



Universidad  
Nacional  
de Loja

**Universidad Nacional De Loja**  
**Facultad De La Educación El Arte Y Comunicación**  
**Carrera De Psicología Educativa Y Orientación**

**LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE  
LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A,  
DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE  
LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021.**

Trabajo de titulación previa a la  
obtención del título de Licenciada en  
Ciencias de la Educación, mención:  
Psicología Educativa y Orientación

**AUTORA**

Anai Anabelle Quizhpe Agreda

**DIRECTORA**

Ph.D. Esthela Marina Padilla Buele

**Loja-Ecuador**

**2022**

## Certificación

Loja, 08 de diciembre de 2021

**PhD. Esthela Marina Padilla Buele.**

### **DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

#### **Certifico:**

Que he revisado y orientado todo proceso de la elaboración del trabajo de Titulación denominado: **“LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021”** de autoría de la estudiante **Anai Anabelle Quizhpe Agreda**, previa a la obtención del título de licenciatura en Ciencias de la Educación, mención Psicología Educativa y Orientación, una vez que el trabajo cumple los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, autorizo la presentación para la respectiva sustentación y defensa.

**ESTHELA  
MARINA  
PADILLA BUELE**

Firmado digitalmente por ESTHELA MARINA  
PADILLA BUELE  
Nombre de reconocimiento (DN): c=EC,  
o=BANCO CENTRAL DEL ECUADOR,  
ou=ENTIDAD DE CERTIFICACION DE  
INFORMACION-ECIBCE, l=QUITO,  
serialNumber=0000501570, cn=ESTHELA  
MARINA PADILLA BUELE  
Fecha: 2022.06.06 17:40:41 -05'00'

**PhD. Esthela Marina Padilla Buele.**

**DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

## **Autoría**

Yo **Anai Anabelle Quizhpe Agreda**, declaro ser autora del presente trabajo de titulación eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la mismo. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi trabajo de integración curricular o de titulación en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

**Firma:**

**Cedula:** 1150284832

**Fecha:** Loja, 30 de junio del 2022.

**Correo electrónico:** [anai.quizhpe@unl.edu.ec](mailto:anai.quizhpe@unl.edu.ec)

**Teléfono o celular:** 0999475749

**Carta de autorización del trabajo de de titulación por parte de la autora, para la consulta de producción parcial o total y publicación electrónica del texto completo.**

Yo, **Anai Anabelle Quizhpe Agreda**, declaro ser la autora del trabajo de titulación: **LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021**, como requisito para optar el título de Licenciada en Ciencias de la Educación, mención: Psicología Educativa y Orientación; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad. La Universidad Nacional de Loja no se responsabiliza por el plagio o copia del trabajo de titulación que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los treinta días del mes de junio del dos mil veintidós.

**Firma:**

**Autora:** Anai Anabelle Quizhpe Agreda

**Cédula:** 1150284832

**Dirección:** Loja, sector el paraíso

**Correo Electrónico:** anai.quizhpe@unl.edu.ec

**Celular:** 0999475749

#### **DATOS COMPLEMENTARIOS**

**Director del trabajo de integración curricular:** Ph.D. Esthela Marina Padilla Buele

**Tribunal de grado:**

Dra. Sonia Marlene Sizalima Mg. Sc.

Dr. Yoder Manuel Rivadeneira Díaz, Mg.Sc.

Psic. Clin. Ruth Patricia Medina Muñoz, Mg., Sc.

## **Dedicatoria**

Este trabajo que es muestra de esfuerzo se la dedico primeramente a Dios con reverencia, por haberme dado sabiduría y el don de perseverancia en todo momento, además fortaleza para mantener en mí la fe y la confianza en mis propias habilidades para lograr esta meta.

A mis queridos padres Luis y Yolanda y a mis hermanos, pilares fundamentales en mi vida, gracias padres míos por sus esfuerzos que sin medir condiciones me han dado su amor y apoyo, por haberme formado con su ejemplo de trabajo, perseverancia y responsabilidad, a ustedes con amor va dedicado este triunfo que no solo es mío sino de ustedes también.

A mis familiares y amigos que han estado presentes brindando un apoyo emocional para no ceder ante los diversos problemas, que con sus opiniones han sido motivo para el logro de mis metas, mi triunfo que puede llegar a ser su orgullo.

Para todos ellos con amor y respeto dedico este trabajo.

**Anai Anabelle Quizhpe Agreda**

## **Agradecimiento**

El profundo agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación, especialmente a la Carrera de Psicología Educativa y Orientación, a su personal directivo, administrativo y docente que con su preparación académica y humanística han formado en mí un perfil profesional idóneo para el servicio de la sociedad.

De manera especial a la Ph.D. Esthela Marina Padilla Buele por haber asumido con responsabilidad la dirección de tesis, y a su vez mi agradecimiento por su constante apoyo, motivación y la asesoría durante la concreción de esta tesis.

De igual manera un agradecimiento formal a la Lic. Cecilia Janeth Aguirre Bermeo rectora de la Unidad Educativa “8 de Diciembre”, de la Parroquia San Pedro de la Bendita del Cantón Catamayo, por la apertura brindada en la institución, ya que sin su ayuda no se hubiese podido desarrollar este trabajo de investigación y demostrar lo gratificante de mi profesión.

Para todos ellos mi sincera gratitud.

**Anai Anabelle Quizhpe Agreda**

## Índice

<b>Portada.....</b>	<b>i</b>
<b>Certificación.....</b>	<b>ii</b>
<b>Autoría.....</b>	<b>iii</b>
<b>Carta de autorización.....</b>	<b>iv</b>
<b>Dedicatoria.....</b>	<b>v</b>
<b>Agradecimiento .....</b>	<b>vi</b>
<b>Índice.....</b>	<b>vii</b>
<b>1. Título.....</b>	<b>1</b>
<b>2. Resumen .....</b>	<b>2</b>
2.1. Abstract.....	3
<b>3. Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>4. Marco teórico .....</b>	<b>6</b>
4.1. <b>Comunicación Familiar .....</b>	<b>6</b>
4.1.1. Antecedentes .....	6
4.1.2. Definición de Comunicación Familiar .....	7
4.1.3. Teorías de Comunicación Familiar.....	7
4.1.3.2. <i>Teoría de Doble Vínculo.....</i>	<i>8</i>
4.1.4. Estilos de Comunicación Familiar según Olson.....	9
4.1.4.1. <i>Comunicación Abierta.....</i>	<i>9</i>
4.1.4.2. <i>Comunicación Ofensiva.....</i>	<i>9</i>
4.1.4.3. <i>Comunicación Evitativa.....</i>	<i>9</i>
<b>4.2. Uso de las Redes Sociales.....</b>	<b>10</b>
4.2.1. Definición .....	10
4.2.2. Tipos de Redes Sociales.....	11
4.2.2.1. <i>Facebook.....</i>	<i>11</i>
4.2.2.2. <i>Twitter.....</i>	<i>11</i>
4.2.2.3. <i>Instagram.....</i>	<i>11</i>

4.2.3.	Adicción a la red social según Ecurra y Salas .....	12
4.2.3.1.	Obsesión por las redes sociales.....	12
4.2.3.2.	Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales.....	12
4.2.3.3.	Uso Excesivo de las Redes Sociales. ....	12
4.2.4.	Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales.....	12
4.2.4.1.	Ventajas.....	12
4.2.4.2.	Desventajas .....	13
4.2.5.	Los Adolescentes y las Redes Sociales .....	13
4.3.	Propuesta de comunicación familiar y el uso de las redes sociales.....	15
4.3.1.	Definición de Seminario .....	15
4.3.2.	Definición de Taller .....	15
4.3.3.	Definición de Seminario Taller .....	15
4.3.3.1.	Funciones del seminario taller.....	15
4.3.4.	Tipos de Taller .....	16
4.3.4.1.	Características de Taller.....	16
<b>5.</b>	<b>Metodología.....</b>	<b>17</b>
5.1.	Métodos de investigación.....	17
5.1.1.	Método General .....	17
5.1.2.	Métodos Específicos .....	17
5.2.	Enfoque de la investigación.....	17
5.3.	Diseño de la investigación.....	18
5.4.	Tipo de investigación.....	18
5.4.1.	Modalidad básica de la investigación .....	18
5.4.1.1.	Bibliográfica Documental.....	18
5.4.1.2.	De campo.....	18
5.5.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	19
5.5.1.	Instrumentos .....	19
5.6.	Escenario .....	19
5.7.	Población .....	19



5.8.	Muestra .....	20
5.9.	Análisis integrador de resultados.....	20
5.10.	Procesamiento de datos (tratamiento estadístico) .....	20
5.11.	Procedimiento para el planteamiento de la propuesta de comunicación familiar y el uso de las redes sociales .....	21
5.12.	Consideraciones éticas para la investigación .....	22
5.13.	Consentimiento informado.....	22
<b>6.</b>	<b>Resultados .....</b>	<b>23</b>
	Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP).....	23
	Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS).....	25
<b>7.</b>	<b>Discusión .....</b>	<b>27</b>
<b>8.</b>	<b>Conclusiones .....</b>	<b>29</b>
<b>9.</b>	<b>Recomendaciones .....</b>	<b>30</b>
<b>10.</b>	<b>Bibliografía .....</b>	<b>31</b>
<b>11.</b>	<b>Anexos.....</b>	<b>35</b>

### Índice De Tablas

<b>Tabla 1:</b>	<i>Población y muestra.....</i>	<b>20</b>
<b>Tabla 2:</b>	<i>Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP).....</i>	<b>23</b>
<b>Tabla 3:</b>	<i>Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS) .....</i>	<b>275</b>

### Índice de Figuras

<b>Figura 1:</b>	<i>Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP) .....</i>	<b>23</b>
<b>Figura 2:</b>	<i>Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS).....</i>	<b>275</b>

### Índice de Anexos

<b>Anexo 1:</b>	<i>Seminario Taller .....</i>	<b>35</b>
<b>Anexo 2:</b>	<i>Aplicación Virtual de los Instrumentos psicológicos.....</i>	<b>81</b>
<b>Anexo 3:</b>	<i>Certificación de Traducción .....</i>	<b>82</b>

## **1. Título**

LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021.

## 2. Resumen

En el presente estudio denominado: **La comunicación familiar y el uso de las redes sociales de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre parroquia San Pedro de la Bendita, Cantón Catamayo 2020-2021.**, se planteó como objetivo general analizar la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales en los estudiantes de segundo año bachillerato paralelo A. En este estudio investigativo se utilizó el enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de corte transversal, fundamentada en el método científico. Se aplicó la Escala de Comunicación Padres-Adolescente –PACS de Barnes y Olson (1982) y el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) Escurra y Salas (2014) a la muestra de 26 estudiantes de segundo año de bachillerato. Entre los resultados obtenidos en relación a la comunicación familiar, se encontró que un 58% mantiene un nivel bajo en comunicación abierta, mientras que el 58% mantiene un nivel alto en comunicación ofensiva y un 96% mantiene un nivel medio en comunicación evitativa; en cuanto al uso de las redes sociales relación a la obsesión a las redes sociales un 81% se encuentra en nivel muy bajo, en cambio la falta de control personal del uso de las redes sociales mantiene un 58% en nivel bajo y el 73% del uso excesivo de las redes sociales se encuentra en nivel muy bajo.

Se concluye que la población investigada mantiene un tipo de comunicación abierta en nivel bajo, en nivel alto la comunicación ofensiva y en nivel medio la comunicación evitativa. En tanto a las redes sociales no se evidencia obsesión por las redes, un uso excesivo, ni falta de control por que se encuentran en nivel muy bajos y bajos por lo tanto no influye la comunicación familiar en el uso de las redes sociales, se ha considerado como alternativa de intervención mediante seminario taller sobre la comunicación familiar para prevenir el uso de las redes sociales que lleguen a problemas como la obsesión, la falta de control y el uso excesivo de las redes sociales.

**Palabras claves:** Comunicación familiar, uso de redes sociales, tipos de redes sociales, adicción a redes sociales.

## 2.1. Abstract

In the present study, called "Family communication and the use of social networks by second-year high school students parallel A," from the Educational Unit December 8, parish of San Pedro de la Bendita, Canton Catamayo 2020-2021, it was proposed as a general objective to analyze the influence of family communication on the use of social networks in second-year high school students parallel A. In this research study, the quantitative approach, non-experimental and cross-sectional design, based on the scientific method, was taken. The Parent-Adolescent Communication Scale (PACS) by Barnes and Olson (1982) and the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) by Escurra and Salas (2014) were applied to the sample of 26 second-year high school students. Among the results obtained concerning family communication, it was found that 58% maintain a low level in open communication, while 58% maintain a high level in offensive communication and 96% maintain a medium level in avoidant communication. Regarding the use of social networks, 81% is at a very low level. On the other hand, the lack of personal control of the use of social networks maintains 58% at a low level and 73% of excessive use of social networks is at a very low level.

It is concluded that the investigated population maintains a type of open communication at a low level, offensive communication at a high level, and avoidant communication at a medium level. As for social networks, there is no evidence of an obsession with networks, excessive use, or lack of control because they are at very low levels. Therefore, family communication does not influence the use of social networks. It has been considered an intervention alternative through a workshop seminar on family communication to prevent the use of social networks that lead to problems such as obsession, lack of control, and excessive use of social networks.

**Keywords:** Family communication, use of social networks, types of social networks, addiction to social networks.

### 3. Introducción

La comunicación familiar de manera clara, directa y abierta es importante porque permite el desarrollo de un ambiente familiar positivo en especial para el adolescente en su vida personal, así como las relaciones con sus padres para poder resolver los conflictos familiares.

Al no existir una buena comunicación dentro del hogar, es posible que los hijos recurran a las redes sociales como un refugio de su vida cotidiana o para leer opiniones de sus amistades o de otros familiares que los “orientan” a tomar decisiones apresuradas, puesto que por mantener una comunicación familiar ofensiva sienten temor de dialogar con sus progenitores, es así que optan por brindar confianza a extraños que en ocasiones los pueden llevar a caer en los peligros de las redes sociales.

Tomando en cuenta esta problemática se formula como pregunta de investigación, **¿De qué manera la comunicación familiar influye en el uso inadecuado de las redes sociales en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la parroquia San Pedro de la Bendita del cantón Catamayo, 2020-2021?**, para desarrollar el tema de estudio denominado: **LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021.**

Para dar cumplimiento al desarrollo de la investigación se consideró como objetivo general: analizar la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales en los estudiantes de segundo año bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la parroquia San Pedro de la Bendita del Cantón Catamayo, 2020-2021; por consiguiente, los objetivos específicos: determinar los tipos de comunicación familiar más frecuentes dentro de la convivencia, identificar el tipo de uso de las redes sociales, establecer la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales y proponer un seminario taller sobre comunicación familiar como alternativa de solución a los problemas del uso de las redes sociales.

Por otra parte, en el marco teórico se hace constar información relevante que contribuye a fundamentar teóricamente las variables de estudio. En este sentido, para la comunicación familiar se hace hincapié en los antecedentes, definiciones, teorías y los estilos de comunicación familiar según Olson.

De la misma manera se hace con el uso de las redes sociales, se recapitula información sobre las definiciones según autores, los tipos de redes sociales, la adicción a la red social según Ecurra y Salas, las ventajas y desventajas, así como también un breve análisis de los adolescentes y las redes sociales; con la finalidad de comprender mejor esta variable de estudio.

Luego, se describe brevemente aspectos relevantes que son necesarios para la propuesta de intervención, así pues, se coloca las definiciones de seminario y taller, funciones del seminario taller, tipos de taller y características de este último.

En cuanto a la metodología de la investigación se consideró el método científico y métodos específicos como el analítico, hipotético, sintético, deductivo, inductivo, lógico y estadístico; tiene un enfoque cuantitativo porque permitió realizar un análisis e interpretación de los resultados obtenidos, es de tipo descriptivo porque se analizó la problemática del trabajo de investigación. Asimismo, es de diseño no experimental, debido que se realiza sin la manipulación deliberada de las variables y sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después proceder a analizarlos, además, es transversal porque se recolectó los datos en un tiempo específico para establecer la influencia entre las variables sin precisar sentido de causalidad o pretender analizar relaciones causales.

Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Comunicación Padres-Adolescente –PACS de Barners y Olson (1982), y el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014), para la muestra de investigación de 26 estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A.

Entre los resultados obtenidos se conoció que un gran porcentaje de investigados conviven con una comunicación familiar ofensiva en niveles altos mientras que el uso de las redes sociales se encuentran niveles bajos y muy bajos en obsesión, falta de control y uso excesivo de estos medios sociales.

Ante estos resultados se ha creído oportuno proponer un seminario taller como alternativa de intervención sobre la comunicación familiar para prevenir el uso excesivo de las redes sociales ya que se pretende trabajar conjuntamente con la comunidad educativa, padres de familia y estudiantes y de esta manera ser una fuente de consulta para futuras investigaciones referentes a la problemática encontrada en la institución.

## **4. Marco teórico**

### **4.1. Comunicación Familiar**

#### **4.1.1. Antecedentes**

Luego de la revisión de diversos aportes para abordar el tema de investigación, se ha obtenido contribuciones importantes para este estudio, tales como:

Una tesis de posgrado realizada en la Universidad Peruana Unión, por Chávez (2016), denominado Comunicación Familiar y su Relación con la Depresión en estudiantes del 5° de secundaria de la Institución Educativa Adventista Puno, 2015, menciona que:

Las familias van enfrentando grandes dificultades y exigencias para mantener su estabilidad y así lograr un equilibrio en el contexto familiar; dentro de estos grandes cambios se encuentra las responsabilidades laborales con la familia y responsabilidades sociales, a esto se le puede añadir la incertidumbre económica. Por otro lado, las familias no están ajenas a los problemas: divorcio, infidelidad, conflicto con los hijos, suicidio de los hijos o el mismo cónyuge, inadecuada comunicación, problemas de salud, ya sea mental o física, entre otros (p. 3).

