel de Autorregulación en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia.

2.1.2.2 Determinar el uso de las redes sociales que hacen los estudiantes de Tercero Básico.

2.1.2.3 Determinar qué relación existe entre el nivel de autorregulación de los estudiantes y el uso que hacen de las redes sociales.

2.2 Variables de Estudio:

2.2.1 Autorregulación

2.2.2 Uso de las redes sociales

2.3 Definición de variables:

2.3.1 Definición conceptual de las variables:

2.3.1.1 Autorregulación:

“La autorregulación se refiere a cómo una persona ejerce control sobre sus propias respuestas para perseguir metas y vivir de acuerdo con normas. Estas respuestas incluyen pensamientos, emociones, impulsos, actuaciones, y otros comportamientos. Las normas incluyen ideales, criterios morales, normas, objetivos de actuación, y las expectativas de otras personas” (Jorba y Gasellas, 1997, pp. 165.)

2.3.1.2 Uso de las redes sociales:

“Describe al uso de las redes sociales como la actividad de interacción de personas,

comunidades, entes u organizaciones que producen, reciben e intercambian bienes o servicios sociales para su sostenimiento de acuerdo a su desarrollo y bienestar. Dicho bienestar es mediatizado por los avances y los usos de la ciencia y la tecnología producidos y ofrecidos de manera social y mercantil a las personas, tomando en cuenta las condiciones económicas determinadas para su uso.” (Casas, 2007, pp. 34)

2.3.2 Definición operacional de las variables:

2.3.2.1 Autorregulación:

Se refiere al nivel de autorregulación que manejan los estudiantes encuestados del grado de Tercero Básico, obtenido mediante la aplicación del cuestionario de Autorregulación para el aprendizaje académico elaborado por Torre (2007). El cual consta de 20 preguntas agrupadas en 4 factores. Factor I, Conciencia metacognitiva activa (medido por las preguntas 3,6,7,8,12 19 y 20) dicho factor refiere el autor “a la conciencia que los estudiantes tienen sobre sus conductas autorregulatorias.”; factor II, Control y verificación (medido por las preguntas 1,2,4,13,14 y 17), descrito como “las rutinas que el estudiante manifiesta para comprobar la exactitud en el proceso de trabajo” ; factor III, Esfuerzo diario en la realización de tareas (medido por las preguntas 5,9,10 y 11) que refiere “a los hábitos de disciplina que el estudiante manifiesta en su trabajo” y factor IV, Procesamiento activo durante las clases (medido por las preguntas 15,16 y 18) el cual el autor describe como “las actitudes de procesamiento interior de la información y a la auto-motivación del estudiante para el logro de sus metas durante la clase.”

2.3.2.2 Uso de las redes sociales:

Se refiere al uso que hacen de las redes sociales los adolescentes del grado de Tercero

Básico del Colegio Sagrada Familia. Para medir ello se elaboró un instrumento extraído del Cuestionario de Adicción a las nuevas Tecnologías (Versión A) de Oliva, Hidalgo, Moreno, Jiménez, Jiménez, Antolín y Ramos (2012). De dicho cuestionario se tomaron fragmentos de interrogantes tales como el tiempo de uso que emplean del internet, celular y videojuegos, tanto entre semana como el fin de semana. También se identificaron qué actividades realizan al estar navegando por internet y con qué frecuencia abandonan tareas por estar conectados.

2.4 Alcances y Límites:

Este estudio buscó determinar la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia, del departamento de Petén, Guatemala. Los resultados obtenidos servirán de antecedente para trabajar en un futuro programas de autorregulación y uso de las redes sociales; siendo válido para los adolescentes comprendidos entre las edades de 14 a 16 años que se encuentran en el grado antes mencionado, con características similares a la muestra.

Debido a que los cuestionarios utilizados fueron elaborados para investigaciones anteriores, los resultados obtenidos pueden ayudar a contrastar los datos obtenidos con dichos estudios, de tal manera que las pruebas originales vayan cobrando mayor validez y fiabilidad.

Así mismo la información obtenida puede ser base también para futuros estudios que pretendan utilizar los cuestionarios de autorregulación y adicción a las redes sociales ya que son cuestionarios que han sido utilizados en diferentes países.

Por otra parte, los hallazgos que se obtuvieron pueden servir de antecedente para predecir la relación de las dos variables que se utilizaron con grupos que manejen las mismas características.

2.5 Aportes:

Hoy en día en Guatemala, se han empezado a realizar estudios acerca de los temas de autorregulación y uso de las redes sociales, sin embargo, estas variables se han relacionado poco. La investigación permitió establecer la influencia que ambas definiciones tienen sobre el rendimiento académico, así como las implicaciones y éxito que ejercen sobre los adolescentes del Colegio Sagrada Familia, en el departamento de Petén, Guatemala.

Estos resultados sirvieron como apoyo para la orientación que proporcionan a cada uno de los educandos y con ello darles una mejor orientación en el área de hábitos de estudio. En la misma línea, permitió al establecimiento identificar la influencia de la realización de tareas utilizando el internet como herramienta de apoyo.

La información que se obtuvo sobre los niveles de Autorregulación académica de los estudiantes puede orientar procesos y generar propuestas para la implementación de herramientas autorregulatorias que apoyen el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes en las tareas que realizan en casa.

Es también un aporte para identificar el uso que hacen los adolescentes del internet, videojuegos y celulares. El cual puede servir de orientación para padres de familia identificando la importancia de estar atentos ante lo que sus hijos utilizan.

Este estudio es un aporte valioso para los docentes de la institución educativa quienes pueden evidenciar, por medio de los resultados, la influencia que tienen estos recursos tecnológicos sobre los hábitos de estudio de los estudiantes o bien de acuerdo a las tareas que proponen en clase y por medio de esto facilitar cambios dentro del aula que permita la orientación sobre el buen uso que deben hacer los estudiantes de la tecnología.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos:

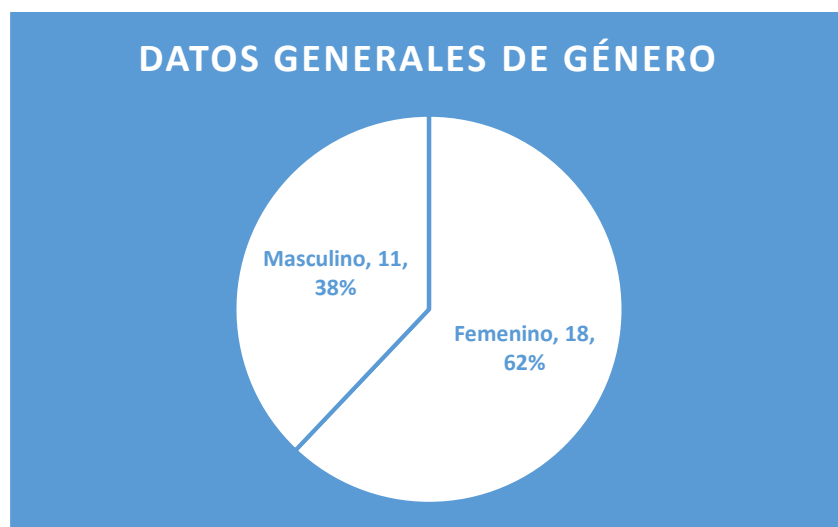
Los sujetos de esta investigación fueron educandos de Tercero Básico de sexo femenino y masculino, comprendidos entre las edades de 14 a 16 años y pertenecientes de nivel socioeconómico medio. Ellos fueron estudiantes del Colegio Sagrada Familia ubicado en la zona 1 de San Benito, del departamento de Petén, de Guatemala. La muestra de la población fue de 29 estudiantes todos ellos con acceso a internet.