La familia sufre constantes modificaciones en su estructura tradicional mientras se moderniza la sociedad, es por eso que mantener una comunicación familiar se vuelve difícil puesto que no se dedica tiempo a conocer aquellos aspectos que verdaderamente aquejan los más vulnerables dentro de este sistema.

La tesis realizada por Guajala (2014), titulada: La comunicación familiar y su incidencia en el rendimiento académico de los adolescentes del Colegio Nocturno Rafael Rodríguez Palacios de la Parroquia de Malacatos de la ciudad de Loja periodo académico 2012-2013., destaca la importancia de la comunicación familiar como base fundamental del rendimiento académico de los adolescentes. La autora concluyó que “el tipo de comunicación familiar tiene relación directa con el rendimiento académico de los adolescentes ya que la misma es de tipo ofensiva y el rendimiento académico que más sobresale es que no alcanzan con los aprendizajes requeridos” (p. 32).

Por otro lado, en “Los estilos de comunicación familiar y las actitudes violentas de estudiantes del noveno año de educación básica de la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso, sección vespertina, periodo 2013-2014., tesis realizada por Jaramillo (2015), se manifiesta referente a los estilos de comunicación familiar que:

el estilo de comunicación abierta en bajos niveles se encuentran el 71.33% con la madre y el 65.33% con el padre; el 64.67% de adolescentes manifiestan niveles medios en cuanto a actitudes violentas. [...] el estilo de comunicación

evitativa y ofensivo, y la escasa comunicación abierta influyen en las actitudes violentas en los adolescentes (p. 2).

Es así que concluyó, entre otros aspectos que, la mayoría de estudiantes poseen niveles medios de violencia y victimización [...] y la escasa comunicación abierta influye en las actitudes violentas en los adolescentes (Jaramillo, 2015, p. 2).

La comunicación familiar al practicarla asertivamente en el hogar se disminuye las consecuencias de actos antisociales y culturalmente aceptados. Además, se conoce las necesidades de cada miembro de la familia para poder llegar a soluciones que beneficien a todos, así mismo, se plantean acuerdos, límites y reglas que aportan a la funcionalidad familiar. En este sentido, la comunicación familiar busca contribuir al bienestar emocional y a la expresividad que existe en la familia mediante un diálogo asertivo.

#### **4.1.2. Definición de Comunicación Familiar**

Según Gallego (2006),

La comunicación es un proceso complejo, no sólo por sus componentes, las particularidades que lo caracterizan, la responsabilidad que encierra su uso en las relaciones entre los seres humanos, sino también por las implicaciones que tiene para la construcción, desarrollo y mantenimiento de lo humano (p. 73).

En cambio para Satir (s.f.), “la comunicación es el factor determinante de las relaciones que establecerá con los demás, y lo que suceda con cada una de ellas en el mundo” (p. 64), es decir, la comunicación en la familia permite equilibrar nuestro estado emocional debido a que expresamos con coherencia las necesidades afectivas y materiales que surgen mientras crecemos.

Puntualizando al aporte de Acevedo & Vidal (2019), decimos que la comunicación en la familia es un proceso vinculado a la condición humana, como una necesidad de las relaciones entre los hombres, interviene en la formación de la personalidad, y es un determinante social para la comprensión de los grupos, como la familia.

En otras palabras, la comunicación familiar produce cohesión entre los miembros de la familia quienes interactúan e intercambian ideas o información entre sí y con otras personas. Es un proceso de intercambio efectivo de las ideas y sentimientos que ayuda a crear un ambiente de respeto, confianza y de escucha activa.

#### **4.1.3. Teorías de Comunicación Familiar**

La comunicación es y ha sido objeto de estudio por su importante intervención en los procesos sociales y psicológicos. Desde el punto de vista psicológico, cumple una función especial en la formación de la personalidad y resulta un factor importante en el funcionamiento de los grupos (Acevedo & Vidal, 2019), esto facilita la toma de decisiones en los integrantes de la familia.



**4.1.3.1. Teoría Sistémica.** Von Bertalanffy (como se citó en Acevedo & Vidal, 2019), define esta teoría como “un conjunto de elementos en una integración dialéctica, donde cada uno cumple una función respecto al todo; sin embargo, el todo no es reductible a la suma de sus partes, es diferente a cada una de las partes que lo componen.

La teoría general de sistemas se ha basado en muchas intervenciones de orientación y terapia familiar como la prevención de problemas, detección, diagnóstico e intervención con grupos familiares en situaciones de riesgo y sujetos con dificultades de adaptación social.

Según Acevedo & Vidal (2019), esta teoría menciona que la familia constituye un sistema abierto que incluye a diversos subsistemas por lo cual el enfoque asume que la familia como sistema presenta propiedades que pueden tenerse en cuenta y resultar útiles para el terapeuta en la comprensión y tratamiento del sistema familiar, y se genere una mejor comunicación; estos son:

- Interdependencia
- Intercambio variable con el medio e internamente
- Capacidad de cambio y transformación
- Diferenciación progresiva
- Organización de una estructura jerárquica
- Tendencias al equilibrio
- Retroalimentación

A modo de resumen, enfocándonos en lo psicoeducativo, estas propiedades se refieren a la interacción entre los miembros de la familia y las consecuencias que surgen por ella. En este sentido, los cambios afectan a todo el sistema debido a que se modifica las reglas para mantener un equilibrio a medida que el individuo se desarrolla. En otras palabras, estas propiedades hacen hincapié a que la familia se compone por sus costumbres, ideales y personalidades de sus miembros, la familia no es familia si todos tienen la misma opinión, pues, sus diferencias logran la funcionalidad de la misma, además, los comportamientos afectaran o influirán fuertemente en la convivencia entre padres e hijos.

**4.1.3.2. Teoría de Doble Vínculo.** Según Bateson (cómo se citó en Pérez, 2018), “un doble vínculo es un dilema comunicativo por la contradicción entre dos o más mensajes”. De esta forma, las actitudes de un momento parecerán incorrectas aunque estas no lo sean.

Esta teoría representa y explica la situación en que se encuentran dos personas cuando se comunican; uno de ellos recibe simultáneamente dos mandatos o mensajes contradictorios entre sí: uno a nivel de la relación comunicativa y otro nivel del contenido o información (Roiz, s.f.).

Resumiendo a Bateson, el receptor (víctima), no percibe dos mensajes de diferentes niveles debido a que uno de ellos es metacomunicativo y contiene un código para interpretar el otro mensaje. El sujeto no sabe o no puede discriminar y diferenciar el mensaje.

Esto significa que en un momento se lleva a cabo dos órdenes simultáneas, pero es imposible cumplir una de ellas sin desobedecer la otra ya que según Bateson, muchas personas abusan de posición de autoridad utilizando los dobles vínculos como herramienta para controlar a otras personas si en caso no están de acuerdo con los puntos de vista del encargado (Pérez, 2018).

El doble vínculo genera conflictos dentro de la familia ya que no se soluciona el problema y la contradicción del mensaje, se lo aplaza como una alternativa de escape a la situación en la que uno se encuentra.

#### **4.1.4. Estilos de Comunicación Familiar según Olson**

*4.1.4.1. Comunicación Abierta.* Parafraseando a Gualán (2014), se añade que cuando existe este tipo de comunicación en la familia se obtiene beneficios como la buena relación con los hijos, mayor confianza y se fortalece el apoyo de padres a hijos y viceversa; esto es debido a que existe una buena enseñanza de valores, expresión adecuada de ideas y hábitos saludables que cohesionan a la familia. Al presentarse esta comunicación se logra un ambiente positivo, en especial para los adolescentes porque aprenden a resolver los conflictos asertivamente. Para que esta comunicación se siga desarrollando debemos aprender a escuchar para tener concentración al momento de impartir las ideas con los miembros de la familia.

*4.1.4.2. Comunicación Ofensiva.* Tuston (2016), manifiesta que la comunicación ofensiva es “dominante, impositiva, donde los padres intentan imponer sus criterios a los hijos sin tener en consideración la opinión de éstos. Existe un abuso de autoridad y dominio sobre los suyos generando confrontación entre padres e hijos” (p. 31). En consecuencia, se pierde la confianza entre la familia y se genera una mala interacción con las personas en los diferentes contextos de interrelación.

En este tipo de comunicación, no existe la confianza, el trato se basa en groserías, humillaciones y palabras de desprecio. Además, existen conflictos, celos, malas reacciones y culpas e incluso violencia intrafamiliar. El sistema familiar no mantiene el respeto y la confianza y no se toma en cuenta los valores que se deben enseñar para evitar una comunicación ofensiva dentro del hogar.

*4.1.4.3. Comunicación Evitativa.* Se refiere a familias que tienen una baja tolerancia ante algún conflicto, por eso evitan cualquier conflicto, una responsabilidad y contestar a lo que se pregunta utilizando dobles mensajes para no dar una respuesta adecuada, además, utilizan frases de negación como, “dejamos esta conversación para otra oportunidad porque no tengo tiempo”. La familia con este estilo de comunicación evita las reuniones porque es

ahí cuando surgen los conflictos que afectan más los vínculos familiares, como consecuencia se da la desunión familiar y una mala relación con la comunidad.

Referente a lo descrito se puede mencionar que la comunicación se va destruyendo cuando no se escucha ni se comprende los motivos de los demás. Muchas veces se dan las acusaciones y amenazas al expresar un punto de vista, por lo tanto, si no se expresan pensamientos o sentimientos de manera adecuada vendría a convertirse en barreras que no permiten un buen proceso de comunicación.

Una comunicación disfuncional genera irrespeto dentro de la familia, se basa en insultos y deficiencias en el lenguaje al momento de comunicar algo. Cuando se maneja este tipo de comunicación en la familia no se cubre las necesidades afectivas de cada miembro de tal manera que cada uno crece con inseguridades y su relación en la sociedad se complica.

Cuando se utiliza la comunicación asertiva, socializamos y fortalecemos los vínculos afectivos en la familia debido a que escuchamos las necesidades para establecer normas que ayudan a la funcionalidad de la familia.

Dicho de otra manera, la comunicación depende de cómo podemos relacionarnos y entendernos unos a otros tanto en el ámbito familiar y en la sociedad al momento de dar opiniones en dicha reunión y a la vez aceptar lo comentarios de las personas presentes.

## **4.2. Uso de las Redes Sociales**

Actualmente, las redes sociales han influido en la comunicación tradicional porque éstas permiten y facilitan la interacción más rápida con la sociedad, ayudan a crear nuevas alternativas de compartir información o modificar contenido.

Las redes sociales han ido experimentando una gran evolución despertando un gran interés en la actualidad e incrementando el número de personas que se integran a una comunidad virtual.

### **4.2.1. Definición**

Según Boyd y Ellison (2007), (como se citó en Molina & Toledo, 2014):

las redes sociales son servicios en línea que permite crear un perfil público para que vean los otros usuarios que tengan de igual forma una cuenta. Dentro de cada cuenta se administra una serie de contactos con los cuales se puede interactuar en diferentes niveles” (p. 16).

Otra descripción de las redes sociales es dada por Celaya (2008, p. 92), quien define a estos medios sociales como “lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos” (Reina *et al.*, 2012).

Asimismo, Ikemiyashiro (2017), argumenta que las redes sociales virtuales son como un espacio de comunicación y traspaso de información con diversos propósitos, entre

usuarios en diferentes ámbitos y contextos sin importar las barreras geográficas, idiomáticas y culturales (p. 9).

Al revisar las definiciones de redes sociales se coincide con los autores mencionados que éstas son un espacio en internet que facilita la comunicación con otras personas al intercambiar información de diferente índole y de interés, además, ofrecen grandes ventajas al usarlos adecuadamente.

#### **4.2.2. Tipos de Redes Sociales**

**4.2.2.1. Facebook.** Esta red social es la más utilizada por los jóvenes porque permite postear contenido de entretenimiento, fotos y videos por lo que la información relevante pasa a otro plano.

González (2014), (como se citó en Corea, 2016) señala que “cuando inició la Internet, se creía que su objetivo principal sería la búsqueda e intercambio de información; pero en la actualidad es usada más para estar en contacto con los semejantes que para obtener información” (p. 23). Además, hay un espacio para los mensajes personales o privados que sólo el propietario de la cuenta puede leer y así mantenerse en contacto con muchas personas conocidas y desconocidas.

**4.2.2.2. Twitter.** Es otra de las redes sociales con millones de usuarios permitiendo conocer varios acontecimientos que suceden en el instante ya sea de la localidad o de todos los países.

Según Polo (2019), Twitter es una red social en la que los usuarios pueden escribir textos pequeños (hasta 140 caracteres) que puede ser leído por cualquier persona que pueda entrar a la página.

Cada usuario tiene la facultad de elegir leer la primera página de lo escrito por otra persona o grupo de ellas y tener constantemente a disposición lo que otros acaban de escribir. En esta red es habitual encontrar a gran cantidad de personas, es muy fácil registrarse y empezar a escribir los textos, pero su uso carece de la profundidad de la que se necesita saber un poco más.

**4.2.2.3. Instagram.** Es red social móvil y vertical dedicada a la fotografía su particularidad radica en que antes de realizar la publicación se debe el usuario puede alterar la fotografía con efectos, cambios de la luz o difuminados que le dan un aspecto más artístico, también cuenta con una bandeja de mensajes lo que les facilitan comunicarse con los usuarios que forman parte de su perfil teniendo dentro de sus políticas de uso de edad es a partir de los 13 años de edad.

Según Brassart, Francesco y Pulvirenti (2014) (como se citó en Corea, 2016) esta red permite “compartir tus fotos en otras redes sociales. Uno de los fuertes de la red social Instagram, es la posibilidad de publicar los contenidos en otros servicios online. Facebook, Twitter, Tumblr, Foursquare y Flickr”, de la misma manera dichos autores mencionan que

para ser popular en Instagram deben poner buenos hashtags en el momento adecuado estos sirven para clasificar las publicaciones por palabra clave.

#### **4.2.3. Adicción a la red social según Ecurra y Salas**

**4.2.3.1. Obsesión por las redes sociales.** Este factor está relacionado al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes.

Cabe agregar a lo expresado por Carballeira (2018), que la obsesión por las redes sociales es una relación de dependencia que alguien desarrolla hacia las plataformas virtuales, es un estado de ansiedad y de alivio cuando el internauta se encuentra en línea interactuando con los demás. La obsesión a los medios sociales produce malhumor y una constante necesidad de permanecer con el dispositivo móvil disponible para enterarse de todo lo que sucede en el mundo.

**4.2.3.2. Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales.** Está relacionado a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.

La falta de control produce descuido en las actividades diarias y un deterioro en el bienestar emocional de la persona debido a que experimentará tristeza, melancolía y emociones negativas por paralizar su navegación en las redes sociales.

**4.2.3.3. Uso Excesivo de las Redes Sociales.** Hace referencia a las dificultades para controlar el uso las redes sociales, al exceso de tiempo que la persona invierte en ellas y en el hecho de no poder controlarse cuando las usa.

Young (1998) (como se citó en Carrillo, 2019), explica que la adicción a internet constituye la falta de control de una persona asociada a factores cognitivos, conductuales y fisiológicos, en donde la persona comete un abuso de la red, distorsionando sus objetivos personales e interfiriendo en sus relaciones familiares, profesionales y sociales

El uso excesivo de las redes sociales produce insomnio, disminución en el rendimiento académico y un deterioro en las relaciones intrafamiliares y sociales, distracción y la imaginación de un mundo virtual. Es decir, las consecuencias de un uso excesivo se reflejan en problemas emocionales, en las relaciones, en el rendimiento y en la salud (Araujo, 2016)

#### **4.2.4. Ventajas y Desventajas de las Redes Sociales**

**4.2.4.1. Ventajas.** Parafraseando las ventajas descritas en la investigación por Bolaños (2015) tenemos:

- Permiten generar un circuito de comunicación mayor entre varias personas.
- Se puede organizar con mayor facilidad y prestar ayuda en línea, mediante llamadas o videollamadas entre dos más personas.

- También facilita a los jóvenes que ocupan estas redes intercambiar más información ya sea mediante artículos, libros, revistas o periódicos para estar mejor informados y puedan cumplir sus actividades.
- Algunos jóvenes pueden vencer su timidez y pueden establecer lazos de amistad a través de las redes sociales con personas desconocidas.
- Permiten acceder a varios sitios gratuitos.

Las herramientas nos permiten mantenernos comunicados para poder contactar a personas, familiares, artistas y amistades compartiendo intereses y necesidades desde varios puntos del país o ciudad, conocer lugares turísticos y privados que cuentan con su propia red social para desarrollar proyectos e intercambio de conocimiento, contando con información de lo que ofrecen dichos lugares. Es así que cuando se manejan adecuadamente las redes sociales se puede tener provecho de ellas ya que son un avance en la comunicación para eliminar barreras.

#### **4.2.4.2. Desventajas**

- Puede existir suplantación de identidad o perfiles falsos
- Los jóvenes al estar más tiempo en las redes sociales no comparten momentos familiares.
- Estas redes pueden ser utilizadas por criminales para conocer datos de las víctimas en delitos: como el acoso sexual y abuso sexual, secuestros, tráfico de personas.
- Peligros a la seguridad
- Se exponen a personas que muchas veces no conocen, publicando información personal.

En varias ocasiones al colocar información en varios sitios web se corre el riesgo de que sean utilizados con otros fines, como por ejemplo; las bandas delictivas buscan en las redes sociales información de las personas con el fin de cometer algún acto malintencionado o a la vez pueden crear perfiles falsos para vender productos desde otros países aprovechando el número mayor de seguidores, pueden suplantar los perfiles y organizar actos vandálicos por el contenido que poseen.

#### **4.2.5. Los Adolescentes y las Redes Sociales**

El uso de las redes sociales, en los adolescentes, generalmente es para crear contenidos de entretenimiento, tener nuevas amistades e informarse de los acontecimientos del mundo, por tanto, dedican gran parte de su tiempo en mantenerse conectados.

Para muchos padres el que sus hijos participen en las redes sociales es una preocupación permanente ya que muchos de ellos no cumplen las reglas del hogar y presentan un bajo rendimiento académico, pero cuando se usa adecuadamente estos medios se obtiene beneficios como el aumento de la memoria de trabajo, despierta la curiosidad

investigativa y ayuda a organizarnos correctamente con los proyectos personales de corto y largo plazo.

Sin embargo, las redes sociales se popularizan por su fácil acceso, entonces los adultos creen que los jóvenes son responsables en el uso de éstas porque ellos no entienden cómo funcionan, además, consideran que el uso de estos sitios web es temporal por lo que están atravesando una etapa en su crecimiento y mantenerse en contacto con sus amistades les ayudará a resolver sus dificultades, aunque descuiden otras actividades cotidianas.

El uso adecuado de las redes sociales, como se ha mencionado anteriormente, trae consigo beneficios para el adolescente y la sociedad en sí, pero cuando existe el descuido o la falta de control para estos medios sociales, las personas más dependientes de las redes experimentan ansiedad, depresión, se victimizan por no poder mantenerse conectados, descuidan considerablemente la familia, la escuela/colegio, las amistades (en la vida real), y crean un mundo fantástico que los mantiene a salvo de los peligros de la realidad. Asimismo, la comunicación en su hogar se debilita y se sienten obligados a cumplir con sus responsabilidades; a ello se suma una familia disfuncional que promueve el uso excesivo de las redes y la poca atención a las necesidades de los hijos.

Por otro lado, muchos de los padres de familia piensan que los hijos deben tener límites para conectarse en internet, por eso es que a continuación, se parafrasea aspectos descritos por Arab & Díaz (2014), que se pueden tomar en cuenta para poder supervisar y proteger a adolescentes.

- Se debe reducir tiempo de uso de redes sociales y de objetos tecnológicos a una o dos horas por día.
- Hay que definir espacios libres para utilizar los aparatos electrónicos.
- Brindar información sobre el uso de las redes sociales sus beneficios y consecuencias.
- Realizar una lista de reglas con los sitios que puede acceder, el tiempo y los contenidos que puede acceder).
- Se debe ubicar las computadoras en lugares comunes como en las salas.
- Realizar un control de los historiales de las páginas que visita en el computador.
- Por las noches al momento de descansar se debe desconectar el WI FI y dejar los celulares fuera de los dormitorios.

Con estas alternativas de control se puede evitar que los adolescentes caigan en contenidos inadecuados, se responsabilicen de sus actividades cotidianas y se fortalezca la confianza mediante el uso de la comunicación asertiva y con la escucha activa, de tal manera que los adolescentes no se sientan invadidos sino apoyados, queridos y protegidos por sus progenitores.

### **4.3. Propuesta de comunicación familiar y el uso de las redes sociales**

#### **4.3.1. Definición de Seminario**

Desde la posición del Ministerio de Educación Superior (2007), como se citó en (Piña *et al.*, 2012), el seminario es:

el tipo de clase, que tiene como objetivos fundamentales: que los estudiantes consoliden, amplíen, profundicen, discutan, integren y generalicen los contenidos orientados; aborden la resolución de tareas de la rama del saber y de la investigación científica; desarrollen su expresión oral, el ordenamiento lógico de los contenidos y las habilidades en la utilización de las diferentes fuentes del conocimiento (p. 110).

#### **4.3.2. Definición de Taller**

El Centro de Estudios de Opinión (s.f), define a un taller cómo:

Una nueva forma pedagógica pretende lograr la integración de teoría y práctica a través de una instancia que llegue al alumno con su futuro campo de acción y lo haga empezar a conocer su realidad objetiva. Es un proceso pedagógico en el cual alumnos y docentes desafían en conjunto problemas específicos (p. 2).

Así mismo Campo (2015), manifiesta:

Un taller es un proceso planificado y estructurado de aprendizaje referente a una problemática en específica a tratar, que implica a los participantes del grupo y que tiene una finalidad concreta, ofreciendo siempre la posibilidad, cuando no exige, que los participantes contribuyan activamente (p. 2)

#### **4.3.3. Definición de Seminario Taller**

El seminario taller es una herramienta psicoeducativa que integra la teoría y la práctica de contenidos relevantes para reflexionar una temática específica de tal manera que los participantes desarrollen sus habilidades sociales para orientar a otros.

**4.3.3.1. Funciones del seminario taller.** Argumentando lo recapitulado por Piña *et al.*, (2012), las funciones esenciales y específicas que se deben cumplir son:

- Ayudar a los participantes mediante las actividades y el contenido teórico puedan resolver problemas similares a la temática a tratar.
- Contribuir al desarrollo de cualidades de la personalidad, de tal manera que identifiquen el problema, dialoguen, discutan, analicen y expresen sus puntos de vista.
- Aportar con ideas claras de la temática para que su razonamiento se fortalezca y así reconozcan los errores, desarrollen valores éticos que aplicaran en su vida cotidiana.



#### **4.3.4. Tipos de Taller**

Según Ander Egg (1999) (como se citó en Álvarez, 2019, p. 191), existen 3 tipos de taller:

- **Taller Total.** Docentes y alumnos participan activamente en un proyecto. Este es aplicado o desarrollado en niveles universitarios, superiores y programas completos.
- **Taller Horizontal.** Engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel u año de estudios. Este es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.
- **Taller Vertical.** Abarca todos los cursos sin importar el nivel o el año; estos se integran para desarrollar un trabajo o proyecto común y es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.

**4.3.4.1. Características de Taller.** Varios autores han caracterizado a un taller de acuerdo a su propósito pero a juicio de Bandilla (2015), (como se citó en Carrillo, 2019 p. 30), las características del taller son:

- a) Se debe planear previamente.
- b) Se desarrolla en jornadas de trabajo que no deben superar cuatro horas.
- c) Se requiere de un tiempo estipulado.
- d) Se debe tener material de apoyo.
- e) Se requiere una base teórica y otra práctica.
- f) Los grupos que participen no deben ser tan numerosos.
- g) En el taller pueden existir hasta tres facilitadores, pero uno de ellos debe coordinar para que se ejecuten los trámites previos a su desarrollo.
- h) El taller es una actividad dinámica, flexible y participativa.
- i) Se puede dividir en etapas: motivación, desarrollo de la temática por tratar, recapitulación o cierre y evaluación

## 5. Metodología

### 5.1. Métodos de investigación

Son un conjunto de procedimientos ordenados que orientan una investigación para que ésta no pierda su coherencia y validez científica, por eso, en este trabajo se ha considerado lo siguiente:

#### 5.1.1. Método General

**Método Científico.** Se lo utilizó durante el proceso de investigación porque permitió guiar y orientar el trabajo con rigor científico ya que mediante el uso de instrumentos psicométricos se examinó la problemática.

#### 5.1.2. Métodos Específicos

**Método Lógico.** Se lo utilizó desde el inicio, al desarrollar un proceso estructurado con el fin de llegar a los objetivos planteados.

**Método hipotético.** Se utilizó para la elaboración de las hipótesis de la presente investigación.

**Método Deductivo.** Se lo utilizó para verificar la problemática que existía en la institución, realizando un estudio general del tema al igual que ayudó a plantear las conclusiones.

**Método Inductivo.** Permite obtener información sobre la problemática y de esta manera permite ir analizando los hechos particulares que presentan, para poder encontrar posibles soluciones.

**Método Analítico.** Se utilizó para analizar cada uno de los conceptos y teorías planteadas para luego estructurar entre los aspectos más importantes que estén relacionados con la realidad. Además, contribuyó en el análisis de los resultados obtenidos después de la aplicación de los instrumentos psicométricos.

**Método Sintético.** Permite concretar la información de las particularidades de las variables de estudio para llegar a las conclusiones de la investigación.

**Método estadístico.** Se lo utilizó al momento de recopilar y tabular los datos cuantitativos y cualitativos, en Excel y en el software SPSS, obtenidos después de la aplicación de los instrumentos psicométricos.

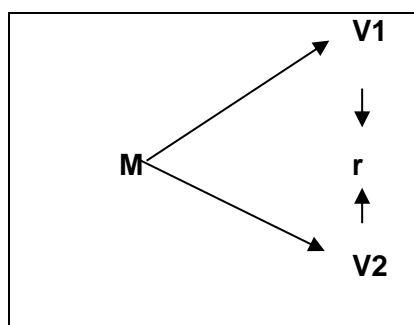
### 5.2. Enfoque de la investigación

Este trabajo de investigación se desarrolló basándose en el enfoque cuantitativo, puesto que se recolectó datos mediante instrumentos psicométricos para su posterior análisis y así responder a las preguntas generadas al momento de plantearse la investigación.

### 5.3. Diseño de la investigación

El presente estudio tuvo un **diseño no experimental**, debido a que no se manipuló las variables si no que se procedió a un análisis después de observar los fenómenos en su ambiente natural y así conocer la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales. Asimismo, es transversal ya que se tomó datos en un tiempo determinado (2020 - 2021) y, finalmente, es correlacional dado que se buscó establecer la influencia entre dos variables.

El siguiente esquema corresponde a este tipo de diseño:



Dónde:

M = Muestra (26 estudiantes de Segundo año de Bachillerato paralelo A)

V1 = Observación de la variable 1 (Comunicación Familiar)

V2 = Observación de la variable 2 (Uso de las redes sociales)

r = relación entre las variables (influencia).

### 5.4. Tipo de investigación

Se utilizó el tipo de investigación sustantiva, debido a que en ella se enmarca el **tipo descriptivo** y porque este estudio se orientó a describir y explicar el problema teórico luego de una observación a la problemática de la Unidad Educativa 8 de Diciembre, parroquia San Pedro de la Bendita cantón Catamayo 2020-2021.

#### 5.4.1. Modalidad básica de la investigación

Se utilizó dos modalidades: Bibliográfica documental y de Campo

**5.4.1.1. Bibliográfica Documental.** La investigación se realizó con información de fuentes primarias para respaldar el contenido teórico de la misma.

**5.4.1.2. De campo.** Por medio de los resultados de la aplicación de instrumentos psicológicos (Escala de comunicación familiar Padres-Hijos/as (CA-M/CA-P)” y el “Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas) a los estudiantes se consiguió datos relevantes que contribuyeron a la investigación.

## **5.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **5.5.1. Instrumentos**

Para la investigación se seleccionaron 2 instrumentos que permitieron medir la comunicación familiar y el uso de las redes sociales.

**Instrumento para medir la comunicación familiar.** Escala de Comunicación Padres-Adolescente –PACS de los autores Barnes y Olson (1982), tiene como objetivo conocer el tipo de comunicación que el adolescente mantiene con su familia. La escala mide las dimensiones de comunicación abierta, comunicación ofensiva y comunicación evitativa; consta de 30 ítems y su puntuación va de 1 a 5 puntos en la escala de Likert.

La escala original presenta una estructura de dos factores que se refieren al grado de apertura en la (comunicación positiva, libre, comprensiva y satisfactoria) y el segundo la presencia de problemas de comunicación familiar (comunicación poco eficaz, crítica o negativa).

**Instrumento para evaluar la adicción del uso de las redes sociales.** Se utilizó el “Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS)” de los autores Ecurra y Salas (2014), tiene como objetivo evaluar la adicción que los jóvenes presentan frente a las redes sociales. Consta de 24 ítems con respuestas tipo Likert, cuyas opciones van desde siempre a nunca. Asimismo, está dividida en tres dimensiones o factores:

**El I Factor:** obsesión por las redes sociales, está relacionado al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes. Ítems (10): 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23.

**El II Factor:** falta de control personal en el uso de las redes sociales, está relacionado a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios. Ítems (6): 4, 11, 12, 14, 20, 24.

**El III Factor,** denominado uso excesivo de las redes sociales, se refiere a las dificultades para controlar el uso las redes sociales. Indica el exceso en el tiempo de uso y al hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales, y a la incapacidad de disminuir la cantidad de uso de las redes. Ítems (8): 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.

## **5.6. Escenario**

El escenario de la investigación lo constituye la “Unidad Educativa 8 de Diciembre” San Pedro de la Bendita del cantón Catamayo.

## **5.7. Población**

Se consideró a los 53 estudiantes del segundo año de bachillerato de la “Unidad Educativa 8 de Diciembre” San Pedro de la Bendita, cantón Catamayo 2020-2021.

## 5.8. Muestra

Debido a las circunstancias de pandemia por Covid-19, se tomó una muestra no probabilística con el grupo intacto constituido por 26 estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo "A".

Se la determinó bajo los siguientes criterios:

- Estudiantes que asistieron el día de la aplicación de los instrumentos psicométricos.
- Se contó con la aceptación de los docentes y de la Psicóloga encargada del DECE.
- Se contó con el permiso de los padres de familia.
- Se contó con el permiso de la rectora encargada de la Unidad Educativa 8 de Diciembre.

**Tabla 1**

*Población y muestra*

Informantes	Población	Muestra
Estudiantes de Segundo Bachillerato	53 estudiantes	26 estudiantes de Segundo Bachillerato paralelo A
<b>TOTAL</b>	53 estudiantes	26 estudiantes

**Nota:** Representación de los datos presentados por la rectora de la Unidad Educativa 8 de Diciembre.

## 5.9. Análisis integrador de resultados

Los resultados de la investigación se elaboraron con la ayuda del método estadístico y con los programas informáticos Excel y Word, teniendo en cuenta la presentación de tablas y figuras según las normas APA 7ma edición.

### 5.10. Procesamiento de datos (tratamiento estadístico)

Para el análisis de datos se realizó la revisión de la consistencia de la información, asimismo, se la clasificó de acuerdo a las dimensiones de los instrumentos y de esta manera agrupar más fácilmente los datos de las variables de estudio. Esto se cometió con la finalidad de cumplir con los objetivos propuestos en el trabajo de titulación.

- a. En la **primera etapa**, se contabilizó los datos obtenidos por medio de la codificación y tabulación (Excel) para posteriormente realizar el análisis respectivo.
- b. En la **segunda etapa**, se utilizó la estadística descriptiva. En otras palabras, se describió las variables, se hizo el análisis y se interpretó cada evaluación de los investigados de acuerdo a los criterios de los autores de cada instrumento psicológico. Según Cuenca (2021), al describir los datos recolectados se logra presentar la distribución de puntuaciones o frecuencias de cada variable (p. 47)

Debido a que el estudio fue no experimental, se planteó una hipótesis conceptual para dar cumplimiento al tercer objetivo del estudio. En la opinión de Hernández (2006), la

hipótesis conceptual es resultado de explicaciones teóricas que el investigador ha trabajado y por tanto con las que se espera esté familiarizado. Es una hipótesis limitada a los objetivos propuestos en la fundamentación de la investigación y tema.

### **5.11. Procedimiento para el planteamiento de la propuesta de comunicación familiar y el uso de las redes sociales**

#### ***Etapa No.1: Diagnóstico***

En esta fase se estableció la problemática institucional mediante la aplicación de instrumentos psicológicos previstos a la muestra seleccionada. Luego, se procedió a la tabulación de los resultados con la finalidad de obtener información objetiva. Después, se decidió proponer un seminario taller sobre comunicación familiar como alternativa de solución al problema del uso obsesivo de las redes sociales.

#### ***Etapa No.2: Elaboración de la propuesta***

Ante el diagnóstico inicial (problemática), posterior a la aplicación de los instrumentos psicológicos, se elaboró el seminario taller sobre comunicación familiar como alternativa de solución al problema del uso obsesivo de las redes sociales, definiendo objetivos, metodologías y acciones concretas. Se desarrollaron 8 talleres lo cuales tienen relación sobre contenidos teóricos de la comunicación familiar y el uso de las redes sociales.

En esta etapa se organizó el contenido teórico, las actividades y los objetivos para cada taller, mismos que estuvieron basados en las dimensiones de los instrumentos psicométricos aplicados.

#### ***Estructura de los talleres de la propuesta***

- **Taller 1:** La comunicación Familia
- **Taller 2:** El uso de las redes sociales
- **Taller 3:** La comunicación abierta
- **Taller 4:** Obsesión por las redes sociales
- **Taller 5:** Comunicación ofensiva
- **Taller 6:** Falta de control personal en el uso de las redes sociales
- **Taller 7:** Comunicación evitativa
- **Taller 8:** Uso excesivo de las redes sociales

#### ***Detalles de los Talleres***

- **Taller 1:** La comunicación Familia

**Tema:** Aprendiendo sobre la comunicación familiar

**Objetivo:** Generar espacios de reflexión sobre importancia de tener una buena comunicación familiar que beneficiará a cada uno de los integrantes de su familia.

**Tiempo:** 60 minutos

**Materiales:** pelota pequeña, diapositivas, computadora, fichas

**Evaluación:** fichas evaluativas

**Recursos:** Facilitadora, coordinador del DECE

### **5.12. Consideraciones éticas para la investigación**

Para el desarrollo de la presente investigación se cumplió con los principios éticos que garantizaron el anonimato de los estudiantes, es por eso que se elaboró un consentimiento informado destinado a los investigados. De esta manera los docentes, padres y madres de familia se informaron sobre la evaluación. Se garantizó la estricta confidencialidad de la participación en el presente estudio.

### **5.13. Consentimiento informado**

Según Ferrero (2019) menciona que “el consentimiento informado es una norma ética basada en el respeto por la autonomía de la persona, quien tiene derecho a decidir participar o no de una determinada intervención, o abandonarla en cualquier momento; y por asentimiento a la decisión voluntaria por parte de menores a participar o no de la práctica”.

El consentimiento informado garantizó al estudiante expresar voluntariamente su intención de participar en la investigación, una vez que ha comprendido la información que se le ha dado acerca de los objetivos de la misma, los beneficios, los riesgos, derechos y responsabilidades.