Tabla 3.1

Datos generales: Género

Variable	N	%
Femenino	18	62%
Masculino	11	38%
Total	29	100%

Gráfico 3.1



La gráfica 3.1 evidencia que el porcentaje de género femenino fue de 18 estudiantes y el

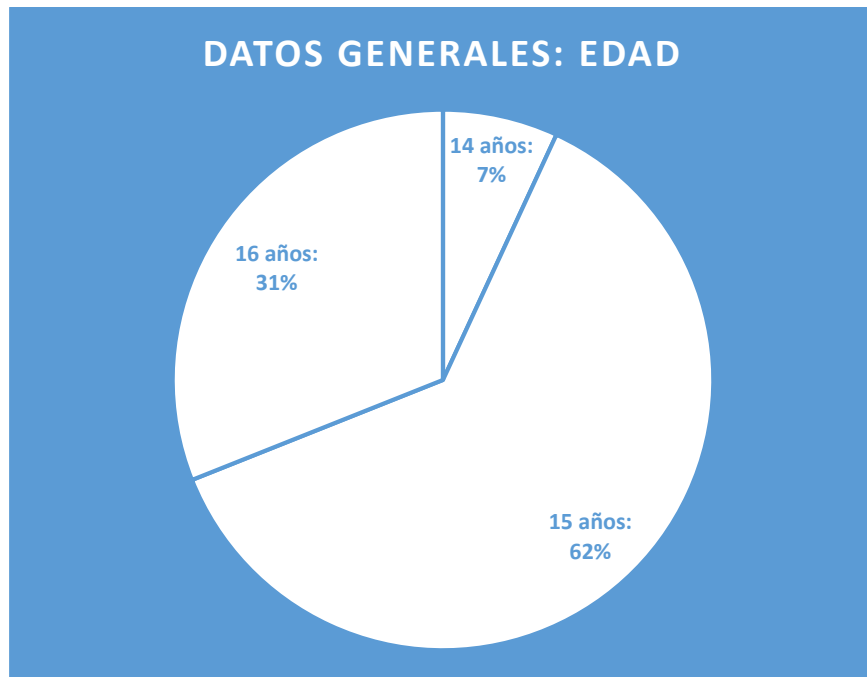
género masculino fue conformado por 11 al momento de aplicar el cuestionario.

Tabla 3.2

Datos generales: Edad

Variable	N	%
14 años	2	7%
15 años	18	62%
16 años	9	31%
Total	29	100%

Gráfico 3.2



La gráfica 3.2 evidencia que el mayor porcentaje de los adolescentes encuestados poseía 15 años al momento de responder el cuestionario. Seguidos estos datos se encontró la edad de 16 años, con un porcentaje menor y en tercer lugar se ubicaron las jóvenes de 14 años.

3.2 Instrumento:

3.2.1 Cuestionario sobre Autorregulación para el Aprendizaje Académico:

El cuestionario fue elaborado para una tesis doctoral de la Universidad Pontificia de Comillas, Madrid. El cual consta de 20 ítems de los cuales se dividen en cuatro factores de autorregulación académica siendo estos:

- Factor I, se denomina “conciencia metacognitiva activa” y está medido por medio de los ítems 3, 6, 7, 8, 12, 19 y 20.
- Factor II, se denomina “Conciencia control y verificación” y es medido por los ítems 1, 2, 4, 13, 14 y 17.
- Factor III, mide el “Esfuerzo diario” a través de los ítems 5, 9, 10 y 11.
- Factor IV “procesamiento activo” es medido a través de los ítems 15, 16 y 18.

Datos del cuestionario antes descrito:

- Nombre: Cuestionario sobre Autorregulación para el Aprendizaje Académico.
- Autor: Juan Carlos Torre Puente.
- Procedencia: Universidad Pontificia de Comillas, España.
- Aplicación: Individual autoaplicable.
- Duración: Sin tiempo establecido
- Finalidad: Evaluar el nivel de autorregulación en jóvenes de secundaria y Conciencia metacognitiva activa, Control y verificación, Esfuerzo diario en la realización de las tareas y Procesamiento activo durante las clases.
- Material: Cuestionario y lápiz de mina suave
- Sub áreas de evaluación: El instrumento presentó una escala tipo Likert, con 5 opciones de respuesta que abarcan desde la expresión “Nada que ver conmigo” que indican el desacuerdo

total, hasta el acuerdo total identificada con la expresión “Yo soy así”, el cual fue conformada por las 20 preguntas antes descritas. La interpretación cualitativa de la escala, se adjuntó en el anexo 2.

3.2.2. Cuestionario de Adicciones a las nuevas Tecnologías, versión A:

Para realizar el estudio, se eligieron algunos aspectos importantes de dicho cuestionario, los cuales respondían a los intereses de la investigación. Los datos generales del cuestionario son los siguientes:

- Nombre: Cuestionario de Adicciones a las Nuevas Tecnologías, Versión A.
- Ámbito de aplicación: Jóvenes y adultos, de ambos sexos, a partir de los 12 años.
- Equipo de Adaptación: Alfredo Oliva Delgado, Ma. Victoria Hidalgo García, Carmen Moreno Rodríguez, Lucía Jiménez García, Antonio Jiménez Iglesias, Lucía Antolín Suárez y Pilar Ramos Valverde.
- Procedencia del equipo: Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Sevilla, España
- Tipo de Aplicación: Colectiva e individual
- Duración: 25 minutos.
- Confiabilidad: Nivel de confianza del 95,50%, con una posibilidad de error en los datos globales inferior a un 5%.
- Material: Cuestionario y lápiz de mina suave.
- Calificación del Cuestionario: Se contó la cantidad de ítems pertenecientes a cada serie para obtener el punteo burdo, los cuales fueron convertidos en porcentajes para la presentación de resultados.

El área evaluada del cuestionario comprendió preguntas diseñadas por los autores, aludiendo específicamente a los hábitos de uso de internet, videojuegos y teléfono móvil. Los cuestionamientos hicieron referencia a los contenidos tales como: edad de inicio, nivel de uso, tiempo diario de uso (entre semana y fines de semana), y, en el caso de internet, el tipo de actividad que lleva a cabo al hacer uso de éste medio. Los ítems evaluados constaban de respuestas contempladas como si, no; nulo, principiante, medio, avanzado, experto; cantidad de horas utilizadas; y los rangos que iban de 1, nunca o rara vez; a 5, siempre.

3.3. Procedimiento:

- Se solicitó a la Dirección General del Colegio Sagrada Familia la autorización para aplicar, a los educandos de tercero básico, el instrumento que contenía dos cuestionarios, siendo uno de “Autorregulación para el Aprendizaje Académico” y otro de “Adicciones a las nuevas tecnologías, versión A”.
- Se aplicó el instrumento a los educandos que se encontraban en el día y hora acordado por parte de la Dirección General, en el salón de clases de dicha sección.
- Se procedió a calificar e interpretar los resultados de los instrumentos aplicados.
- Se relacionaron y analizaron los resultados obtenidos.
- Se elaboraron conclusiones y recomendaciones.
- Se redactó un informe final.
- Se dieron a conocer los resultados obtenidos a la Dirección de la Institución.

3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística:

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010) el estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con alcance correlacional, de tipo no experimental puesto que se recolectaron los datos en un único momento. Es decir, el estudio determinó el grado de relación entre las dos variables estableciendo una relación completa de la causa.

Para el análisis de los resultados, se utilizó la metodología estadística que abarca la media, que se refiere al promedio aritmético de una distribución; la moda, siendo la puntuación que ocurre con mayor frecuencia en los resultados; la mediana, que es el valor que divide la distribución por la mitad; desviación estándar, que se refiere al promedio de desviación de las puntuaciones con respecto a la media; y el coeficiente de correlación de Pearson, para medir la relación lineal entre dos variables cuantitativas.