## 6. Resultados

Datos recogidos de la aplicación de la Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP) de Barnes y Olson (1982) a los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre Parroquia San Pedro de la Bendita, Cantón Catamayo.

**Tabla 2**

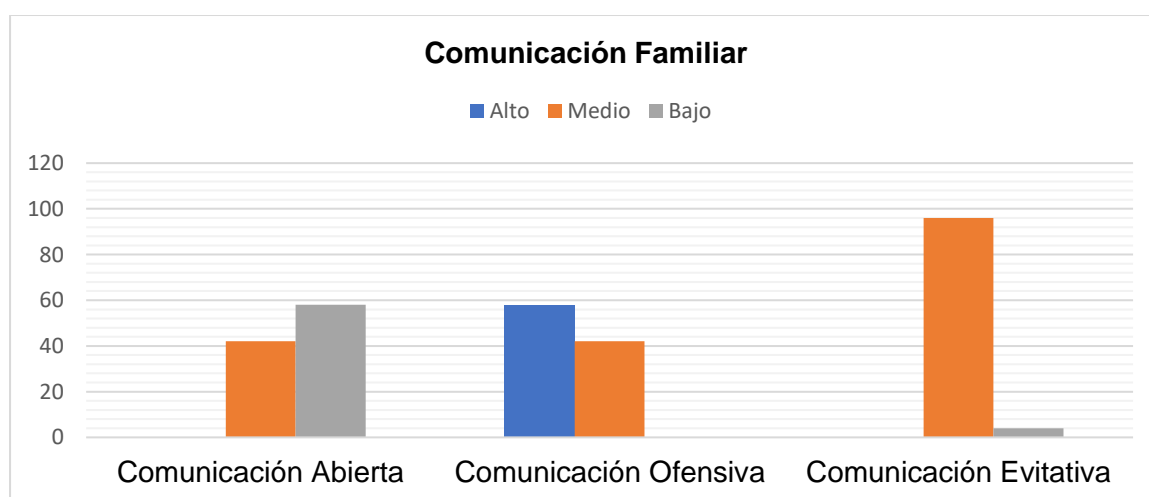
Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP) de Barnes y Olson (1982)

Dimensiones	Niveles						Total	
	Alto		Medio		Bajo		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%
<b>Comunicación Abierta</b>	-	-	11	42	15	58	26	100
<b>Comunicación Ofensiva</b>	15	58	11	42	-	-	26	100
<b>Comunicación Evitativa</b>	-	-	25	96	1	4	26	100

*Nota:* Resultados de la aplicación sobre la Escala de Comunicación Padres-Hijos a los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo "A" de la Unidad Educativa 8 de Diciembre. *Elaborado por:* Anai Quizhpe

**Figura 1**

Escala de Comunicación Padres-Hijos (CA-M/CAP) de Barnes y Olson (1982)



### **Análisis e interpretación:**

Una vez aplicada la Escala de comunicación familiar padres-hijos (CA-M/CAP) de Barnes y Olson (1982) a los investigados, he obtenido datos importantes en las distintas dimensiones. El 58% (15 estudiantes) mantiene un nivel bajo en **comunicación abierta** con



sus padres; un 58% (15 estudiantes) mantiene un nivel alto en cuanto a la **comunicación ofensiva** y; un 96% (26 estudiantes) mantiene un nivel medio con respecto a la **comunicación evitativa** en sus hogares.

En otros términos, empleando las palabras de Quicios (2017), la falta de comunicación tiene que ver con malentendidos que se dan dentro de la familia, dado que un pequeño error en la comunicación puede causar mal ambiente durante mucho tiempo. Por otro lado, cuando existe comunicación fluida en la familia se consigue muchos beneficios como una buena relación con los hijos y la confianza. Además, se da una buena enseñanza de valores, ideas y hábitos. En este sentido, es importante que la **comunicación abierta** o asertiva se fortalezca entre padres e hijos ya que esto logra un ambiente positivo, en especial para los adolescentes en su vida personal, y permite la resolución de conflictos familiares mediante el diálogo.

En lo concerniente a la **comunicación ofensiva**, desde la posición de Tuston (2016), es “dominante, impositiva, donde los padres intentan imponer sus criterios a los hijos sin tener en consideración la opinión de éstos por ende existe un abuso de autoridad y dominio sobre los suyos generando confrontación entre padres e hijos” (p. 31). Dicho de otra manera, se aprecia disfuncionalidad en la comunicación, irrespeto entre padres e hijos, falta de límites y un lenguaje grosero que probablemente se está manteniendo en el hogar para conservar la autoridad.

En cuanto a la **comunicación evitativa**, desde el punto de vista de Elzo (2001), las familias que tienen una baja tolerancia ante algún conflicto utilizan dobles mensajes para no dar una respuesta adecuada a lo que están preguntando, además, utilizan frases de negación (dejemos esta conversación para otra oportunidad porque no tengo tiempo evitando). De estos resultados analizados la población investigada manifiesta que las familias tienen bajos niveles de comunicación abierta, mientras que la comunicación ofensiva se encuentra en un nivel alto y una comunicación evitativa a nivel medio.

Datos recogidos de la aplicación del Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS) de Ecurras y Salas (2014) a los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre Parroquia San Pedro de la Bendita, Cantón Catamayo.

Tabla 3

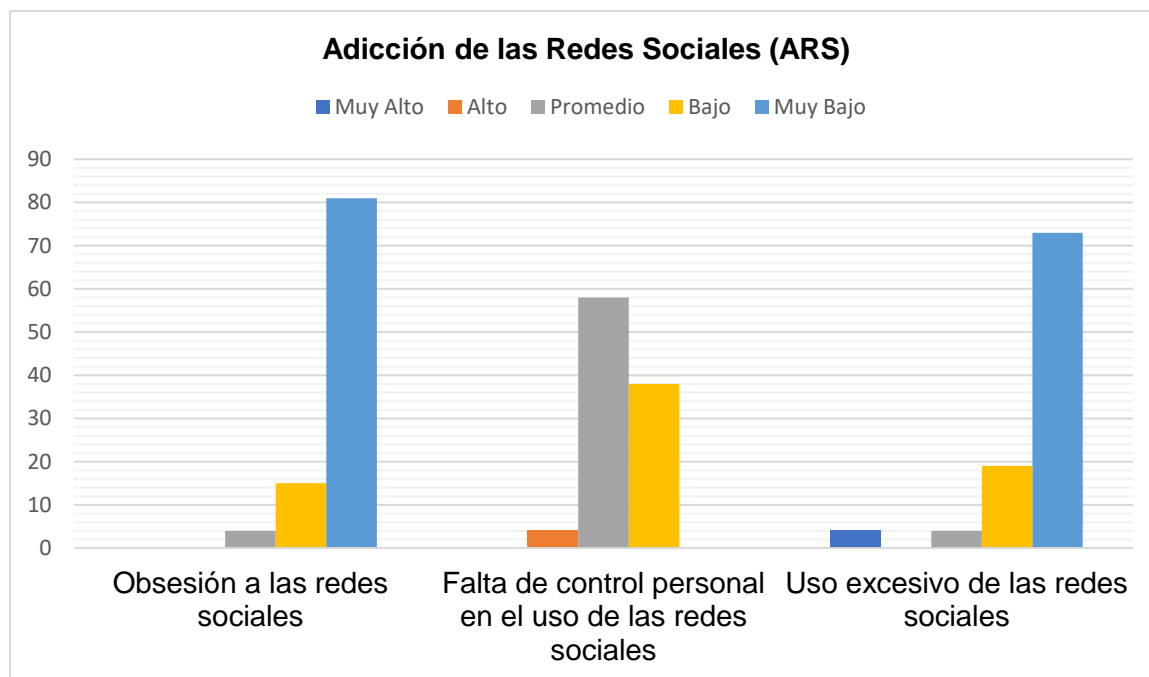
Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS) de Ecurras y Salas (2014)

Dimensiones	Niveles											
	Muy Alto		Alto		Promedio		Bajo		Muy Bajo		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Obsesión	-	-	-	-	1	4	4	15	21	81	26	100
Falta de control personal	-	-	-	-	1	4	15	58	10	38	26	100
Uso excesivo	1	4	-	-	1	4	5	19	19	73	26	100

Nota: Resultados del Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) de escurras y Salas aplicada a los estudiantes de segundo de bachillerato paralelo A de la Unidad Educativa 8 de Diciembre. Elaborado por: Anai Quizhpe

Figura 2

Cuestionario de Adicción de las Redes Sociales (ARS) de Ecurras y Salas (2014)



**Análisis e interpretación:**

En los resultados obtenidos de la población investigada, en relación a la dimensión de **obsesión a las redes sociales**, un 81% (21 estudiantes) se encuentran en un nivel muy bajo.

En cambio, en la dimensión de **falta de control personal del uso de las redes sociales**, se detalla que un 58% (15 estudiantes) de los investigados mantiene este factor en el nivel bajo y, finalmente, en la dimensión de **uso excesivo de las redes sociales**, se puede afirmar que un porcentaje relevante de ellos lo presenta en niveles muy bajos con el 73% (19 estudiantes).

La adicción a las redes sociales es, según Carballería (2018), una relación de dependencia que alguien desarrolla hacia las plataformas virtuales de interacción con otros, exponen su vida, sus ideas y sus pensamientos a los demás a través de estos medios. La adicción a internet constituye la falta de control de una persona asociada a factores cognitivos, conductuales y fisiológicos, en donde la persona comete un abuso de la red, distorsionando sus objetivos personales e interfiriendo en sus relaciones familiares, profesionales y sociales (Young (1988), como se citó en Carrillo, 2019). En el presente caso población de estudio no existe adicción a las redes por que están en niveles bajos, pero si se considera trabajos psicoeducativos con la finalidad de prevenir este tipo de adicciones.

En relación al uso excesivo de las redes sociales conlleva cuatro tipos de consecuencias adversas: problemas emocionales, problemas en las relaciones, problemas de rendimiento y problemas de salud (Andreassen (2015), como se citó en Araujo, 2016). En esta investigación sobre el uso excesivo del celular se encuentran en niveles muy bajos por lo tanto al momento no se evidencia problemas.

### **Hipótesis Conceptual**

De los resultados obtenidos no existe influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales en los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la parroquia San Pedro de la Bendita del cantón Catamayo, 2020-2021.

## 7. Discusión

El presente trabajo de titulación se llevó a cabo en la Unidad Educativa 8 de Diciembre, con una muestra de 26 estudiantes de Segundo año de Bachillerato paralelo A. Esta labor investigativa se originó por la necesidad de brindar información a los estudiantes y padres de familia sobre comunicación familiar y el uso de las redes sociales para posteriormente analizar la influencia de la variable independiente en la variable dependiente.

Atendiendo a la problemática de estudio, se planteó como **primer objetivo** determinar los tipos de comunicación familiar más frecuentes dentro de la convivencia familiar, para ello se recolecta datos mediante la escala de Escala de Comunicación Padres-Adolescente – PACS (1982); se obtiene que en la muestra investigada el 58% convive con una comunicación abierta en niveles bajos, asimismo, un 58% tienen un nivel alto en comunicación ofensiva y, un 96% mantiene una comunicación evitativa en niveles medios. Teniendo en cuenta estos datos, se manifiesta que los estudiantes no tienen una buena comunicación familiar con sus progenitores debido a las condiciones para iniciar un diálogo no son oportunas, en consecuencia, la desconfianza, los gritos y groserías, los dobles mensajes, los límites y el autoritarismo paternal se incrementan para mantener el control hacia los hijos.

Según Estévez (2005), (como se citó en Pareja, p. 13):

la falta de colaboración entre los miembros de la familia para resolver el conflicto, no hablar de modo positivo del problema, no regular el afecto negativo, utilizar la agresión, amenazas e insultos, se han relacionado con la presencia de problemas emocionales y de comportamiento.

Sin embargo, la comunicación entre padres e hijos debe permitir “aspectos tales como la apertura o libertad para intercambiar ideas e intereses, la confianza u honestidad experimentada y el tono emocional de las interacciones (Cracco & Costa, 2018, p. 78). Es decir, los padres creen que imponiendo su autoridad en los asuntos de sus hijos van a lograr respeto aunque el efecto es contrario porque la familia se aleja por miedo, ocultan sus pensamientos u opiniones porque creen que no es importante y su comportamiento es “por obediencia y respeto” a los mayores pero, un diálogo sin restricciones permite que padres e hijos expresen sus necesidades, sus rutinas y comprendan las actitudes que se manifiestan en el hogar.

En cuanto al **segundo objetivo** de identificar el tipo de uso de las redes sociales de los estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, se lo cumplió mediante la aplicación del Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) (2014). Entre los resultados obtenidos se conoció que un 81% presentan un nivel muy bajo en la obsesión por las redes sociales en. Asimismo, para la falta de control personal en el uso de las redes sociales, un 58% se encuentran en un nivel bajo. Finalmente, para el tercer factor del

cuestionario, se obtuvo que un 73% de los investigados presentan niveles muy bajos en el uso excesivamente las redes sociales.

El uso y abuso de Internet están relacionados con variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y el apoyo familiar y social (Echeburúa & de Corral, 2010). Sin embargo, el uso es positivo, siempre que no se dejen de lado el resto de las actividades propias de una vida normal (estudiar, hacer deporte, ir al cine, salir con los amigos o relacionarse con la familia) (Echeburúa & de Corral, 2010, p.92).

Ante lo mencionado, se argumenta que las actividades cotidianas deben permanecer priorizadas más que un tiempo prolongado en las redes sociales o en contenidos inapropiados, además, se debe buscar ayuda profesional cuando se presente adicción a estos medios y ante una disfuncionalidad familiar con el propósito de trabajar en las raíces del problema.

Con respecto al **tercer objetivo** de establecer la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales, se lo cumplió al realizar un análisis descriptivo basado en la hipótesis conceptual planteada en el anteproyecto, misma que busca explicar la existencia de influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales, y con los resultados obtenidos se puede explicar que la comunicación familiar no influye en el uso de las redes sociales. Según Velásquez (2018), la comunicación enfrenta una realidad heterogénea e incluso contradictoria entre la comunicación tradicional y aquella basada en el uso de las nuevas tecnologías infocomunicativas (p. 81), entonces, debido a que la comunicación familiar es deficiente y el ambiente en la que se educa el adolescente no es adecuado, los gritos, insultos, irrespeto y evasión de problemas afectan su autoestima por ende, hay la posibilidad de que ellos sean dependientes por el miedo que infunden sus progenitores.

Finalmente, como **cuarto objetivo**, basándonos en los resultados de la primera variable de estudio, se planteó proponer un seminario taller sobre comunicación familiar como alternativa para prevenir el uso obsesivo de las redes sociales; esto es debido a que se pretende trabajar con la familia en la comunicación.

Con los datos de investigación, se ha podido analizar la influencia de la comunicación familiar en el uso de las redes sociales porque al mantener problemas de comunicación en la familia educamos la idea de sumisión y obediencia absoluta para evitar problemas e insultos por no realizar las tareas encomendadas o por no cumplir con nuestras obligaciones como hijos. Nos mantenemos en un constante círculo de violencia familiar que posteriormente lo replicaremos en la sociedad y generaremos más problemas porque no decidimos formarnos oportunamente para conocer las consecuencias o para saber cómo podemos manejarlas adecuadamente.

## **8. Conclusiones**

A partir de la investigación realizada se concluye lo siguiente de acuerdo a los objetivos planteados:

- Se determinó que la población investigada predomina una comunicación abierta en un nivel bajo, la comunicación ofensiva en niveles altos y así mismo una comunicación evitativa en niveles medios con un.
- La población investigada no presenta problemas de obsesión, ni falta de control al igual no hay uso excesivo de las redes sociales ya que se encuentran en niveles bajos y muy bajos.
- No existe influencia de la comunicación familiar con el uso de las redes sociales en los investigados.
- Se elaboró un seminario taller sobre la comunicación familiar está estructurado en 8 talleres, fundamentados con un marco teórico que apoya a la prevención del mal uso de las redes sociales que lleguen a problemas como la obsesión, la falta de control y el uso excesivo de las redes sociales.

## **9. Recomendaciones**

- Socializar los resultados de la investigación a las autoridades de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la parroquia San Pedro de la Bendita, a los docentes y a los responsables del DECE para que colaboren en la construcción de espacios de aprendizaje sobre comunicación familiar.
- Al DECE, integrar en el Plan Operativo Anual (POA) actividades psicoeducativas para que los padres de familia participen y se informen sobre los efectos que produce la comunicación ofensiva y evitativa dentro del hogar.
- Al DECE, realizar actividades psicoeducativas que ayuden a los estudiantes a fortalecer la comunicación familiar y el buen uso de las redes sociales.
- Revisar y ejecutar la propuesta del seminario taller con los padres de familia y con los estudiantes para prevenir un mal uso de las redes sociales y mejorar la comunicación familiar.