Para el análisis estadístico descriptivo, presentación y el análisis de los resultados, se utilizó el programa Microsoft Office Excell 2010 y se establecieron tablas con porcentajes, el cual corresponde a la relación entre una cantidad entre cien elementos.

Para el establecimiento de la correlación entre autorregulación y las redes sociales, se utilizó el programa SPSS, el cual indica Hernández et al. (2010) es el coeficiente de correlación de Pearson se refiere a medir la relación lineal entre dos variables cuantitativas.

IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

El presente estudio se realizó con el fin de establecer la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia. Para ello, se aplicaron los instrumentos “Cuestionario de Autorregulación para el aprendizaje académico” de Torre (2007) y una adaptación del “Cuestionario de Adicción a las nuevas Tecnologías” (Versión A) de Oliva *et al.* (2012) a los 29 adolescentes de dicho establecimiento.

De los resultados obtenidos, se realizaron cálculos estadísticos que permitieron considerar ciertos criterios para analizar los resultados, establecer las conclusiones y proponer recomendaciones.

4.1 Resultados descriptivos sobre Autorregulación:

**Tabla 4.1.1 Descriptivos de la Escala
Autorregulación para el Aprendizaje Académico.**

\bar{X}	Desviación típica	N de ítems	<i>Alfa de Cronbach</i>	<i>N</i>
76.62	10.09	20	0.874	29

El Alfa de Cronbach confirma que la escala tiene fiabilidad, es decir, los ítems miden lo que se pretendía, ya que el rango para obtener datos confiables deben estar entre 0.7 o más (Lucero y Meza, 2002). Sin embargo, a pesar de la relación significativa que se evidenció, más adelante se observará que hay sub áreas que presentaron poca relación.

En general, y de acuerdo al dato de la media, el nivel de autorregulación de los sujetos es **alta**, tal y como se indica en la tabla de interpretación en anexos 2; ya que el máximo puntaje posible era 100. La desviación estándar indicó que el 68% de los sujetos se encontraban entre 66.53 y 86.71, es decir, entre una autorregulación **alta** y **muy alta**.

Tabla 4.1.2 Descriptivos de la Escala

Sub escala: Conciencia metacognitiva activa

\bar{X}	Desviación típica	N de ítems	Alfa de Cronbach	N
22.93	3.67	6	0.694	29

El dato del Alfa de Cronbach se ubicó a esta sub escala en el límite posible para afirmar su fiabilidad. Si bien, de acuerdo a Nunnaly (Morales, 2008) el mínimo aceptable es 0.7, otros autores consideran que en investigaciones en ciencia sociales, es aceptable a partir de 0.5.

De acuerdo a la media, el promedio de los datos obtenidos se encontró en el rango **alto**. Por su parte, la desviación estándar señaló que la mayoría de los sujetos se ubicaban entre los rangos 19.26 y 26.6; es decir, dentro de un nivel **alto y muy alto**.

Tabla 4.1.3 Descriptivos de la Escala

Sub escala: Control y verificación

\bar{X}	Desviación típica	N de ítems	Alfa de Cronbach	N
28.03	4.19	7	0.769	29

Lucero y Meza (2002) refieren que un valor de 0.7 del Alfa de Cronbach revela una fuerte relación entre las preguntas como lo muestra esta tabla.

La sub escala de Control y Verificación destacó que la inteligencia es modificable y mejorable. El que como estudiantes se digan así mismos lo que deben estudiar y el cómo hacerlo va de la mano con el esfuerzo que hacen para sus estudios. Es por ello que se observó un nivel al límite superior del rango **alto**. Sin embargo, la desviación típica ubicó los resultados entre **alto y muy alto**, ya que los rangos de la media se encontraron entre 23.84 y 32.22. Se observó dispersión

en los resultados; sin embargo, la mayoría de los sujetos se ubicaron dentro de los rangos antes establecidos.

Tabla 4.1.4 Descriptivos de la Escala
Sub escala: Esfuerzo diario en la realización de tareas.

\bar{X}	Desviación típica	N de ítems	Alfa de Cronbach	N
15.41	2.04	4	0.352	29

Los rangos obtenidos a partir de la media, se encontraron entre 13.37 y 17.45 lo que describió estar en un nivel **alto y muy alto** para llevarlo a cabo. Sin embargo, Celina y Campo (2005) describieron que un valor inferior al valor mínimo aceptable para el Alfa de Cronbach revela una débil relación entre las preguntas, tal como lo mostró el dato 0.352 de la anterior tabla. Es decir, a pesar de presentarse resultados **altos y muy altos** en esta sub-escala, los datos obtenidos no fueron fiables en este ámbito.

Tabla 4.1.5 Descriptivos de la Escala
Sub escala: Procesamiento activo durante las clases.

\bar{X}	Desviación típica	N de ítems	Alfa de Cronbach	N
10.24	1.90	3	0.476	29

Nuevamente esta tabla no mostró un nivel inferior del mínimo para verificar la fiabilidad del alfa de Cronbach ya que se observó con el dato de 0.476. Aunque redondear como lo plantea Ortiz (2004) daría un total de 0.5 lo que según se comentaba arriba otros autores refieren un rango fiable para dicha escala.

De acuerdo a la media, el nivel obtenido fue **alto**, con una desviación estándar entre **alta** y **muy alta** por los rangos entre 8.34 y 12.14. sin embargo, tal como se mencionó en el párrafo anterior, los niveles de fiabilidad en los resultados se encontraron entre el rango al límite.

4.2 Resultados descriptivos sobre el uso que hacen los estudiantes a las redes sociales:

Tabla 4.2.1

¿Tienes ordenador o computadora para tu uso personal?

OPCIONES	N	Porcentaje
Sí	28	99%
No	1	1%
Total	29	100%

Como se observan en la tabla 4.2 el mayor porcentaje de estudiantes encuestados indicaron que cuentan con una computadora u ordenador para su uso personal.

Tabla 4.1.2

¿Tienes celular propio?

OPCIONES	N	Porcentaje
Sí	29	100%
No	0	0
Total	29	100%

A diferencia de lo señalado en la tabla anterior, en los presentes resultados se observa que el 100% de los estudiantes encuestados sí contaban con celular propio.

Tabla 4.2.3

¿En tu casa hay equipos de videojuegos como Nintendo, Wii, Play Station, gameboys, Xbox?

OPCIONES	N	Porcentaje
Sí	17	59%
No	12	41%
Total	29	100%

Aunque esta tabla demuestra que la mayoría de los sujetos poseían videojuegos en sus casas, a diferencia de las dos tablas anteriores, esta nos indicó que no todos tienen acceso a ellos.

Tabla 4.2.4

¿A qué edad empezaste a usar las siguientes tecnologías?

	3-5 años		6 – 8 años		9-11 años		12 – 14 años		15 – 17 años		Nunca lo ha utilizado	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet	1	4%	13	45%	12	41%	3	10%	0	0%	0	0%
Celular	5	3%	6	21%	11	38%	11	38%	0	0%	0	0%
Video Juegos	1	3%	15	52%	11	38%	2	7%	0	0%	0	0%

La tabla 4.2.4 nos indica que la principal edad en la que iniciaron los adolescentes a hacer uso del internet se encuentra entre los 6 a 11 años (86%), misma en la que también se observó en cuanto al uso de videojuegos (90%). Cabe mencionar que todos los sujetos han tenido acceso a los video juegos, a pesar de haber manifestado, en la tabla anterior, que no todos poseían este aparato en casa.

Llama la atención que, en cuanto al uso de celular, la edad en que se inició en su uso, fue dispersa pues esta varió entre los 6 y 14 años, aunque el mayor porcentaje se centró entre los 9 y 14 años con un 76%.

Por último, se evidenció que antes de los 14 años, todos los sujetos ya han tenido acceso al internet, celular y video juegos.

Tabla 4.2.5

Podría definir el nivel que tiene en el uso de las siguientes tecnologías

Tecnologías	Nulo		Principiante		Medio		Avanzado		Experto	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet	0	0%	0	0%	7	24%	16	55%	6	21%
Celular	0	0%	1	3%	7	24%	15	52%	6	21%
Videojuego	0	0%	6	21%	15	52%	5	17%	5	10%

Según lo observado, todos los sujetos manifestaron conocimiento de ellos, ya que como lo mencionan la tabla anterior, todos iniciaron a cierta edad el uso de los mismos y como lo demuestra esta tabla todos se ubicaron en un nivel superior al “nulo”.

El nivel de uso según lo indica la tabla 4.2.5 que los adolescentes encuestados hacían del internet, los ubicó como “avanzado”, al igual que el uso del celular; mientras que el videojuego ubicó a la mayoría, como “medio”. Lo último, podría deberse a la coincidencia en que no todos los sujetos contaban con este recurso en casa.

Tabla 4.2.6

¿Cuántas horas al día sueles dedicar entre semana al uso de las siguientes tecnologías?

Horas de uso entre semana	Ninguna		Menos de 1 hora		Entre 1-3 horas		Entre 3-6 horas		Más de 6 horas	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet	0	0%	8	28%	7	24%	12	41%	2	7%
Celular	2	7%	5	17%	8	28%	10	34%	4	14%
Videojuego	15	52%	8	28%	5	17%	1	3%	0	0%

La tabla 4.2.6 demostró que durante la semana, la mayoría dedicaba entre 3 a 6 horas a hacer uso del internet y celular; sin embargo, se mostró dispersión en cuanto al número de horas pues un porcentaje alto también lo utilizaba menos de una hora o entre 1 y 3 horas.

Por otra parte, en cuanto al uso de video juegos entre semana, más de la mitad de los sujetos no lo utilizaban (52%) o si lo hacían, era por menos de una hora (28%). Este resultado vuela a confirmar la relación en cuanto a no poseer este recurso en casa.

Tabla 4.2.7

¿Cuántas horas, al día, sueles dedicar los fines de semana al uso de las siguientes tecnologías?

Horas de uso entre fin de semana	Ninguna		Menos de 1 hora		Entre 1-3 horas		Entre 3-6 horas		Más de 6 horas	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Internet	0	0%	2	7%	10	34%	8	28%	9	31%
Celular	1	4%	1	3%	7	24%	12	41%	8	28%
Videojuego	9	31%	10	35%	7	24%	3	10%	0	0%

Según lo demuestra esta tabla, a diferencia de la anterior, los videojuegos sí son utilizados durante los fines de semana entre 1 a 3 horas en un 35%, o entre 1 y 3 horas, en un 24%. Es importante señalar que tanto entre semana, como los fines de semana, siempre hay al menos 9 sujetos que no utilizaban este recurso en ningún momento, esto podría deberse a la ausencia del mismo dentro de sus hogares; a pesar de que, no se tuviera acceso a ellos, se consideran con experiencia de al menos “principiantes”.

Con relación al uso del internet y el celular, se observó una mayor tendencia en cuanto al número de horas utilizadas en los fines de semana. En ambos casos, solo el 7% de los sujetos no accedían a estos recursos o su utilización era de menos de una hora; el 93% de los sujetos lo utilizaban entre 1 o más de 6 horas.

Tabla 4.2.8

¿Cuántas veces has usado Internet para las siguientes actividades en el último año?

	Nunca		Menos de 1 vez al mes		Alguna vez al mes		Alguna vez a la semana		Casi todos los días	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. Utilizar redes sociales, mensajes instantáneos, chats	0	0%	0	0%	3	10%	1	4%	25	85%
2. Utilizar el correo electrónico	4	14%	12	41%	9	31%	4	14%	0	0%
3. Utilizarlos para trabajos escolares	0	0%	0	0%	3	10%	13	45%	13	45%
4. Búsqueda de información sobre aficiones o cosas que te interesan	0	0%	1	4%	4	14%	12	41%	12	41%
5. Descargar programas, películas, vídeos, música, juegos, cómics	0	0%	7	24%	7	24%	11	38%	4	14%
6. Jugar online	9	31%	8	28%	6	21%	5	17%	1	3%

De acuerdo a las tablas anteriores el principal uso que hacían los adolescentes de las redes sociales es el internet, y como lo demuestra esta tabla, hay muchos intereses tanto sociales como académicos por los cuales se recurre a ello; por ende, se presentó un mayor porcentaje en el rango de “utilizarlo casi todos los días” en las áreas relacionadas al uso de mensajes instantáneos o chats en un 85%, hacer trabajos escolares en un 45% y búsqueda de información de interés (41%).

Respecto a consultar sus correos o bajar películas, música, juegos, etc. En ambos casos, esto se hacía de manera esporádica en el año pues los mayores porcentajes se ubicaron entre menos de una vez al mes o alguna vez al mes.

Por último, con relación a los juegos online, el uso del mismo fue disperso pues hubo sujetos que manifestaron “nunca” hacerlo, así como sujetos que lo hacían “alguna vez a la semana”. Solamente una persona manifestó hacerlo todos los días.

Tabla 4.2.9

Las opciones de respuesta de cada frase son: 1. Nunca o rara vez. 2. A veces 3. Con frecuencia 4. Muy a menudo 5. Siempre	Nunca		A veces		Con frecuencia		Muy a menudo		siempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1. ¿Con qué frecuencia estas conectado a Internet por más tiempo del que te habías propuesto?	1	3%	8	28%	5	17%	9	31%	6	21%
2. ¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?	8	27%	11	38%	6	21%	4	14%	0	0%
3. ¿Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan internet?	9	31%	10	35%	5	17%	3	10%	2	7%
4. ¿Con qué frecuencia lo que comparten tu vida se quejan del tiempo que pasas conectado a internet?	14	48%	12	41%	1	4%	2	7%	0	0%
5. ¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estas conectado?	10	35%	10	35%	3	10%	5	17%	1	3%
6. ¿Con qué frecuencia compruebas tu email o entras a Facebook o Twitter, antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?	3	11%	9	31%	7	24%	7	24%	3	10%
7. ¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de internet?	11	38%	9	31%	7	24%	1	4%	1	3%
8. ¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas hacer la próxima vez que te conectes, etc?	19	66%	8	28%	0	0%	1	3%	1	3%
9. ¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado?	5	17%	13	45%	4	14%	6	21%	1	3%
10. ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “solo unos minutos más” cuando estas conectado?	5	17%	14	48%	1	4%	3	10%	3	21%
11. ¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido?	7	24%	12	41%	6	21%	3	10%	1	4%

“Muy a menudo” es lo que les ocurre a la mayoría de los encuestados cuando se conectan a Internet más tiempo del propuesto, según lo indica la tabla 4.2.9, con el 31% aunque con una diferencia del 3% , el 28% de los estudiantes describe que “A veces “ lo hace”.

Con relación a la interrogante ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “solo unos minutos más” cuando estas conectado? “A veces” (con el 48%) y “Nunca” (con el 17%) fueron los

porcentajes más altos obtenidos, lo que describe que muchos de ellos abarcan el tiempo necesario para llevar a cabo la actividad que se requiera. Así mismo, manifestaron los sujetos que “A veces” y “Con frecuencia” (38% y 21% respectivamente) abandonan las cosas que tienen que hacer por estar conectados.