## 10. Bibliografía

- Acevedo Sierra, L., & Vidal López, E. H. (2019). La familia, la comunicación humana y el enfoque sistémico en su relación con la esquizofrenia. *Medisan*, 131 - 145. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3684/368458873013/html/>
- Alvarez, D. A. (2019). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio: El Arte como estrategia didáctica para prevenir el acoso escolar en los estudiantes de octavo año paralelo A, de la Unidad Educativa Marieta de Veintimilla, 2018 - 2019: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22713/1/DARWIN%20ALEXANDER%20ALVAREZ%20SARANGO.pdf>
- Arab, E., & Díaz, A. (2014). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica CONDES*, 07 - 13. Obtenido de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0716864015000048?token=985BCF1B142D25F0897B2D7082E8B89F083BA8488AD3F8BA73C13475819BBD9079082A8EF17F3E2BC53FCD1CA7867FB7&originRegion=us-east-1&originCreation=20220427021856>
- Araujo, E. (2 de Diciembre de 2016). Indicadores de Adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Scielo*. Obtenido de Scielo: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-25162016000200005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162016000200005)
- Bolaños, M. (2015). *Universidad Politécnica Salesiana sede Guayaquil*. Obtenido de Repositorio: estudio del impacto de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes de 12 a 14 años en una unidad educativa en la ciudad Guayaquil: <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/10296/1/UPS-GT001190.pdf>
- Campo, A. (2015). Planificación de un taller . Obtenido de [https://www.irekia.euskadi.eus/uploads/attachments/8677/Proyecto\\_18\\_09.pdf?1478097924.5](https://www.irekia.euskadi.eus/uploads/attachments/8677/Proyecto_18_09.pdf?1478097924.5)
- Carballeira, E. (14 de Noviembre de 2018). *Obsesión en las redes sociales: el nuevo estilo de comunicación*. Obtenido de Servicio Social: <https://www.aucal.edu/blog/servicios-sociales-comunidad/obsesion-en-las-redes-sociales-en-adolescentes/>
- Carrillo, J. (2019). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio: EL ARTE-TERAPIA COMO ESTRATEGIA PSICOEDUCATIVA PARA PREVENIR LOS RIESGOS DEL USO INDEBIDO DE LAS REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE OCTAVO AÑO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL MERCEDES DE JESÚS MOLINA, 2018-2019:



- <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22711/1/JESSICA%20CARRILLO%20.pdf>
- Chávez Cacalla, E. (2016). *Universidad Peruana Unión*. Obtenido de repositorio:  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/440/Ester\\_Tesis\\_mae\\_stria\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/440/Ester_Tesis_mae_stria_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Corea, A. (2016). Riesgos a lo que se enfrentan los jóvenes en las redes . *Universidad de San Carlos Macas* , 92.
- Cracco, C., & Costa-Ball, C. D. (31 de enero de 2018). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDE*. Obtenido de Propiedades Psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar:  
<https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art6.pdf>
- Cuenca, A. (07 de diciembre de 2021). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio Institucional:  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/24454/1/TESIS%20ANGIE%20CUENCA%20CONDOY%20%281%29.pdf>
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 91 - 95. Obtenido de  
<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Ferrero, A., De Andrea, N., & Lucreo, F. (2019). La importancia del consentimiento informado y el asentimiento en psicología. *Ciencia y profesión*, 31 - 40. Obtenido de  
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/view/25186/28748>
- Gallego Uribe, S. (2006). *Comunicación Familiar: un mundo de construcciones simbólicas y relacionales*. Manizales, Colombia: Universidad de Caldas.
- Guajala Aguilar, M. P. (2014). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio:  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22732/1/tesis%20MARICELA%20PATRICIA%20GUAJALA%20AGUILAR.pdf>
- Gualán, L. (2014). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio: La comunicación familiar y el consumo de alcohol de los adolescentes del segundo año de bachillerato del colegio nacional "Adolfo Valarezo", de la ciudad de Loja:  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21293/1/Tesis%2012%20listo%20Imprimir.pdf>
- Hernández, R. F. (2006). Obtenido de  
<https://cursos.aiu.edu/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTIGACION/Sesion%205/WORD/SESI%C3%93N%205.pdf>
- Ikemiyashiro Higa, J. (2017). *Universidad San Ignacio de Loyola*. Obtenido de Repositorio: Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana:

- <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d9c91da3-b9f8-4ddc-8865-0be8a812129b/content>
- Jaramillo Lapo, R. L. (2015). *Universidad Nacional de Loja*. Obtenido de Repositorio: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/15982/1/Rita%20Lisbeth%20Jaramillo%20Lapo.pdf>
- Molina Campoverde, G. L., & Toledo Naranjo, R. K. (2014). *Universidad del Azuay*. Obtenido de Repositorio: Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3659/1/10335.PDF>
- Opinión, C. d. (s.f.). Conceptos básicos de, qué es un taller participativo, cómo organizarlo y dirigirlo. Cómo evaluarlo. *Universidad de Antioquia*, 1 - 11. Obtenido de [http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2536/1/CentroEstudiosOpinion\\_conceptostallerparticipativo.pdf](http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2536/1/CentroEstudiosOpinion_conceptostallerparticipativo.pdf)
- Pareja, S. (s.f.). *Universidad Nacional Abierta y a Distancia*. Obtenido de <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/13487/1037636518.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pérez, F. (06 de Febrero de 2018). *La teoría del doble vínculo de Gregory Bateson*. Obtenido de La teoría del doble vínculo de Gregory Bateson: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-del-doble-vinculo-de-gregory-bateson/>
- Piña, C. N., Seife, A., & Rodríguez, C. (2012). El seminario como forma de organización de la enseñanza. *Medi Sur*, 109 - 116. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180023438017.pdf>
- Polo García, J. D. (2019). *Twitter...para quien no usa Twitter*. Obtenido de <https://www.antonioconstantino.com/pdf/Twitter-para-quien-no-usa-Twitter-BN.pdf>
- Quicios, B. (09 de 01 de 2017 ). *guiainfantil*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/familia/comunicacion/consecuencias-de-la-falta-de-comunicacion-entre-padres-e-hijos/>
- Reina Esyévez, J., Fernández Castillo, I., & Noguer Jiménez, Á. (2012). El uso de las redes sociales en las Universidades Andaluzas: El Caso de Facebook y Twitter. *REVISTA INTERNACIONAL DE RELACIONES PÚBLICAS*, 123 - 144. Obtenido de <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/5225/9.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Roiz, M. (s.f.). La familia, desde la teoría de la comunicación de Palo Alto. *Universidad Complutense de Madrid*, 117 - 136.
- Satir, V. (s.f.). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Pax México.
- Tustón Jara, M. J. (2016). *Universidad Técnica de Ambato*. Obtenido de Repositorio: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/20698/2/COMUNICACION%20FAMILIAR%20Y%20ASERTIVIDAD%20-%20copia.pdf>

Velásquez Quintana, A. E. (2018). Universidad Andina Simón Bolívar sede Ecuador.  
Obtenido de Repositorio: Incidencia de las redes sociales en la comunicación  
intrafamiliar: [https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6434/1/T2743-MCE-  
VelasquezIncidencia.pdf](https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6434/1/T2743-MCE-VelasquezIncidencia.pdf)



11. Anexos

Anexo 1

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN

## PROPUESTA

SEMINARIO TALLER: COMUNICACIÓN FAMILIAR  
COMO ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA  
DEL USO OBSESIVO DE LAS REDES SOCIALES

**AUTORA:** ANAI ANABELLE QUIZHPE AGREDA.

UNIVERSIDAD  
LOJA- ECUADOR

2022

## **SEMINARIO TALLER: LA COMUNICACIÓN FAMILIAR COMO ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA DEL USO OBSESIVO DE LAS REDES SOCIALES**

### **“Educando en Familia para el uso de las redes sociales”**

#### **PRESENTACIÓN**

El uso de redes sociales por parte de los adolescentes es un común denominador en la sociedad actual y de algún modo se han convertido en una necesidad. Desde luego, este uso permite facilitar la comunicación e interacción rápida pero, también demanda ciertos riesgos o alertas como el mal uso y el consumo excesivo o adicción.

Cuando se utiliza los medios web hay que estar atentos a ciertos indicadores riesgosos para la salud mental (acoso por redes sociales, el cybersexo, etc.) porque si no se los identifica a tiempo se convertirán en problemas futuros para los jóvenes y para los padres. Desde esta perspectiva, la prevención es la mejor opción para instruir a la familia para que se provea de herramientas que permitan acercarse cómodamente y utilizar normas para el uso adecuado de las redes sociales.

Las consecuencias del uso inadecuado de las redes sociales están vinculadas a ciertos comportamientos preocupantes como la disminución de la interacción directa a nivel individual y familiar, ya que la necesidad de permanecer conectados debilita la comunicación entre los miembros de la familia.

“Educando en Familia para el uso de las redes sociales” está planteado desde un enfoque preventivo debido a que su propósito es mejorar la comunicación familiar para disminuir el uso obsesivo de las redes sociales o el mal uso de las mismas. También, este seminario taller se lo ha diseñado para dar cumplimiento a los objetivos específicos planteados en el anteproyecto.

Esta propuesta consta de 8 talleres, mismos que están estructurados para un mejor manejo, cuentan con: nombre del taller a trabajar, objetivos, tiempo, materiales y evaluación.

## JUSTIFICACIÓN

Existen diferentes actividades que ayudan a los padres e hijos a relacionarse mejor como familia debido a que en los últimos años se le ha dado gran importancia al evidenciarse grandes problemas en este entorno. Pero, por temor o vergüenza muchos padres no se atreven a participar en eventos que fomentan la unión intrafamiliar ya sea por trabajo o por realizar otras actividades que les brinda mayor satisfacción.

Actualmente, la comunicación familiar se encuentra afectada por la necesidad de usar las redes sociales para agilizar las diversas actividades cotidianas; ahora, muchos de los padres se apoyan en las redes para controlar las actividades encomendadas a sus hijos, para comunicarse y para postear los momentos que comparten, no existe orientación pero si dobles mensajes que los confunden. Tanto padres como hijos no comparten más allá de un post en redes sociales como una máscara para ocultar lo que realmente pasa en la familia. Restricción de hablar o de opinar de la vida cotidiana de cada miembro, gritos, insultos, comportamientos negativos, dinero para cubrir necesidades emocionales, frases que prolongan la solución a un conflicto, dobles mensajes y estilos negativos al momento de conversar, es lo que sucede frecuente dentro de una familia como opción de escape y de “tranquilidad” para mantenerse en las redes sociales. Parece que los padres, docentes y estudiantes desconocen los efectos que causan la mala comunicación, la adicción y el mal uso de las redes. Orientar no es tarea sencilla porque cada persona tiene su modo único de ser y tratar de que se modifiquen ciertas conductas. Los padres deben comprender que una mala comunicación y la falta de involucramiento en las cosas de sus hijos con el tiempo se convertirán en desinterés de estos últimos hacia ellos por lo que se repetirá el círculo, y asimismo, los hijos deben comprender que sus progenitores están formándose con ellos para no errar como sus antecesores lo hicieron con ellos, también, deben aprender que la sumisión no es una opción para la vida, ya que necesitan ser escuchados y ser respetados.

## **FUNDAMENTACIÓN**

Partiendo de una realidad, más del 50% de una familia permanece conectada en redes sociales mientras realiza otras actividades. Algunos jóvenes, por la comodidad de su hogar, se dedican a postear, chatear y compartir contenido, descuidando sus responsabilidades. Por otra parte, están aquellos jóvenes que por miedo a las actitudes de sus padres se dedican a realizar severamente las tareas encomendadas pero descuidan mejorar la relación intrafamiliar por este control excesivo. Hoy en día existe menos comunicación entre la familia que hace una década, no solo por el uso de las redes sociales, sino por el trabajo, el estudio, etc.

A modo de resumen, el problema es que los padres e hijos desconocen cómo comunicarse asertivamente entre ellos; los padres no se involucran lo suficiente en la vida de sus hijos, confunden su rol con el poder de invadir, así que manifiestan que la adolescencia es la etapa donde más se debe controlar o permitir.

Con el seminario taller sobre comunicación familiar como alternativa de solución al problema del uso obsesivo de las redes sociales, se pretende concienciar a las familias de que la comunicación asertiva es más funcional que los malos tratos y que poner límites está bien pero mantenerlos ayudará a educar adecuadamente a las nuevas generaciones.

La idea general del seminario taller es fomentar la comunicación asertiva y adoptar/reforzar normas para el buen uso de las redes sociales con el objetivo de disfrutar la comunicación, generando relaciones familiares afectivas y estables.

## OBJETIVOS

### **Objetivo general**

Fortalecer la comunicación familiar mediante el desarrollo del semanario taller dirigido a los padres y estudiantes de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre 2020-2021.

### **Objetivos específicos**

- Generar espacios de reflexión sobre importancia de tener una buena comunicación familiar que beneficiará a cada uno de los integrantes de su familia.
- Informar a los padres y estudiantes sobre el uso de las redes sociales para que moderen su tiempo dedicado a estos medios sociales.
- Generar espacios de reflexión para desarrollar un ambiente familiar positivo existiendo confianza en la familia.
- Analizar las consecuencias que presentan los jóvenes por el uso obsesivo de las redes sociales.
- Aprender a usar formas correctas de comunicación para resolver los conflictos de manera adecuada.
- Concientizar a los padres y estudiantes sobre el tiempo de uso de las redes sociales, actividades de estudio y actividades de casa.
- Aprender a hacer una buena escucha activa, experimentando distintas formas de escuchar unas que entorpecen y otras que favorecen la comunicación.
- Informar sobre los peligros que están expuestos los adolescentes por el uso excesivo de las redes sociales

## UBICACIÓN SECTORIAL

*Ubicación geográfica de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la Parroquia San Pedro de la Bendita*



*Nota:* Obtenida de Google Maps, -3.941053, -79.435661. Dirección: Calle 29 de Junio, San Pedro de la Bendita.



## **DESTINATARIOS**

Estudiantes y padres de familia de segundo año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre de la parroquia San Pedro de la Bendita, cantón Catamayo.

## **DIFUSIÓN**

El seminario taller está destinado para familias con hijos adolescentes que presenten problemas de falta de comunicación familiar por el uso obsesivo de las redes sociales o para quienes necesiten una alternativa para trabajar la comunicación familiar y el uso adecuado de las redes sociales.

## **DURACIÓN**

El seminario taller tiene una duración total de 8 horas, ocho talleres de 60 minutos cada uno.

## **METODOLOGÍA**

La metodología que se emplea es activa y participativa ya que en cada taller se incluye dinámicas de ambientación, explicaciones de contenidos, material didáctico y reproducciones de videos relacionados al tema a tratar. La finalidad de esta metodología es aprender significativamente los contenidos teóricos para 1) fortalecer la comunicación familiar y 2) para manejar adecuadamente las redes sociales.

Para el éxito en la ejecución del seminario taller es importante planificar y preparar anticipadamente las actividades y materiales de cada taller.

## **EVALUACIÓN DE LOS TALLERES**

Los participantes evaluarán al final de la jornada las actividades del taller impartido mediante una ficha de evaluación, su puntuación será de 1 a 5 para las preguntas planteadas.

## **IMPACTO**

Los adolescentes hacen uso de las redes sociales a medida que interactúan y comparten contenido; esto ha generado que hagan un mal uso de las redes sociales y que debiliten la comunicación con sus padres y viceversa. Los padres no se comunican asertivamente con sus hijos, mantienen un lenguaje burdo para pedir que realicen las cosas por lo que los menores tienen miedo de ellos, no hay confianza ni motivos de entablar diálogo.

Más allá de mejorar la comunicación intrafamiliar y ayudar a que se use adecuadamente las redes sociales, se debe considerar que mientras se desarrolla el seminario taller, las actividades y experiencias que surjan serán de apoyo para los padres e hijos para poder corregirse en momentos futuros.

## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LOS TALLERES

### Taller N°1



#### Definición de la comunicación familiar

Sobrino (2008), sostiene que:

La comunicación familiar son las interacciones que establecen los miembros de una familia y que, gracias a ello, se establece el proceso de socialización o culturización que les permite desarrollar habilidades sociales que son fundamentales para el proceso de reinserción en la sociedad a la cual pertenece. Esta comunicación va a depender de su contexto familiar, de su estructura y dinámica interna. El nivel de comunicación familiar va a depender del tipo de apertura y flexibilidad que tengan los adultos en su relación con sus hijos. Uno de los roles de los padres está referido a la comunicación que establecen entre ellos y sus hijos (p.116).

La comunicación es el trato, la correspondencia entre dos o más personas. En la familia es tener un vínculo de comunicación, es amarse mutuamente y crear una atmósfera de confianza para que el hijo pueda acercarse a ellos (Gualán, 2014).

Criar incluye enseñar a tener dominio propio, a formar hábitos, al darnos cuenta lo que es malo y decidir por lo bueno, enseñar a dominar sus sentimientos, a usar la razón y a tener principios estables.

Cuando un padre plática con un hijo le proporciona protección, porque le está advirtiendo de situaciones que puede enfrentar en el futuro. Cuando un padre transmite su experiencia a su hijo le enriquece la vida, ya que el hijo se siente amado y tomado en cuenta. Pero qué terrible es que el hijo se acerque al padre para platicar y él esté muy ocupado en sus asuntos personales, en su fútbol o en su cerveza. Es demasiado triste ver a padres que se pasan el fin de semana fuera de casa, bebiendo con los amigos y los hijos y esposa en casa abandonados (Sánchez, 2012).

## **Tipos de comunicación**

### **La comunicación positiva**

Las relaciones exitosas de pareja y familia no se basan simplemente en la solución de los problemas y conflictos, aunque los miembros de las familias fuertes son buenos para la comunicación orientada a tareas específicas y que pueden identificar las dificultades, permanecer concentrados en ellas, y encontrar soluciones que funcionen razonablemente bien para todos los miembros de la familia. También pasan por cierto tiempo hablando y escuchando mutuamente para permanecer conectados. Algunas charlas de las más importantes ocurren cuando nadie se está esforzando para lograrlo, conversaciones de final abierto, derivadas, sin segundas intenciones y con divagaciones pueden revelar información importante que ayude a suavizar los puntos álgidos de la vida familiar (Esteinou, 2007, como se citó en Gualán, 2014, p. 9).

### **La comunicación negativa**

La mayoría de los padres no están conscientes de cuantas veces utilizan formas negativas para comunicarse con sus hijos, estos padres pueden, como resultado, estar plantando las semillas de la desconfianza y el bajo nivel de amor propio de sus hijos. Es por esto que es importante que los padres se enteren y corrijan cualquier forma de comunicación negativa que usan con sus hijos.