Como datos a favor del uso adecuado a las redes sociales, la frecuencia de establecer nuevas relaciones con personas que utilizan internet, que conocidos se quejen del tiempo que se pasa conectado a internet y la frecuencia en que estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que se está conectado, fueron preguntas cuyos rangos se ubicaron en los niveles más bajos, correspondientes a “Nunca” y “A veces”

Por otra parte, la mayoría “Nunca” se descubre pensando sobre cuándo va volver a estar conectado, lo que confirma los datos obtenidos en la tabla 4.1.8 en donde los adolescentes utilizan el internet no solo para las redes sociales sino también como recurso de elaboración de tareas durante algunas horas de la semana.

4.3 Correlaciones:

A continuación se presentan los diversos datos obtenidos para establecer las correlaciones pertinentes según estándares universales de educación para los 29 sujetos encuestados. De acuerdo con el Departamento de Obstetricia y Ginecología de Hong Kong, las correlaciones deben basarse en una mínima significativa r a $p = 0,05$ es 0,5530.

Tabla 4.3.1

	Sexo Femenino	Utilizar el internet para trabajos escolares
Autorregulación	-0.3	0.36895665

En la tabla 4.3.1 se observó correlaciones directas, estadísticamente significativas, entre la Autorregulación, con el aspecto de ser mujer y la utilización del internet para trabajos escolares.

Es decir, se determinó que ser mujer tiene relación con presentar una mayor autorregulación y, entre más se utiliza el internet para realizar trabajos escolares, los sujetos presentan mayor nivel de autorregulación.

A continuación, se presentan las tablas 4.3.2, 4.3.3, 4.3.4 y 4.3.5 en las que se observó correlaciones inversas, estadísticamente significativas, entre la Autorregulación y el uso de las redes sociales que hacen los 29 estudiantes encuestados.

Tabla 4.3.2

	Tienes ordenador para tu uso personal	Nivel de uso que tiene para los videojuegos	¿Cuántas horas al día, entre la semana, hace uso de los videojuegos?
Autorregulación	-0.5	-0.3	-0.4

Los sujetos encuestados presentaron una menor autorregulación cuando se cuenta con un ordenador para su uso personal; así mismo, entre menos horas al día, entre semana, hagan uso de los videojuegos y menos alcance tengan, mostraron mayor autorregulación.

Tabla 4.3.3

	¿Cuántas veces ha usado el internet para usar su correo electrónico en el último año?	¿Cuántas veces ha usado el internet para jugar online en el último año?	¿Con qué frecuencia estás conectado a Internet más tiempo del que te habías propuesto?
Autorregulación	-0.30763443	-0.47412568	-0.40399298

La tabla anterior, determinó que, entre más tiempo los estudiantes usan el internet para revisar su correo, jugar on line o estar conectados fuera del tiempo propuesto, manifestaron menos autorregulación.

Tabla 4.3.4

	¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?	¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado?	¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de internet?	¿Con qué frecuencia compruebas tu email, o entras a Facebook o twitter antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?
Autorregulación	-0.38320633	-0.42163291	-0.4530928	-0.39381961

En la tabla anterior, se evidenció una menor autorregulación en la medida en que los sujetos abandonan lo que tienen que hacer para estar más tiempo conectado, comprobando su email, Facebook o twitter; además, se evidenció una relación invertida que provoca que, a mayor autorregulación, menor tiempo para estar conectado, lo que repercutía positivamente en sus estudios, según lo indicado por los sujetos.

Tabla 4.3.5

	¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas hacer la próxima vez que te conectes, etc.?	¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido?
Autorregulación	-0.34784661	-0.52137754

En la tabla anterior, se evidenció una relación inversa en donde, a mayor nivel de deseo por continuar utilizando el internet, y mayor frecuencia en las pérdidas de las intenciones por reducir el tiempo de estar conectado, se manifestó un menor nivel de autorregulación en los sujetos encuestados.

IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo, se analizaron los resultados obtenidos de la presente investigación, la cual tuvo como objetivo establecer la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en los educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia. Para medir ambas variables se aplicaron los dos cuestionarios a los 29 adolescentes de dicha institución educativa que comprendían las edades entre los 14 y 16 años.

Con relación a los resultados obtenidos sobre el nivel de autorregulación en jóvenes, el actual estudio presentó un nivel “alto” respecto a la capacidad de autorregularse de manera personal; lo anterior confirmó lo descrito por el autor del cuestionario Torre (2007) en donde se afirmó que las personas autorreguladas son personas con criterio propio para la utilización de herramientas de estudio y saber cuándo y cómo utilizarlas. Así mismo, Reed, Schallert y Deithloff (como se citó en Torre, 2007) indicaron que los estudiantes autorregulados se caracterizan por ser comprometidos e implicados cognitivamente. Así mismo, Romero (2013) indicó que la autorregulación ayuda a mejorar las habilidades para afrontar y autocontrolarse ante diversas situaciones, lo que confirmó la relación mostrada en la presente investigación al determinar que a mayor autorregulación, menos dificultad para regular su tiempo en cuanto al uso del internet y acceso a las redes sociales.

Respecto a las 4 sub-áreas en las que se divide el cuestionario de autorregulación, el presente estudio determinó que las sub escala de “Control y Verificación” y “Autorregulación en el Aprendizaje Académico”, fueron las más utilizadas por los estudiantes, lo que se interpreta como sujetos con inteligencia modificable y mejorable y que poseen facilidad y la flexibilidad para tomar medidas que favorezcan su aprendizaje. Lo anterior se relaciona también con los datos

obtenidos respecto al uso del internet pues el que como estudiantes se digan así mismos lo que deben estudiar y el cómo hacerlo, regulando la frecuencia en el uso del internet y los dispositivos electrónicos, va de la mano con el esfuerzo que hacen para sus estudios. Es por ello que se observó un nivel al límite superior del rango alto.

El estudio realizado por Torre (2007) coincide con las sub-escalas obtenidas en la presente investigación pues, para Torre, sus sujetos encuestados demostraron también un nivel “alto” y “muy alto” en autorregulación. Lo anterior también es confirmado por Alburez (2011) y Mejía (2014) quienes describiendo que las estrategias de autorregulación menos utilizadas por los estudiantes corresponden al factor de “Procesamiento activo de la información” y que las estrategias comprendidas en el factor de “Control y verificación”, son las más utilizadas por los estudiantes que fueron objeto del estudio en cada una de sus investigaciones.

Por otra parte, el presente estudio evidenció que en los sujetos, mientras se evidencie un mayor nivel de autorregulación, demostraron más facilidad en controlar el tiempo estipulado para el uso de internet y redes sociales, y una menor incidencia negativa en sus estudios. Lo anterior es respaldado por Ruiz (2009) quien afirmó en su estudio una correlación positiva, y estadísticamente significativa, entre la autorregulación y su percepción en sus estudios.

Por otro lado, cabe mencionar que dentro de la presente investigación se evidenció que las mujeres manifestaron mayor nivel de autorregulación en comparación al género masculino, lo cual es respaldado por también por Alburez (2011) quien concluyó en su investigación que el género sí influye en el empleo de estrategias autorreguladoras, comentando que las mujeres se autorregulan de mejor manera que los hombres.

Con relación al uso de las redes sociales que los adolescentes de tercero básico realizaban

en el presente estudio, se pudo identificar que el uso del internet, principalmente, lo llevan a cabo durante la semana, no solo para el uso de redes sociales sino también para la elaboración de tareas; sin embargo, en ambos aspectos, la frecuencia en el uso no fue significativo, sino fue utilizada de manera regulada, sin excesos. Lo anterior confirmó el estudio realizado por Pérez (2012) quien afirmó que las TIC'S influyen positivamente en el rendimiento académico de Matemática y estableció que la herramienta con mayor aceptación para los estudiantes fue el blog, y la menos aceptada fue el uso de la Wiki. Además, Felman (2002) afirmó que los adolescentes llegan alcanzar a esta edad un nuevo y superior nivel de pensamiento denominado, según la teoría Piagetiana pensamiento formal, lo que los lleva actuar de tal manera en saber construir su propio aprendizaje.

Tomando en cuenta los resultados de esta investigación se determinó que los jóvenes son principales usuarios de las redes sociales y, por lo tanto, del uso del internet, principalmente porque el 100% fueron adolescentes que describieron tener computadora personal y celular, lo que lleva a tener fácil acceso a este medio virtual pues, según ellos, el nivel de dominio en cuanto al uso de internet era "Avanzado" utilizándolo hasta 6 horas a la semana y más los fines de semana. Lo anterior, es confirmado por el estudio realizado por Rigalt (2011) en donde se concluyó que uno de cada cuatro guatemaltecos, entre las edades de 18 a 36 años, utiliza las redes sociales y por su parte Gálvez (2011) concluyó que la mayor parte de usuarios de Internet son un 73% en edades comprendidas entre 15 a 19.

Continuando con la descripción anterior, el presente estudio también evidenció que el nivel de autorregulación es mayor en mujeres que en hombres, lo cual también se confirmó con el estudio realizado por Gálvez (2011) quien concluyó que los adolescentes hombres comprendidos entre las edades de 13 a 18 años son quienes se les dificulta autorregularse más en comparación de las mujeres y, por ende, su nivel de frecuencia de uso es mayor, todo ello vuelve a confirmar lo ya

expuesto por este estudio y por Alburez (2011)

Por otra parte, en la presente investigación se evidenció que los adolescentes hacen uso de la red social Facebook o bien aquellas redes que buscan la interacción social con otras personas, casi todos los días. Por su parte Molina (2012) describió que todos sus objetos de estudio comprendidos entre las edades de 13 a 15 años eran usuarias de la red de Facebook y llegaban a implementar hasta 3 horas diarias en esta red, lo que hizo que su rendimiento académico se vea afectado. Sin embargo, Molina afirmó que los sujetos de estudio, mujeres, primero llevan a cabo sus tareas y posterior a ello hacían uso de la red. Lo anterior, reafirma los hallazgos ocurridos en la presente investigación respecto a que el género femenino presentó mayor nivel de autorregulación.

Por último, en la misma línea de resultados en dicha investigación, también se determinó que muchos de los jóvenes, quienes se describieron tener un nivel “avanzado” por el recurrente uso que hacen del internet para utilizar chats, interactuar en redes sociales, ver su correo electrónico, los lleva muchas veces a abarcar más tiempo en estar conectados de lo que habían planeado, pero a pesar de ello, se describió que rara vez los estudios se ven afectados por el uso que hacen, lo que puede implicar que el tiempo que abarcan es para la realización de tareas. Así mismo, no fue tan recurrente que los sujetos lleven a cabo la frase “solo unos minutos más” y la mayoría de ellos refirió que las personas que están a su alrededor no se quejan que pasen más tiempo de lo esperado haciendo uso del internet. Todo lo anterior confirmó lo que Pérez y Pastor (2012) afirmaron en su estudio describiendo que el 65.6% de la muestra utilizada se conecta todos o casi todos los días, y los sitios más visitados son: mensajería instantánea, páginas web, redes sociales y los videos compartidos.

V. CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos planteados para la presente investigación, y luego del análisis y discusión de los resultados, de la correlación entre la autorregulación y el uso que hacen de las redes sociales los estudiantes de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia, se establecieron las siguientes conclusiones:

Con relación al nivel de Autorregulación:

- El instrumento que midió Autorregulación mostró que los estudiantes encuestados mostraron un “Alto” nivel.
- Los factores de “Conciencia metacognitiva activa”, “Control y verificación”, sub áreas del cuestionario de Autorregulación para el Aprendizaje Académico, fueron los más utilizados por los estudiantes describiéndolos como personas con criterio propio para la utilización de herramientas.
- El género femenino manifestó mayor autorregulación de manera general y, por lo tanto, al momento de usar el Internet.

Con relación al uso del internet y dispositivos electrónicos:

- La muestra tomada de adolescentes de este estudio manifestaron ser usuarios del uso de internet y de redes sociales. Haciendo uso de estos ya sea para la elaboración de tareas como para la interacción social.
- El nivel de experiencia en cuanto al uso de los videojuegos fue definida como “intermedia” debido a que no todos cuentan con estos dispositivos en casa y no hacen mayor uso de ellos

entre semana.

- La edad en que se empezó a utilizar los videojuegos, fue más temprana, siendo estas entre los 6 y 8 años, en comparación al celular en donde se empezó a utilizar a partir de los 9 años.
- La mayoría de los sujetos manifestaron tener un nivel “avanzado” para el manejo de las redes sociales, lo que se debe a que la totalidad de los sujetos cuentan con un ordenador y un celular para su uso personal.
- Dentro de los días de la semana, la muestra de adolescentes, señaló que las actividades por el cual hacen mayor uso del internet es para la elaboración de trabajos, mensajear de manera instantánea, buscar información sobre aficiones o cosas que le interesan y el menor tiempo utilizado es para jugar online.
- La mayoría de los sujetos concluyó que hacen uso de estas redes pero posterior a llevar a cabo las tareas.
- Los estudiantes también reflejaron que rara vez los estudios se ven afectados por el uso que hacen del internet.
- Así mismo también los resultados describieron que algunas veces se conectan al internet más tiempo del que tenían propuesto y la frase “unos minutos más” influye en mantenerse conectados revisando su email, Facebook o twitter pero a pesar de ello no ha sido objeto de llamada de atención.

Con relación a las correlaciones establecidas:

- Como se evidenció en el presente estudio, entre menos alcance tengan los estudiantes a herramientas como ordenador personal, mejor será su nivel de autorregulación, el cual podría estar siendo una buena estrategia para ayudarlos a autorregularse.

- Los estudiantes manifestaron tener menos autorregulación entre más tiempo usan el internet para revisar su correo, jugar online o estar conectados.
- A pesar de manifestar preocupación por reducir el tiempo en estar conectados, actividades como revisar su email, Facebook u otra red social influye que no logren autorregularse como lo desean.

VI. RECOMENDACIONES

De acuerdo a las conclusiones planteadas por este estudio se recomienda:

- Brindarles a los estudiantes estrategias tales como planeación, calendarización, implementación de horario, transferencia de información, autoevaluación y verificación de resultados.
- Aplicar estudios como estos en los que se ve implicado el uso de la tecnología para poder identificar, orientar y corregir los malos hábitos de estudio que puedan presentar los estudiantes.
- Implementar talleres formativos acerca de las páginas que pueden utilizar los estudiantes como medio de consulta para la elaboración de tareas.
- Orientar a docentes y padres de familia, por medio de talleres, que busquen informarlos acerca de cómo educar a los adolescentes a hacer buen uso de la tecnología como parte del mundo globalizado en el que hoy en día nos desenvolvemos y por lo tanto no llegar a prohibírselos.
- Enriquecer la investigación realizada evaluando el uso y el tiempo implementado que hacen los padres de familia de los adolescentes encuestados para ver el ejemplo y control que ellos puedan estar ejerciendo sobre sus hijos.

- Los padres de familia deben regular el uso que sus hijos hacen de los dispositivos y así mismo no darles muchas opciones ya que, de acuerdo a los resultados obtenidos, entre mayor alcance tengan de ellos menor será la probabilidad de que sus hijos puedan autorregularse.
- Implementar en casa diferentes hábitos de estudio y normas que permitan organizar el tiempo necesario para la elaboración de tareas.
- Facilitarles, a los educandos, herramientas autorreguladoras que les permita llevar a cabo un aprendizaje significativo y así mismo poder hacer uso adecuado del Internet como medio del cumplimiento de sus tareas y como medio de interacción social.
- El presente estudio también podrá ser utilizado como consulta de un estudio más que utiliza los cuestionarios abarcados y de esta manera constatar la fiabilidad y validez que estos representan.