### **Comunicación verbal**

Se refiere a lo que se dice o manifiesta una persona hacia los demás, esta se realiza continuamente y consiste básicamente en hablar proporcionando a los hijos con un conocimiento exacto de lo que se quiere decir, aunque tal conocimiento es puramente intelectual, y muchas veces le falta algo para establecer una verdadera relación en el hogar, es cuando cierta comunicación no tiene sentido hacia los miembros de la familia, la comunicación escrita es también una forma de comunicación verbal, puesto que no es más que representar con símbolos escritos el lenguaje de las palabras.

### **Comunicación no verbal**

Es una comunicación variada que se expresa a través de gestos, la postura, el mismo silencio cuando se decide no comunicarse, el lenguaje sintomático, la agresividad se pueden expresar en un lenguaje no verbal, en definitiva en el hogar, se centra en lo que se manifiesta con gestos o lenguaje corporal y su base está en las familias en lo aprendido en las etapas pre verbales de la maduración antes de aprender a hablar, cuando los hijos aprenden de los padres ciertas expresiones mímicas de la voz, tono, ritmo, contacto de las manos, movimientos del rostro, expresión, ruidos; se vuelva más confusa la comunicación, de tal manera hay que tener cuidado ya que puede provocar conflictos o malentendidos a nivel de pareja o en las relaciones familiares (Tustón, 2016, p. 28).

## **La importancia de una buena comunicación entre padres y adolescentes**

La comunicación es uno de los aspectos claves y más importantes en la difícil tarea de educar a un hijo adolescente, los jóvenes adolescentes están atravesando una etapa de su vida llena de cambios y dificultades, dicha etapa suele suponer ciertas tensiones familiares por lo que es muy importante que los padres se puedan comunicar de forma efectiva con sus hijos, a fin de poder entender por lo que éstos están pasando y a su vez que puedan sentirse partícipes de los cambios que atraviesan las vidas de sus hijos. Asimismo, es importante que los jóvenes acepten dicha “intrusión” y se sientan respaldados por sus progenitores en la difícil etapa que están viviendo (Gualán, 2014, p. 11).

Las relaciones entre padres e hijos mejoran mucho cuando existe una comunicación afectiva. Por lo general, si la comunicación entre padres e hijos es buena, sus relaciones serán buenas también. Los niños aprenden a comunicarse observando a sus padres, si éstos se comunican de forma abierta y efectiva, es posible que sus hijos también sean capaces de hacerlo. Por el contrario, el hecho de que la comunicación entre padres e hijos sea inefectiva o negativa, puede hacer que los hijos piensen que no son importantes, que nadie los escuche o que no son comprendidos. Por ello estos jóvenes pueden pensar también que sus padres no son de gran ayuda ni de confianza. Una de las tareas más importantes y complicadas de los padres es mantener siempre abiertas las vías de comunicación (Gualán, 2014, p. 11).

### **Cualidades y características de la comunicación**

Según Gloria Elena Franco (2005) (como se citó en Gualán, 2014, p. 13), sostiene:

- ✓ Permanente: Siempre es posible realizarla.
- ✓ Abierta: Hay disposición de dar y recibir.
- ✓ Íntima: Se establece de tú a tú, de un yo a un nosotros.
- ✓ Equivalente: Permite la relación de igualdad entre quienes se comunican.
- ✓ Sincera y auténtica: Permite entrega sin dobleces ni engaños.
- ✓ Desinteresada: No busca el beneficio propio. La donación desinteresada recibe la gratificación de la propia mejora.
- ✓ Intencionada: Ambas partes deben querer comunicarse. Cuando una parte falla deja de haber comunicación.
- ✓ Compresiva: Saber aceptar al otro.
- ✓ Humilde: Quien se comunica sabe ceder y olvidarse de sí mismo.

## Taller N°2



### **Definición de las redes sociales**

Boyd y Ellison (2007) menciona que una red social se define como un servicio que permite a los individuos construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión, y ver y recorrer su lista de las conexiones y de las realizadas por otros dentro del sistema (Molina & Toledo, 2014, p. 16).

La facilidad de estar en contacto con otras personas de tu barrio, ciudad, o incluso, de otros países ha producido que las redes sociales sean actualmente el boom de Internet. Y era de prever que sucedería, porque se palpaba una necesidad de reunir mensajería, fotos, videos... que antes estaban separados o no llegaban a combinar todos los elementos en un mismo sitio Web para que el usuario pueda tener todas las herramientas en una sola, y es en ese momento cuando aparecen las redes sociales, que surgieron, como observamos, de una necesidad palpable (Molina & Toledo, 2014, p. 18).

En la actualidad, Facebook es la red social más utilizada a nivel global. Esta red, para abril de 2009 contaba con 200 millones de cuentas, de las cuales muchas ni siquiera están en actividad. El éxito rotundo de esta red social, es su gran interactividad que una a personas sin fronteras. Con Facebook “podemos subir imágenes, videos, crear grupos, utilizar sus diversas aplicaciones, entre otros aspectos más que hacen de esta plataforma, la más exitosa” (Molina & Toledo, 2014, p. 20).

### **Descripción de las principales redes sociales**

Estas redes sociales, figuran como las más atrayentes para las generaciones más jóvenes. Y esto responde a una simple razón, que es precisamente ese sector para el cual están diseñadas. Facebook, Twitter, Instagram, y muchas otras nacieron destinadas a la gente más joven. Sin embargo, los jóvenes son responsables en el uso de las redes sociales, los adultos creen que no, pero porque ellos no pueden comprender a la juventud y a donde ésta ha sido llevada por la tecnología, algo que no es negativo (Molina & Toledo, 2014, p. 20).

## **Facebook**

El servicio que brinda facebook es gratuito el mismo que facilita promocionar espacios publicitarios, banners y grupos de negocios, generando utilidades. Además, que brinda la facilidad para que usuarios creen perfiles con información, fotos, listas de amigos e intereses personales a través de compensación mensajes personales y públicos (Godoy, 2016, p. 22).

## **Twitter**

La palabra twitter proviene del significado “trinar de los pájaros”, el mismo que representa mensajes rápidos y cortos con publicaciones importantes como fotos y notas informativas de caracteres reducidos donde todos aquellos que poseen la misma red puedan verlo, saber e interpretar la información. Para que todos aquellos que te siguen puedan verlo (Godoy, 2016, p. 24).

Podemos concluir señalando que twitter, es una aplicación gratuita donde podemos compartir información y mensajes cortos y momentáneos de aproximadamente 140 caracteres, servicio que ha ido evolucionando de manera considerable, dentro de la sociedad, mediante un ordenador, laptop o un teléfono inteligente que posea el servicio de internet (Godoy, 2016, p. 24).

## **Instagram**

Esta aplicación ofrece algunas opciones para mantener la seguridad y privacidad. Para limitar el acceso de usuarios que no constan en la lista de seguidos se debe activar la opción de “cuenta privada” en “opciones del usuario”. Con esto, cualquier persona que desee tener acceso a las fotografías de un usuario deberá necesariamente enviar una solicitud de seguimiento. Instagram ofrece también el servicio de reportar comportamiento abusivo si en algún momento el usuario se siente violado en sus derechos o privacidad (Riofrío, 2015).

## **Ventajas y desventajas del uso de las redes sociales**

### **Ventajas**

- ✓ Ayudan a generar circuito de comunicación mayor entre varios jóvenes.
- ✓ Permite intercambiar información
- ✓ Los jóvenes se pueden organizar con mayor fluidez y prestarse en línea.
- ✓ Ahorran tiempo
- ✓ Se puede acceder a sitios gratuitos
- ✓ Muchos jóvenes pueden vencer su timidez y establecer lazos de amistad a través de las redes sociales.

### **Desventajas**

- ✓ Son peligrosas si no se configura la privacidad correctamente, ya que exponen nuestra vida privada.
- ✓ El adolescente que esta frente a una computadora no comparte su vida en un entorno directamente con sus padres.

- ✓ Pueden darse casos de suplantación de identidad.
- ✓ Se pueden apoderar de todos los contenidos que se publica
- ✓ Muchas de las veces son utilizadas por criminales para conocer datos de sus víctimas en delitos como: el acoso y abuso sexual, secuestro, tráfico de personas, etc.

### Taller N°3



#### **Definición de comunicación abierta según Barnes y Olson**

Cuando existe este tipo de comunicación en la familia trae muchos beneficios como principal una buena relación con los hijos brindándoles confianza, se da una buena enseñanza de valores, ideas y hábitos. Al presentarse esta comunicación se logra un ambiente positivo en especial para los adolescentes en su vida personal la cual se da resolución de conflictos familiares. Para que esta comunicación se siga desarrollando debemos aprender a escuchar para tener concentración al momento de impartir las ideas.

#### **Razones por la que se pierde la confianza**

Según Rodríguez (2019), lo más común en la familia son:

- **Promesas incumplidas:** En muchas ocasiones los progenitores hacen promesas a sus hijos e hijas que luego no cumplen y esto hace que la confianza se pierda.
- **No tener tiempo para ellos:** Cuando los niños o niñas deciden tener confianza y contarnos algo es importante prestarles la atención que necesitan. En muchas ocasiones necesitan contarnos algo y si no estamos disponibles para ellos, lo interpretan como despreocupación o falta de interés.
- **La necesidad de autonomía y desarrollo de la identidad:** A medida que crecen tendrán que desarrollar su propia identidad y alejarse de sus padres y madres.
- **Romper la confianza:** A menudo cuando los niños o niñas nos cuentan algo, tendemos a verlo como cosas sin importancia y traicionamos su confianza contándoselo a otras personas, esto hace que los pequeños dejen de confiar.

#### **Cómo mejorar la confianza con los hijos**

Como padres es necesario que aprendamos a escuchar de forma abierta, también dejando lugar a que los hijos vivan la experiencia y se equivoquen para que aprendan por sí

mismos; tú estarás ahí para sostenerlo siempre y cuando las consecuencias de tal equivocación no sean peligrosas.

- Procura cumplir tus promesas, si no estás seguro de poder cumplirlas no lo prometas.
- Dedícales tiempo y escúchalos, lo que quieren contarte es importante para ellos y por lo tanto requiere tu tiempo.
- Respeta sus espacios y su necesidad de autonomía, no les fuerces para que te cuenten las cosas.
- Intenta hablar con ellos sin que se sientan atacados, puedes usar frases del tipo: “me pregunto si...” ¿Has pensado en...??” “Podría ser buena idea...” “Me preocupa que...” “Me parece...”.
- No traiciones sus palabras, cuando te cuenten algo guarda su secreto.
- Procura no juzgar, ni criticar, si juzgamos sus pensamientos y les hacemos sentir mal conseguiremos el efecto contrario.
- Confía en ellos y cuéntales tus cosas, cuando estés preocupado, enfadado, etc. No podemos pedirles confianza si no confiamos en ellos. Si ellos ven que confías en ellos tenderán a confiar en ti por el efecto boomerang.

(Rodríguez, 2019)

### **Características de la comunicación abierta**

Cuenta Conmigo (2012), menciona que las características en este tipo de comunicación son:

- Escuchar a los niños en silencio y con atención.
- Escuchar a los niños en silencio y con atención.
- Aceptar los sentimientos de los niños con una palabra.
- Dar nombre a los sentimientos de los niños.
- Ayudar a describir el problema que está sucediendo en ese momento.
- Dar información acerca de dicho problema.
- Describir lo que uno como padre siente ante el problema.
- Enseñar a los niños cómo pueden ser útiles ante una situación concreta.
- Indicar al niño lo que se espera de él ante dicha situación.
- Enseñar al niño como cumplir de manera satisfactoria.
- Ofrecerles opciones y aceptar las que él ofrece si son positivas.
- Permitir que el niño experimente las consecuencias de su mal comportamiento.
- Buscar entre padres e hijos soluciones que convengan a ambos.

A partir de estos planteamientos los padres pueden comunicarse de mejor manera con sus hijos, desgastarse menos frente a los desacuerdos o las discusiones, y enseñar a los



hijos nuevas formas de comunicarse y relacionarse no solo con ellos sino también con los demás (Cuenta Conmigo, 2012).

### **Beneficios de tener una plena confianza entre padres e hijos**

Las ventajas de llegar a tener una gran confianza entre padres e hijos son múltiples; señala Cruz (2019). Para empezar, promoverla desde la infancia facilitará una mejor relación posteriormente durante la etapa adolescente, un periodo complicado. Además, la consolidación de este vínculo deriva en una mejor comunicación y en un buen clima familiar. Asimismo, esta confianza “fortalece los lazos familiares en situaciones de conflictos y crisis, inevitables y necesarias”. Necesarias porque ayudan a desarrollar habilidades y competencias que servirán para las relaciones humanas y para saber enfrentar futuras situaciones conflictivas.

A pesar de lograr una buena confianza, debe mantenerse la jerarquía entre padres e hijos. La relación debe ser vertical y nunca horizontal. Los padres no deben asumir un rol de ‘amigos’ porque entonces dejan de ser padres y los niños necesitan normas, límites y consecuencias para crecer de una manera sana (Bermejo, como se citó en Cruz, 2019).

### **Taller N°4**



### **Definición de obsesión por las redes sociales**

Son conductas o comportamientos que se apoderan de la vida de un individuo, y que, al mismo tiempo, producen efectos en su cuerpo que desembocan en consecuencias negativas a nivel psicológico y físico (Psiguide, s.f.).

Sin embargo, tampoco debemos dejar a un lado que tanto internet como las redes sociales también representan ventajas positivas para los jóvenes, entre ellas podemos mencionar: el entretenimiento, la comunicación y la facilidad para establecer relaciones sociales. Por ende, nos encontramos en un escenario de ambigüedades, donde el tema tiene una especie de carga positiva y negativa en la sociedad (Psiguide, s.f.).

### **Síntomas que presentan con mayor frecuencia en los adictos a las redes sociales**

- ✚ Aislamiento
- ✚ Ansiedad por ingresar en las redes sociales.
- ✚ Abandono de las tareas habituales y las relaciones interpersonales.
- ✚ Depresión.

- ✚ Placer de estar conectado en las redes.
- ✚ Trastornos del sueño.
- ✚ Pérdida de control de la conducta.
- ✚ Bajo rendimiento en el trabajo o en la escuela a causa de la fatiga.
- ✚ Mal humor producido por la imposibilidad de conectarse en las redes.
- ✚ Cambios físicos, sociales y económicos.

### ¿Por qué crean adicción las redes sociales?

#### **Familia**

La mayoría de las adicciones tienen su raíz en causas familiares. Cuando se producen problemas o surgen situaciones de conflicto dentro de la familia, los individuos sienten carencia de afecto, especialmente los niños y los adolescentes, por tanto, buscan opciones para escapar de la realidad que los rodea y comienzan a sumergirse de forma excesiva en actividades que pasan a convertirse en adicciones, por ejemplo, el uso de las redes sociales (Psiguide, s.f.).

En otro escenario, se encuentran los padres excesivamente permisivos, quienes les dan muchas libertades a sus hijos y como consecuencia, ellos comienzan a manifestar problemas con el control de sus actividades, excediendo el uso de los aparatos tecnológicos y las redes sociales. Lo ideal es que los jóvenes sean capaces de tener un autocontrol respecto a sus comportamientos, pero esto solo puede lograrse con una correcta formación y la imposición de límites previamente establecidos por los padres (Psiguide, s.f.).

#### **Baja autoestima**

Las personas tímidas logran relacionarse con mayor facilidad a través de las redes sociales, sin embargo, la mayoría acostumbra a mentir sobre ellos mismos, ocultan su verdadera imagen física, nombre o edad, alteran su personalidad y adaptan sus intereses dependiendo de la persona con la que estén hablando, en otras palabras, muestran una imagen falsa de ellos mismos. De acuerdo con encuestas y análisis de expertos en el tema, más de la mitad de los casos de adicción a las redes sociales son provocados por la influencia de los amigos que invitan a usarlas (Psiguide, s.f.).

#### **Vacío existencial**

Un individuo sin metas, objetivos o propósitos, es una persona que no encuentra motivación para desarrollarse en el ámbito laboral o académico. Por tal motivo, las redes sociales le producen placer inmediato y hacen que se sienta a gusto, por lo que seguirá realizando dichas actividades, obsesionado por la sensación que le produce. Las redes sociales representan para los individuos una clara oportunidad para escapar de la rutina (Psiguide, s.f.).

## **Presión social**

Cuando los amigos de un joven comienzan a formar parte de alguna red social e interactúan por esa vía, el joven siente la necesidad de ingresar en la misma plataforma para ser socialmente aceptado, sin embargo, esta situación puede volverse adictiva con el tiempo (Psiguide, s.f.).

## **Perfil de una persona adicta a las redes sociales**

De acuerdo a Fernández (2013) (como se citó en Varios, 2021), las adicciones a las redes sociales se caracterizan cuando sucede lo siguiente:

- Existe un dominio entre las redes sociales y pensamientos, sentimientos y conducta.
- Utiliza mucho tiempo y esfuerzo.
- Empiezan a existir problemas en su entorno o consigo mismo o deja de atender responsabilidades en el trabajo o en sus actividades académicas.
- Niega tener problemas con su papel en relación a la actividad y ostenta de poder dejarlas.
- Registra publicaciones de poco interés al público solamente para tener la atención de ello.
- Presta mayor atención a las mismas publicaciones solamente por están en las redes sociales la mayor parte del tiempo y supuestamente estar actualizado.
- Pérdidas económicas y adicciones mayores al uso frecuente de las redes sociales.

## **Taller N°5**



## **Definición de comunicación ofensiva**

Parafraseando a Tustón (2016), se presenta principalmente en los hogares disfuncionales, que no existe confianza con sus hijos por lo cual los tratan con humillaciones con palabras de desprecio ante los miembros de la familia. En estas familias existen muchos conflictos, celos, malas reacciones y culpas e incluso llegan a tener violencia familiar no cuentan con un sistema familiar donde se mantenga el respeto y la confianza.