IV. REFERENCIAS

Achaerandio, L. (2009) *Reflexiones acerca de la Lectura Comprensiva (L.C)*. Documento interno preparado para la asignatura 1 del Programa Centroamericano de Formación de Educadores en Servicio; no publicado (20 páginas).

Albúrez, C. (2011). *Estrategias de autorregulación utilizadas por los alumnos del nivel básico de un colegio mixto privado ubicado en Santa Catarina Pínula*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Alegsa, L. (2015) Definición de Computadora. *Diccionario de Informática y tecnología*. Recuperado de: <http://www.alegsa.com.ar/Dic/computadora>.

Alegsa, L.(2013) Definición de Videojuego. *Diccionario de Informática y Tecnología* Recuperado de: <http://www.alegsa.com.ar/Dic/videojuego.php>

Alegsa, L. (2012) Definición de Celular. *Diccionario de Informática y Tecnología*. Recuperado de: <http://www.alegsa.com.ar/Dic/celular.php>

Aviña, C. (2012) *Influencia de las redes sociales. Desarrollo de Habilidades del Pensamiento* UABC. Recuperado de: <http://dhphumanidades.blogspot.es/1259390313/>

Berger, K. (2004) *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. Buenos aires, Argentina: Editorial Médica Panamericana, 6º. ed.

Borja, C. (2010) *Las redes sociales. Lo que hacen sus hijos en internet*. España: Gamma.

Caprara y Pastorelli (1993) *La regulación y la autorregulación de los aprendizajes*. España:

Síntesis.

Casas, R. (2007). *El poder de las redes*. México: Antrophos.

Castrillo, J. (2001) *La adolescencia. Desarrollo psicosocial e implicaciones educativas*. Guatemala: Piedra Santa.

Celina H. y Campo A. (2005) Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista colombiana de psiquiatría*. Recuperada de: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/806/80634409.pdf>

Coon, D. (2003) *Fundamentos de Psicología*. (8ed.) México: Thomson.

Craig, G. y Woolfolk, A. (1990). *Desarrollo Humano*. México: Prentice Hall.

Díaz-Barriga, F. y Hernández, G. (2004). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo, una interpretación constructivista*. México: McGraw-Hill.

Feldman, R. (2005). *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. (6^a. ed.) México D.F.: Mc Graw Hill.

Feldman, R. (2002). *Etapas del desarrollo humano*. (4^a. ed.)México: McGraw-Hill.

Fernández, A. (2001) *La adolescencia. Desarrollo psicosocial e implicaciones educativas*. Guatemala: Piedra Santa.

Gálvez, M. (2011). *El espacio público y las nuevas tecnologías de la información y comunicación: un nuevo lugar de encuentro*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Guatemala

Garavalia, A. y Grendler, J. (2002). *Autorregularnos*. Madrid: Narcea, S. A.

Garrison, M. (2004). *Psicología*. (2 ed.) México: McGraw Hill.

González-Pineda, J. y Núñez, J. (2002). *Dificultades del Aprendizaje Escolar*. España: Psicología Pirámide.

Good, T. y Brophy, J. (1996). *Psicología Educativa Contemporánea*. México: McGraw Hill.

Hernández, H., Fernández, C y Baptista, P. (2010) *Metodología de la investigación*. (5 Ed.) Chile: Mc Graw- Hill

Horrocks, J. (1990). *Psicología de la adolescencia*. (3ª. ed.) Argentina: ENEP

Jorba, J. y Casellas, E. (1997). *La regulación y la autorregulación de los aprendizajes*. España: Editorial Síntesis.

Labrador, F. y Villadangos, S. (2010). Menores y Nuevas Tecnologías: Conductas indicadoras de posible problema de adicción, *Psicothema*. 22, 2,180-188.

Lucero I. y Meza S. (2001). *Validación de instrumentos para medir conocimientos*. Recuperado de: www.unne.edu.ar/cyt/2002/09-Educacion/D-027.pdf

Martín, E. (2010) *Las redes sociales y tus hijos adolescentes*. España: Anaya Multimedia.

Martín, E. y Marcelo, J. (2012) *Protege a tus hijos de los riesgos de internet y otras tecnologías*. España: Anaya Multimedia.

Mauri, T. y Ronchera, M. (1997). Aprender a regular el propio aprendizaje. *Revista Aula de Innovación Educativa.*, Grao, 67, 14.

Mejía, J (2014) *"La Autorregulación Del Alumno-Tutor En El Plan Élite Del Departamento De Arquitectura, Año 2013 Y Primer Ciclo 2014"* (Tesis de Maestría). Universidad Rafael

Landívar, Guatemala

Merodio, J. (2010) *Marketing en redes sociales*. España: Turiskopio

Molina, A. (2012) *Influencia del Facebook en el bajo rendimiento académico de adolescentes de 13 a 15 años*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.

Morales, P. (2008). *Estadística aplicada a las Ciencias Sociales*. España: Universidad Pontificia Comillas..

Morris, G. (1998). *Psicología, un nuevo enfoque*. (5 ed.) México: Prentice Hall.

Núñez, J., Solano, P., González-Pineda, J. y Rosario, P. (2006). Evaluación de los Procesos de autorregulación mediante autoinforme. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, Psicothema. (Versión electrónica) 18, 003. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx>

Oliva, A., Hidalgo, M., Moreno, C., Jiménez, L., Jiménez, A., Antolín, L. y Ramos, P. (2012) *Uso y riesgos de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes andaluces*. España: Agua Clara, SL

Ortiz, F. (2004) *Diccionario de metodología de la investigación científica*. México: Limusa.

Pérez, S. (2012) *Influencia de las tic 's en el rendimiento académico de matemática en estudiantes de tercero básico de un colegio privado*. (Tesis de licenciatura inédita), Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Pérez, J. y Pastor, L. (2012). *Comunicación, infancia y juventud. Situación e investigación en España*. España: Editorial UOC

Rigalt, C. (2011) *Uno de cada cuatro capitalinos usan redes sociales. El Periódico*. Recuperado de: <http://www.elperiodico.com.gt/es/20110206/pais/190338/>.

Rodríguez, G. y Bonilla, E. (2012) *Necesidad de pertenencia a las redes sociales virtuales*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.

Romero, A. (2013) *Factores de riesgo que predisponen a los adolescentes de una Institución educativa privada, al uso adictivo de las redes sociales en internet*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Ruiz, I. (2009) *Correlación entre autorregulación, auto-eficacia y rendimiento académico en las estudiantes de 1ero.y 5to. año de la carrera de educación inicial y preprimaria de la Universidad Rafael Landívar*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Torre, J. (2007). *Una triple alianza para un aprendizaje universitario de calidad*. Universidad Pontificia de Comillas, España.

Vidal, M. (2001) *Psicología de la adolescencia*. México: Trillas

ANEXOS

ANEXO I

Universidad Rafael Landívar

Facultad de Humanidades

Estimado educando, a continuación se te presentan 2 cuestionarios cuyo objetivo es establecer la relación entre la autorregulación y el uso de las redes sociales en educandos de Tercero Básico del Colegio Sagrada Familia.

Entendiéndose como “**Autorregulación**” a una persona que ejerce control sobre sus propias respuestas para perseguir metas y vivir de acuerdo a las normas. Éstas que incluyen ideales, criterios morales, normas, objetivos de actuación, y las expectativas de otras personas.

Y al **uso de las redes sociales** como la actividad de interacción de personas, comunidades, entes u organizaciones a través del uso de la ciencia y la tecnología.

Datos Generales.

Nombre: _____

Edad: _____ Sexo: F M

Grado: _____ Fecha de hoy: _____

Cuestionario I

Autorregulación para el Aprendizaje Académico

¿En qué medida crees que estas afirmaciones expresan tu manera y estilo de estudiar?

Marca con una X la respuesta que mejor te describa; responde con cierta rapidez y sobre todo con sinceridad.

	Nada que ver conmigo		Yo soy así		
	↓				↓
1. Para mí, estudiar requiere tiempo, planificación y esfuerzo	1	2	3	4	5
2. Cuando estoy estudiando algo, me digo interiormente cómo tengo que hacerlo	1	2	3	4	5
3. Sé con precisión qué es lo que pretendo al estudiar cada asignatura	1	2	3	4	5
4. Yo creo que la inteligencia es una capacidad modificable y mejorable.	1	2	3	4	5
5. Por mi experiencia personal, veo que mi esfuerzo e interés por aprender se mantienen a pesar de las dificultades que encuentro	1	2	3	4	5
6. Cuando me pongo a estudiar tengo claro cuándo y por qué debo estudiar de una manera y cuándo y por qué debo utilizar una estrategia distinta	1	2	3	4	5
7. Tengo confianza en mis estrategias y modos de aprender.	1	2	3	4	5
8. Si me encuentro con dificultades cuando estoy estudiando, pongo más esfuerzo o cambio la forma de estudiar o ambas cosas a la vez.	1	2	3	4	5
9. Después de las clases, ya en casa, reviso mis apuntes para asegurarme que entiendo la información y que todo está en orden	1	2	3	4	5
10. Estoy siempre al día en mis trabajos y tareas de clase.	1	2	3	4	5
11. Yo creo que tengo fuerza de voluntad para ponerme a estudiar.	1	2	3	4	5
12. Cuando estoy estudiando una asignatura, trato de identificar las cosas y los conceptos que no comprendo bien.	1	2	3	4	5
13. No siempre utilizo los mismos procedimientos para estudiar y aprender; sé cambiar de estrategia.	1	2	3	4	5
14. Según voy estudiando, soy consciente de si voy cumpliendo o no los objetivos que me he propuesto.	1	2	3	4	5
15. Cuando estoy leyendo, me detengo de vez en cuando y, mentalmente, reviso lo que se está diciendo.	1	2	3	4	5
16. Durante la clase, verifico con frecuencia si estoy entendiendo lo que el profesor está explicando.	1	2	3	4	5
17. Los obstáculos que voy encontrando, sea en clase o cuando estoy estudiando, más que desanimarme son un estímulo para mí.	1	2	3	4	5
18. Cuando estoy estudiando, me animo a mí mismo interiormente para mantener el Esfuerzo.	1	2	3	4	5
19. En clase estoy atento a mis propios pensamientos sobre lo que se explica.	1	2	3	4	5
20. Tengo mis propios criterios sobre cómo hay que estudiar y al estudiar me guío por ellos.	1	2	3	4	5

Cuestionario II

Modificado de la publicación “Adicciones a las nuevas tecnologías”

El siguiente cuestionario tiene como objetivo conocer tu participación en redes sociales. Te pido que respondas de manera clara y honesta a los cuestionamientos que se te presentan..

Instrucciones: Marca con una “X” la respuesta que mejor evidencie tu opinión.

1. ¿Tienes ordenador o computadora para tu uso personal?

Sí No

2. ¿Tienes celular propio?

Sí No

3. ¿En tu casa hay equipos de videojuegos como Nintendo, Wii, Play Station, gameboys, Xbox?

Sí No

4. ¿A qué edad empezaste a usar las siguientes tecnologías?

	Edad	Nunca las he utilizado
Internet	_____	<input type="checkbox"/>
Celular	_____	<input type="checkbox"/>
Videojuegos	_____	<input type="checkbox"/>

5. Podría definir el nivel que tiene en el uso de las siguientes tecnologías.

	Nulo	Principiante	Medio	Avanzado	Experto
Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Celular	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videojuegos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. ¿Cuántas horas al día sueles dedicar entre semana al uso de las siguientes tecnologías? (se considera entre semana de lunes por la mañana hasta viernes dentro del horario escolar)

	Ninguna	Menos de 1 hora.	Entre 1-3 horas	Entre 3-6 horas	Más de 6 horas
Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Celular	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videojuegos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. ¿Cuántas horas al día sueles dedicar los fines de semana (incluyendo viernes una vez terminada la jornada escolar) al uso de las siguientes tecnologías?

	Ninguna	Menos de 1 hora.	Entre 1-3 horas	Entre 3-6 horas	Más de 6 horas
Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Celular	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videojuegos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. ¿Cuántas veces has usado Internet para las siguientes actividades en el último año?

	Nunca	Menos de 1 vez al mes	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Casi todos los días
1. Utilizar Redes Sociales, Mensajes instantáneos, Chats.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Utilizar el correo Electrónico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Utilizarlos para trabajos escolares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Búsqueda de información sobre Aficiones o cosas Que te interesan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Descargar programas, película, videos, Música, juegos, Cómic.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jugar online	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Por favor, responde las siguientes preguntas usando esta escala:

Las opciones de respuesta de cada frase son: 1. Nunca o rara vez 2. A veces 3. Con frecuencia 4. Muy a menudo 5. Siempre	Nunca o Rara vez	A veces	Con frecuencia	Muy a menudo	Siempre
1. Con qué frecuencia estás conectado a Internet más tiempo del que te habías propuesto?					
2. ¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que tienes que hacer en casa para pasar más tiempo conectado?					
3. ¿Con qué frecuencia estableces nuevas relaciones con personas que utilizan internet?					
4. ¿Con qué frecuencia los que comparten tu vida se quejan del tiempo que pasas conectado a internet?					
5. ¿Con qué frecuencia tus estudios se ven afectados por la cantidad de tiempo que estás conectado?					
6. ¿Con qué frecuencia compruebas tu email o entras a Facebook o Twitter, etc. antes de hacer otras cosas que tienes que hacer?					
7. ¿Con qué frecuencia tu rendimiento en los estudios se ve afectado por el uso de internet?					
8. ¿Con qué frecuencia te descubres pensando sobre cuándo vas a volver a estar conectado, qué vas hacer la próxima vez que te conectes, etc?					
9. ¿Con qué frecuencia pierdes horas de sueño por estar conectado?					
10. ¿Con qué frecuencia te dices a ti mismo “solo unos minutos más” cuando estas conectado?					
11. ¿Con qué frecuencia has intentado reducir el tiempo de estar conectado y no lo has conseguido?					

¡Gracias por tu colaboración!

ANEXO II

Tablas para la interpretación de los factores del cuestionario de Autorregulación para el aprendizaje Académico.

Nivel de Autorregulación

Rangos	Perfil
20 - 39	Muy bajo
40 - 59	Bajo
60 - 78	Alto
80 - 100	Muy alto

Conciencia Metacognitiva activa

Rangos	Perfil
6 - 11	Muy bajo
12 - 17	Bajo
18 -24	Alto
25 - 30	Muy alto

Control y Verificación

Rangos	Perfil
7 - 13	Muy bajo
14 - 20	Bajo
21 - 28	Alto
29 - 34	Muy alto

Esfuerzo diario en la realización de tareas

Rangos	Perfil
4 - 7	Muy bajo
8 - 11	Bajo
12 - 15	Alto
16 - 20	Muy alto

Procesamiento activo durante las clases

Rangos	Perfil
3 - 5	Muy bajo
6 - 8	Bajo
9 - 11	Alto
12 - 15	Muy alto