## **La importancia del respeto en familia**

El respeto en la familia implica la práctica de valores constructivos en el hogar, lo que se traduce en la generación de un núcleo sólido que dará herramientas a las personas para relacionarse de forma positiva y solidaria con su entorno (Rodríguez, 2019).

## **Características del respeto familiar**

Fomentar el respeto dentro de la familia es fundamental debido a que, por ser esta el núcleo primigenio de educación social, es en esta donde comienza la formación tanto individual como social del individuo. La dinámica familiar debe garantizar que realmente se aprenda a valorar el respeto como base de las relaciones sociales (Rodríguez, 2019).

## **Estructura y comunicación abierta**

Se refiere a que en la familia exista una estructura clara de funcionamiento. Deben establecerse clara y abiertamente las normas por las cuales se deben regir el comportamiento y la operatividad familiar, y dichas normas deben ser conversadas en reuniones familiares (Rodríguez, 2019).

De esta manera, lo que se emprenda, organice y se lleve a cabo puede estar relativamente previsto para todos sus integrantes.

Así mismo, es importante mantener cierta flexibilidad y crear un ambiente de afecto profundo y sincero, que promueva la libertad y espontaneidad necesarias para expresarse honestamente, Tomando en cuenta al diálogo como principal medio para expresar lo que cada uno piensa (Rodríguez, 2019).

## **Confianza**

La confianza es fundamental en todo ámbito individual y social. La confianza sirve incluso como el punto del cual partir para decidir si una acción o establecimiento de normas es adecuado o no.

En este sentido, la confianza se equiparará con la seguridad que puede expresarse y sentirse con respecto a sí mismo y con respecto a otros.

Si está presente este nivel mínimo de seguridad entre los miembros del grupo familiar, entonces existe la certeza de que se puede contar con el otro. En principio, esto es básico para que se pongan en marcha la mayoría de los procesos dentro del seno de la familia (Rodríguez, 2019).

## **Inclusión**

Este aspecto se refiere no solo a la consideración de la diversidad en sentido declarativo, pues la inclusión también se evidencia en la forma en la que se escogen las decisiones. Habrá verdadera inclusión cuando se tomen en cuenta las diferencias, las opiniones divergentes y los diferentes argumentos, se consideren las diferencias de género, de creencias y de puntos de vista y, además, se apoyen desde el vínculo primario afectuoso (Rodríguez, 2019).

### **Señales de falta de respeto en la familia**

- Se toman decisiones sin estar incluidos los interesados en el proceso.
- Presencia de burlas, comentarios descalificativos y/o nombres ridiculizantes para mencionar o llamar a alguno de los miembros de la familia, internamente o con otras personas ajenas al círculo familiar
- Se permite que entre los miembros de la familia se traten con golpes, así comiencen en forma de broma, o se agredan física y emocionalmente. Esto generalmente va en aumento en vez de revertirse.
- El padre o la madre no tienen posibilidad alguna de controlar, supervisar y mucho menos evitar que los hijos realicen actividades que no son beneficiosos para ellos.

(Rodríguez, 2019).

### **Como se puede ayudar para evitar la comunicación familiar**

- Dejarles que se expliquen.
- Evitar el autoritarismo; de vez en cuando ellos también pueden decir que no.
- Evitar contradicciones entre lo que decimos y lo que expresamos mediante el lenguaje no verbal (gestos, tono de voz, etc.).

### **Taller N°6**



### **Falta de control personal en el uso de las redes sociales**

Está relacionado a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.

### **Limites que pueden implementar los padres**

Los adolescentes tienden a querer compartir información con sus amigos y contactos. Un perfil en un sitio web de red social es como una ventana hacia sus vidas. Deben comprender que necesitan proteger su privacidad y su reputación con diligencia (Casa, s.f.).

- Se debe reducir tiempo de uso de redes sociales y de objetos tecnológicos a una o dos horas por día.
- Hay que definir espacios libres para utilizar los aparatos electrónicos.

- Brindar información sobre el uso de las redes sociales sus beneficios y consecuencias.
- Realizar una lista de reglas con los sitios que puede acceder, el tiempo y los contenidos que puede acceder).
- Se debe ubicar las computadoras en lugares comunes como en las salas.
- Realizar un control de los historiales de las páginas que visita en el computador.
- Por las noches al momento de descansar se debe desconectar el WI FI y dejar los celulares fuera de los dormitorios.
- Siempre estar alerta si en caso se da una variación en sus comportamiento físico, emocional, cognitivo y social del adolescente.
- Aconseja a tus hijos que tengan cuidado con las personas que no conocen y que desean unirse a su red: estos “amigos” podrían ser pederastas o acosadores cibernéticos que quieren hacerles daño.
- Enseñar los riesgos y peligros que implica el hecho de compartir contraseñas, números de teléfono, direcciones y otros tipos de información personal, incluso con sus mejores amigos.
- Explicar a los hijos que no pueden reunirse personalmente con individuos que hayan conocido online.

### **Pautas para el manejo de las redes sociales**

Cuando un padre de familia respeta las edades de aproximación a la tecnología de sus hijos, los acompaña en el uso de las mismas y establece conversaciones con ellos sobre su vida cibernética, estará ayudándoles a desarrollar una autonomía digital que les enseñará a navegar solos, a distinguir contenidos veraces de contenidos falsos y a entender que, en efecto, las redes ofrecen una nueva forma de relacionamiento. Para eso, los adultos deben tener claro que desde que ponen en las manos de sus hijos el primer dispositivo tecnológico asumen la responsabilidad de acompañarlos en el uso de las redes (Semana, 2018).

#### ***Acompañamiento***

Es importante construir una relación con el hijo desde que nace y esta relación se debe favorecer a través de la presencia física. “De esta manera en la adolescencia habrá un camino avanzado y los padres podrán intervenir de la mejor manera posible porque conocerá a sus hijos” (Algarra, como se citó en Semana 2018).

#### ***Mantener abierta la comunicación***

La comunicación es clave y dejar canales de comunicación abiertos puede prevenir que los niños se encuentren con una amenaza a su seguridad en línea. Cuando estos canales se construyen desde que los niños son pequeños, se les está enseñando a contar con un

adulto de confianza cuando algo los haga sentir tristes o incómodos (Semana, 2018). “Cuando un niño tiene esto claro desde la temprana edad va a ser más fácil que durante su pre adolescencia o adolescencia tenga la confianza de contar sus cosas porque aprendieron que cuando se abren con sus papás o con un adulto que los quiere no van a ser juzgados, sino que serán apoyados” (Quintero, como se citó en Semana, 2018).

### ***No espiar el celular ni las redes***

El acompañamiento se debe hacer de frente al adolescente y sin espiarle, es decir, fisgonear en sus redes sin su consentimiento no es aconsejable pues con ese comportamiento le está enseñando que cualquier cosa vale cuando quiero conseguir algo (Quintero, como se citó en Semana, 2018). Cuando un padre hackea las redes de sus hijos sin su consentimiento, “ellos crean maneras de ocultar las cosas. La confianza se termina de destruir y eso deja a los niños sin protección”. Dice que en estas circunstancias ellos tomarán medidas, como, por ejemplo, crear perfiles de los que los papás no tienen conocimiento. Al revisar sin consentimiento sus redes ellos sentirán una violación a su intimidad y ocultarán aún más su vida cibernética (Rivera, como se citó en Semana, 2018).

### ***Conozca la tecnología y las redes***

Si los padres de familia conocen las redes y su funcionamiento será más fácil guiar a sus hijos en el uso de las mismas. Es importante que los padres se adelanten en este tema a ellos y las entiendan para poder orientar una discusión crítica frente a las redes sociales (Semana, 2018).

## **¿Cómo debemos educar en el uso de Redes Sociales?**

### ***Educación en valores***

Del mismo modo que les educamos en otras materias, a día de hoy la educación digital debe integrarse en su formación y no debe diferir con respecto a otras reglas de comportamiento. Con esto nos referimos a que en redes sociales deben mantener el mismo respeto y educación que mantendrían en cualquier otro ámbito. Muchas veces creen que pueden esconderse tras el ‘anonimato’ que les brinda el mundo virtual y no es así. Sus actos siempre tienen consecuencias por lo que sus acciones y las decisiones que tomen serán responsabilidad suya. En este sentido, otro aspecto que debemos tener en consideración es el nivel de madurez y las capacidades de cada niño a la hora de permitirles el acceso a redes sociales, juegos online o a cualquier otro tipo de actividad en la red (British School of Valencia, 2017).

### ***Fijar unos límites***

Como en todo, es necesario establecer unas reglas, es buena idea crear una especie de horario para el uso de redes sociales y los límites los deben marcar vosotros como padres. Es importante mantener un equilibrio. Poder crear espacios libres de tecnología durante la comida, la cena o cualquier otro momento del día que podáis compartir haciendo cosas juntos.

Tiene que hacerles ver que además de las tablets y los smartphones hay cosas que hacer en familia, momentos para hablar y compartir experiencias y que descubran por sí mismos que esto puede llegar a ser más interesante, divertido y enriquecedor que pasar el día conectado a un dispositivo (British School of Valencia, 2017).

### Taller N°7



#### **Definición de comunicación evitativa**

Se refiere a familias que tienen una baja tolerancia ante algún conflicto en donde tiene la forma de evitar cualquier conflicto, muchas de las veces buscan evadir una responsabilidad utilizando dobles mensajes para no dar una respuesta adecuada a lo que están preguntando utilizando frases de negación como dejamos esta conversación para otra oportunidad porque no tengo tiempo evitando las reuniones es cuando existan conflictos nos resueltos de tal manera estas dificultades afectan más en otros vínculos familiares (Gualán, 2014).

Los estilos de comunicación es el modo de como las personas intercambian información facilitando las relaciones con los demás peor existirán otros que dificulten la comunicación.

Referente a lo descrito se entreve que la comunicación se va destruyendo al no escuchas ni comprender los motivos de los demás o muchas veces se dan las acusaciones y amenazas al expresar un punto de vista por lo tanto si no se expresan pensamientos o sentimientos de manera adecuada, esto vendría ser barreras que no permiten un buen proceso de comunicación.

#### **¿Cómo hacer una buena escucha activa?**

Según lo posteado por Mentalízate (2015), seguir las siguientes pautas ayudan a mejorar la comunicación.

- Presta toda tu atención a la persona que habla, y dale claras muestras de ello: mírale frecuentemente a los ojos, asiente mediante gestos y expresiones verbales.
- Repite los puntos clave de aquello que te cuente y que parezca tener importancia para él, para darle a entender que le vas comprendiendo.
- No lo interrumpas salvo para mostrar que atiendes y para pedir aclaración si no entiendes.



## Factores que pueden interferir en nuestra capacidad de escucha

- **Hábitos no verbales:** desviar la mirada, movernos demasiado o muy poco, apoyar la cabeza en las manos, descuidar nuestra postura, perder el equilibrio y la simetría del cuerpo, cubrirte demasiado tiempo el pecho o el vientre con los brazos, ocultar las manos, no respetar el espacio territorial del otro (Aprendiendo a comunicarnos).
- **Actitudes impulsivas:** hacer evaluaciones o emitir juicios críticos, dar consejos sin que te los pidan, tratar de contar nuestro caso o una historia mejor que la que nos cuentan, preguntar selectivamente curioseando, disparar porqués, interpretar retorcidamente las intenciones del otro (Aprendiendo a comunicarnos).

## ¿Cómo puedo comunicarme con mi hijo adolescente?

La comunicación es fundamental para mejorar nuestra calidad de vida, expresar nuestras emociones nuestras ideas o solucionar problemas.

- **La comunicación entre padre e hijos es un proceso que lleva su tiempo:** De la noche a la mañana no se consigue nada, es decir, hay que ser pacientes. Las oportunidades para comunicarte y conocer cuáles son los temores y alegrías de tu hijo no vienen vendrán solas (Vega, 2018).
- **La comunicación es un proceso de doble vía:** Hablar es tan importante, pero sin duda alguna lo primordial es saber escuchar. Es mejor no ser el protagonista en la conversación. Es importante ceder el turno de palabra para poder intercambiar ideas, pensamientos y emociones (Vega, 2018).
- **Cuando hablemos con nuestros hijos, no todo lo que escucharemos, será de nuestro agrado:** Es necesario tener una actitud emocional abierta. Recuerda que una buena comunicación padre-hijo permitirá al adolescente tomar decisiones apropiadas y ante la equivocación, tendrá la oportunidad de responsabilizarse de las implicaciones de una decisión inadecuada (Vega, 2018).

## Errores en la comunicación entre padres e hijos adolescentes

Los errores que más se producen entre la comunicación padre-hijo días tras día y sobre los cuales podemos actuar para evitarlos son los siguientes:

1. **Generalizar:** “Tú siempre...”, “Tú nunca...”. El problema es la actitud de los padres hacia los hijos. El reproche al hijo por conducta o comportamiento está a la orden del día. Como, por ejemplo:” Nunca me ayudas”, “No pones atención cuando te explico algo” o “siempre gritas” etcétera.
2. **El uso de la crítica y el calificar negativamente como gran aliada:** “Eres un desagradecido”, “No sabes hacer nada”, “Eres un inconsciente”.
3. **Gritar como arma:** con la que sentirse superior sobre su hijo, sin darse cuenta que son el modelo que los hijos tiene para crecer.

4. **Maltratar:** Culpar, insultar, avergonzar, reprochar en casa o en la calle sin importa en dónde o con quién está el adolescente.
5. **Pensar en otra cosa mientras nuestro hijo nos habla:** Cuando nuestros hijos nos cuentan sus problemas y nosotros solo estamos pensando en nuestras preocupaciones del trabajo, de la casa, la hipoteca.

### **Consejos prácticos para mejorar la comunicación entre padres e hijos adolescentes**

Según Vega (2018), lo más práctico es:

- **Escucha lo que dice tu hijo o hija, déjale terminar:** Dejar que tu hijo hable, que diga lo que piensa o siente. Si lo interrumpes constante porque “ya sé lo que me va a decir, yo también he sido adolescente”, nunca sabrás cómo se siente.
- **Tranquilidad ante todo ¡Controla tus impulsos!:** Puede ocurrir que te cuente que ha hecho cosas que no te gustan. Evita los gritos y `por supuesto las amenazas, pues no sirven para nada. Cuando estés más tranquilo habla con él y explícale qué es lo que no te ha gustado de su conducta y por qué no ha actuado bien.
- **No juzgues. Es lo peor que puedes hacer:** Si te dedicas a castigarle por su conducta de forma constante estás poniendo una barrera entre tu hijo y tú. Utiliza frases para que vea que tú no eres juez de nadie: “Ahora mismo estás muy enfadado y lo entiendo, pero si no me gritases sería mejor. Cuando te calmes podremos seguir hablando”.
- **Dale importancia a lo que te dice:** A veces los padres no ven el mundo como lo ve un adolescente. Lo que para los padres es una tontería puede que para un adolescente es todo un mundo. Como padres el pensamiento que suelen tener acerca de una preocupación de su hijo adolescente es: “no son más que tonterías, cuando sea grande se dará cuenta de que no es para tanto...”. Si cuenta contigo para hablar de sus cosas, dale la importancia que se merece. Tu hijo está teniendo el valor de contarte algo que para él lo es todo. Respeta su preocupación.
- **¡Ya no es un niño!:** Lo más importante y lo que más les cuesta a los padres de aceptar. Tu hijo está creciendo y se está convirtiendo en adulto. Si lo tratas como tu niño pequeño se sentirá avergonzado, y sobre todo delante de sus amigos y amigas. ¡Ten cuidado con esto!

## Taller N°8



### **Uso excesivo de las redes sociales**

Cuando los niños y adolescentes navegan por internet están expuestos a una serie de riesgos sobre los cuales los padres de familia no tienen un control directo. Los riesgos son varios y están asociados tanto a los contenidos que puedan encontrar, ya sean de carácter pornográfico, abuso sexual infantil o publicaciones que promueven las autolesiones, como también a los contactos que establezcan en línea. Como ellos a veces no saben realmente quien está al otro lado de la pantalla, pueden ser víctimas de grooming, sextorsión, ciberacoso y sexting, que son modalidades de chantaje, robo o acoso sexual (Semana, 2018).

### **Consecuencias del uso desmedido de las redes sociales**

#### ***Ámbito familiar***

Cuando el individuo finalmente se convierte en un internauta dependiente de estas redes sociales, comienzan a surgir problemas comunicacionales con las personas próximas y los familiares, situación que genera desequilibrios en el núcleo familiar dado que el diálogo es la base de la comunicación, tomando en cuenta que los integrantes de un hogar deben intercambiar opiniones y manifestar preocupaciones o sensaciones que reclaman una solución para llevar una vida sana y armónica en conjunto (Semana, 2018).

Pero lamentablemente, las personas adictas a las redes sociales generan distancias dentro del propio hogar, puesto que el individuo asume una conducta aislada, asocial y desconectada de la realidad que le rodea, por consiguiente, el hogar comenzará a manifestar desequilibrios y problemas (Semana, 2018).

#### ***Ámbito Social***

Los jóvenes dejan a un lado la comunicación directa, esto quiere decir que todo intercambio de ideas o pensamientos los manifiestan a través de una computadora o un teléfono móvil. Desde el punto de vista personal y social, también dejan a un lado sus propias actividades recreativas y de entretenimiento como: el deporte, las fiestas o las reuniones, solo por querer mantenerse conectado en las redes sociales, esta situación podría generar severos trastornos de sueño (Semana, 2018).

## **La Seguridad**

Los secuestros de datos han sido uno de los principales problemas a los que se han tenido que enfrentar muchos jóvenes como resultado de la información que se comparte en las redes sociales con personas desconocidas, o individuos que asumen una identidad falsa para cometer delitos (Semana, 2018).

Naturalmente, a los jóvenes les cuesta establecer límites o pensar en las consecuencias que pueden generar algunas acciones, es por ello que la mayoría aceptan solicitudes o invitaciones de individuos que no conocen solo por el deseo de pertenecer a la red social y poder agradar a otras personas, de hecho, muchos jóvenes mienten con relación a la fecha de su nacimiento para poder ingresar en una red social (Semana, 2018).

### ***Accidentes Automovilísticos***

Esta es una de las consecuencias más graves, puesto que los adolescentes o adultos jóvenes con licencia de conducir, contestan mensajes a través de las redes sociales mientras están al volante, ignorando las señales de tránsito o dejando pasar cualquier imprevisto que surja en el camino (Semana, 2018).

### **Riesgos de la adicción del uso de las redes sociales**

Un individuo con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil y con unas relaciones sociales pobres corre un gran riesgo de hacerse adicto si cuenta con un hábito de recompensas inmediatas, tiene el objeto de la adicción a mano, se siente presionado por el grupo y está sometido a circunstancias de estrés (fracaso escolar, frustraciones afectivas o competitividad) o de vacío existencial (aislamiento social o falta de objetivos). De este modo, más que de perfil de adicto a las nuevas tecnologías, hay que hablar de persona propensa a sufrir adicciones (Echeburúa & de Corral, 2010).

### ***Ciberacoso o Cyberbullying***

Es una nueva forma de agredir psicológicamente a una persona, usando un celular, una videocámara o un portal web, ponen a disposición de personas con pocos escrúpulos, un método anónimo de contacto con muchas personas, ideal para el engaño, el abuso, la intromisión en vidas privadas, la obtención de dinero, acoso sexual y un sin fin de intenciones inadecuadas a la que los usuarios están propensos.

Según la UNICEF (s.f.), el ciberacoso puede presentar múltiples formas como el envío de mensajes insultantes groseros o amenazantes, la difusión de rumores, la revelación de información personal o la exclusión de la comunicación en línea. Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas. Por ejemplo:

- Difundir mentiras o publicar fotografías vergonzosas de alguien en las redes sociales.
- Enviar mensajes hirientes o amenazas a través de las plataformas de mensajería.

- Hacerse pasar por otra persona y enviar mensajes agresivos en nombre de dicha persona.

### ***Ciberadicción***

Internet constituye una tecnología que ha impactado especialmente a las personas jóvenes y les ha proporcionado muchos beneficios. Pero algunas personas llegan a estar obsesionadas, se muestran incapaces de controlar su uso y pueden poner en peligro su trabajo y sus relaciones. El uso y abuso de Internet están relacionados con variables psicosociales, tales como la vulnerabilidad psicológica, los factores estresantes y el apoyo familiar y social (Echeburúa & de Corral, 2010).

Para los usuarios que disfrutan que otras personas los admire, encontraron en las redes sociales la mejor herramienta para alimentar su ego; estas personas también son propensas a caer en la adicción. El número de amigos, respuestas a las publicaciones, número de visitas, posición en el ranking de los más visitados, etcétera, se muestran para ellos como indicadores de popularidad (Jadán, 2016 como se citó en Coello, 2018 p. 17).

Por otra parte, es importante mencionar las horas que un usuario dedica a esta actividad puede dar algunas pautas; la persona que está acostumbrada a entrar a internet, por lo general, puede dedicarle una hora diaria al inicio, pero cuando es atrapado pierde el control y la noción del tiempo, entonces es un indicador de riesgo.

### ***Acceso a contenidos inadecuados***

Todos los adolescentes pueden acceder a páginas con contenidos ilícitos de violencia, de pornografía, de grupos sectarios, de apología de la violencia, entre otros. De la misma forma estos usuarios también los niños y jóvenes reciben continuamente spam o anuncios y páginas publicitarias por las que se puede acceder a casinos online, juegos de pago, tiendas virtuales, etc. Ante estas tentaciones, es fácil que muchos jóvenes, sobre todo los que tienen problemas de adaptación social, se pueden dejar arrastrar por el juego, las compras impulsivas, el consumo ilegal de medicamentos o por cualquier otra de las tentaciones ilícitas, inmorales o inconvenientes que reciben a través de la red, el acceso a contenidos inadecuados muchas de las veces se dan por la falta de control o no existen normas al momento de utilizarlas (Garcés & Ramos, s.f.).

### ***Suplantación de identidad***

Es un gran problema porque muchas personas ponen en sus perfiles datos personales, fotografías de sus amigos o familias, lugares en que han estado, gustos personales, etc., esto hace que cualquier otro usuario acceda a este tipo de información y la manipule. Así, por ejemplo, una persona desconocida podría acceder al correo electrónico y utilizar las fotografías para crear nuevos perfiles originando suplantación de identidad.

## **Grooming**

El grooming es el acoso ejercido por un adulto hacia un menor y se refiere a las acciones realizadas deliberadamente para establecer una relación y un control emocional sobre él con el fin de preparar el terreno para un abuso sexual (González & Nerea, 2017).

Según Vicente Jiménez (2011) (como se citó en González & Nerea, 2017), en su desarrollo se pueden diferenciar distintas fases:

- **Inicio de la fase de amistad:** toma de contacto en el que el adulto indaga sobre los gustos y preferencias del menor, establece contacto con él y va ganándose su confianza.
- **Inicio de la fase de relación:** se consolida la confianza mediante confesiones personales.
- **Componente sexual:** petición a los menores de participación en actos de naturaleza sexual; grabación de imágenes o vídeos, principalmente. (p.14)

## **Sexting**

Según Pérez (2011) (como se citó en González & Nerea, 2017), sexting es una palabra de origen inglés que une “sex” (sexo) y “texting” (envío de mensajes de texto desde teléfonos móviles). En una primera instancia el sentido original se limitaba al envío de textos, pero el desarrollo de los teléfonos móviles ha llevado a que en la actualidad este término se aplique al envío, principalmente desde el teléfono móvil, de fotografías y vídeos con contenido de cierto nivel sexual, llevadas a cabo estas por el/la protagonista de las mismas.

## Taller 1



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller I:** La comunicación Familiar

**Tema:** Aprendiendo sobre la comunicación familiar

**Objetivo:** Generar espacios de reflexión sobre importancia de tener una buena comunicación familiar que beneficiará a cada uno de los integrantes de su familia.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
10 minutos	Inauguración del seminario taller Bienvenida	Bienvenida y saludo. Entrega de un tríptico donde se abordarán los temas del seminario taller ( <i>materiales</i> )	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Pelota pequeña Diapositivas. Computadora Fichas
5 minutos	Dinámica de presentación: Pasarse la pelota	Los participantes deben formar un círculo, y en un primer momento cada miembro del grupo, por turnos, va diciendo al resto su nombre. Tras ello, se coge una pelota que los integrantes del grupo deberán ir pasándose. Quien recibe la pelota deberá decir el nombre de quién se la ha pasado antes de lanzarla a otra persona, que deberá hacer lo mismo.		
20 minutos	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición de la comunicación Familiar</li> <li>• Tipos de comunicación familiar                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• La comunicación positiva</li> <li>• La comunicación negativa</li> </ul> </li> <li>• La importancia de una buena comunicación entre padres y adolescentes</li> <li>• Cualidades y características <b>de la comunicación</b></li> </ul>		
15 minutos	Estrategia informativa – Video “Cómo Mejorar la Comunicación Familiar”	La encargada presentará un video sobre la importancia de mantener buena comunicación en la familia lo cual permitirá reflexionar y debatir sobre los puntos que trata el video. <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=DJRoWqzQ6WQ">https://www.youtube.com/watch?v=DJRoWqzQ6WQ</a>		
10 minutos	Actividad evaluativa ¿Qué necesitamos para cuidar la comunicación?	Se formará 6 grupos (5 de 3 integrantes y 1 de 4 integrantes) y se entregará la ficha 1 y 2 explicando el procedimiento ( <i>materiales</i> )		

**Bibliografía:**

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/20698/2/COMUNICACION%20FAMILIAR%20Y%20ASERTIVIDAD%20-%20copia.pdf>

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21293/1/Tesis%2012%20listo%20Imprimir.pdf>

## Taller 2



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller II:** El uso de las redes sociales

**Tema:** Conociendo sobre el uso de las redes sociales

**Objetivo:** Informar a los padres y estudiantes sobre el uso de las redes sociales para que moderen su tiempo dedicado a estos medios sociales.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
10 min.	Dinámica "El Lazarillo"	El grupo se divide por parejas. Una de las personas se venda los ojos y actúa como ciego, la otra será su lazarillo. Cuando todos estén preparados, esperando la señal del orientador, el lazarillo se desplazará por el salón guiando al ciego por unos minutos, luego invertir los papeles. Terminada la experiencia se hace una retroalimentación a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron interpretando al ciego? ¿Cómo se sintieron en el papel de lazarillos? ¿En qué ocasiones los padres son ciegos y lazarillos respecto a sus hijos?	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Diapositivas. Computadora Ficha Vendas
10 min.	Presentación del video sobre el uso de las redes sociales	Presentación del video sobre el uso de las redes sociales "Cuanto sabes de tu familia" es una reflexión de lo que está pasando con las redes sociales, una vez finalizado el video se pedirá opiniones de lo que pudieron visualizar y escuchar. <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=S3d0DDNW-8s">https://www.youtube.com/watch?v=S3d0DDNW-8s</a>		
30 min.	Exposición de contenidos	<b>Definición de las redes sociales</b> <b>Descripción de las principales redes sociales</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Instagram</li> <li>• Youtube</li> <li>• WhatsApp</li> </ul> <b>Ventajas y desventajas de las redes sociales</b>		
10 minutos	Ficha evaluativa	Se agradecerá por la participación de los padres de familia y se aplicará la ficha evaluativa ( <i>materiales</i> )		

### Bibliografía

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3659/1/10335.PDF>    <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/16399/1/Tesis.pdf>  
<https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo>  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13786/1/TESIS%20ROMULO%20GODOY.pdf>  
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/6893/Menores%20y%20redes%20sociales%20los%20riesgos%20de%20un%20mal%20uso.pdf?sequence=1>



### Taller 3



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 3:** Comunicación Abierta

**Tema:** Dialogando en Familia

**Objetivo:** Generar espacios de reflexión para desarrollar un ambiente familiar positivo existiendo confianza en la familia.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
15 min.	Dinámica “la canasta de frutas”	El animador invita a los presentes a sentarse formando un círculo con sillas, el número de sillas debe ser una menos con respecto al número de integrantes; designa a cada uno con el nombre de la fruta. Estos nombres los repite varias veces, asignando a la misma fruta a varias personas. Enseguida explica la forma de realizar el ejercicio: el animador empieza a relatar una historia (inventada); cada vez que se dice el nombre de una fruta, las personas que ha recibido ese nombre cambian de asiento (el que al iniciar el juego se quedó de pie intenta sentarse), pero si en el relato aparece la palabra "canasta", todos cambian de asiento. La persona que en cada cambio queda de pie se presenta. La dinámica se realiza varias veces, hasta que todos se hayan presentado.	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Sillas Diapositivas. Computadora
10min.	Video	Se visualizará un video sobre la reflexión de una comunicación abierta, luego se pedirá a cada padre que diga una frase que le pareció importante. Video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MfhGX77_3xA">https://www.youtube.com/watch?v=MfhGX77_3xA</a>		
20 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Definición de la comunicación abierta</b></li> <li>- <b>Características</b></li> <li>- <b>Razones por la que se pierde la confianza</b></li> <li>- <b>Cómo mejorar la confianza con los hijos</b></li> <li>- <b>Beneficios de tener una plena confianza entre padres e hijos</b></li> </ul>		
15 minutos	Actividad de refuerzo sobre “La cuchara que charla”	El encargado pedirá a los participantes que hagan un círculo lo cual van a rodear la mesa que se encuentra en el centro con la cuchara y un plato con tarjetas de preguntas, seguido se dará las indicaciones que la persona que tenga la cuchara; debe coger un papel que contiene un tema de conversación y empezar a dialogar, si en caso hay otra persona que quiere hablar sobre la misma temática tendrá que levantar la mano y pedir la cuchara para poder hablar.		

**Bibliografía**

- <https://cuentaconmigoahora.wordpress.com/2012/11/15/caracteristicas-de-la-comunicacion-abierta-en-la-familia/>  
<https://www.vix.com/es/imi/familia/5941/como-mejorar-la-confianza-entre-padres-e-hijos-adolescentes>  
<https://www.serpadres.es/3-6-anos/educacion-desarrollo/articulo/como-ganar-la-confianza-de-tus-hijos-131565603320>

#### Taller 4



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 4:** Obsesión por las redes sociales

**Tema:** Consecuencias del uso indebido de las redes sociales

**Objetivo:** Analizar las consecuencias que presentan los jóvenes por el uso obsesivo de las redes sociales.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Material es
10 min.	Dinámica "barberos"	Esta dinámica es para grupos grandes. Cada persona escribe en una hoja grande o papel oficio su nombre y algunos detalles de sí (edad, gustos, frases, etc.... lo que quieran). Se le coloca delante del pecho. Todos se pasean por la sala procurando relacionarse con los demás al leer lo escrito por el otro. Se coloca una música de fondo adecuada. Breve resonancia acerca de cómo ven al grupo ahora, quienes concordaron en nombre, gustos, etc.	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Tarjetas Diapositivas. Computadora Ficha
20 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Definición de obsesión por las redes sociales</b></li> <li>• <b>Síntomas que presentan con mayor frecuencia en los adictos a las redes sociales</b></li> <li>• <b>¿Por qué crean adicción las redes sociales?</b></li> <li>• <b>Perfil de una persona adicta a las redes sociales</b></li> </ul>		
25 min.	Dramatización	Se formará grupos para realizar una escenificación sobre cómo actúan frente a sus hijos en los momentos que están utilizando las redes sociales.		
5 min.	Ficha evaluativa	Se agradecerá por la participación de los padres de familia y se aplicará la ficha evaluativa ( <i>materiales</i> )		

#### Bibliografía

<https://www.psicologosmexicodf.com/psicologia/adiccion-redes-sociales-en-jovenes/#:~:text=La%20adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales%20es%20una%20conducta%20adictiva,de%20%C3%BAltima%20generaci%C3%B3n%20que%20ya>  
<https://www.psicologosmexicodf.com/psicologia/adiccion-redes-sociales-en-jovenes/>

## Taller 5



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 5:** Comunicación ofensiva

**Tema:** Siempre hay una forma de decir bien las cosas

**Objetivo:** Aprender a usar formas correctas de comunicación para resolver los conflictos de manera adecuada.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
10 min.	Dinámica "Confidencia"	El animador entrega el material de trabajo y explica la forma de realizar el ejercicio. Se divide la hoja de papel. En el <b>lado derecho</b> se anota como título: <i>el momento más feliz</i> e en el <b>lado izquierdo</b> : <i>el momento más triste</i> . Cada persona anota en su hoja el momento más feliz y el más triste de su vida. <b>Plenario:</b> <i>las personas dan a conocer sus respuestas</i> . Primero comentan el momento más triste. Para seguir cierto orden, se participa de izquierda a derecha del animador.	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Papel bon Lapiceros Diapositivas. Computadora Ficha
25 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Definición de la comunicación ofensiva</b></li> <li>- <b>Como se puede ayudar para evitar la comunicación familiar</b></li> <li>- <b>La importancia del respeto en familia</b></li> <li>- <b>Características del respeto familiar</b></li> <li>- <b>Señales de falta de respeto en la familia</b></li> </ul>		
10 min.	Video	Visualizar el video sobre Establecer límites y reglas en la familia <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=XXREn4eFGk">https://www.youtube.com/watch?v=XXREn4eFGk</a>		
15 min	Estrategia vivencial (juego de papeles)	Se forma grupos y se dará las indicaciones; se presentará situaciones en la que se plantea la necesidad de usar formas correctas de comunicación o se resuelve un conflicto de forma adecuada. Ensayan las distintas formas de reaccionar (pasiva, agresiva, asertiva). ( <i>materiales</i> )		

### Bibliografía

<https://www.grupo-sm.com/es/content/como-mejorar-la-comunicacion-dentro-de-la-familia>

<https://www.lifeder.com/respeto-en-la-familia/>

## Taller 6



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 6:** Falta de control personal en el uso de las redes sociales

**Tema:** Estableciendo límites para el uso de las redes sociales

**Objetivo:** Concientizar a los padres y estudiantes sobre el tiempo de uso de las redes sociales, actividades de estudio y actividades de casa

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
10 min.	Presentación de un video	Se realizará una reflexión sobre “el mal uso de la tecnología” una vez finalizada se pedirá compartir los puntos de vista sobre lo que se pudo observar. <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=lyOoHtyyI0U">https://www.youtube.com/watch?v=lyOoHtyyI0U</a>	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Papel bon Lapiceros Diapositivas. Computadora Ficha
25 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Definición de la falta de control personal en el uso de las redes sociales</li> <li>✓ Límites que pueden implementar los padres</li> <li>✓ Pautas para el manejo de las redes sociales</li> <li>✓ ¿Cómo debemos educar en el uso de Redes Sociales?</li> </ul>		
20 min.	Técnica: Calendario “Organizando mi tiempo”	Se va a dar las indicaciones de cómo realizar un calendario sobre el tiempo de uso de las redes sociales, actividades de estudio y actividades de casa se da un espacio de reflexión para que los padres den su opinión acerca de la enseñanza que les dejó ese calendario.		
5 min.	Ficha evaluativa	Se agradecerá por la participación de los padres de familia y se aplicará la ficha evaluativa ( <i>materiales</i> )		

### Bibliografía

<https://nuestroshijos.do/formacion/educando-en-casa/establece-limites-en-el-uso-de-internet-de-tus-hijos/>  
<https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/redes-sociales-seis-pautas-para-el-manejo-de-los-hijos/592483/>  
<https://www.bsvalencia.com/blog/como-debemos-educar-en-el-uso-de-redes-sociales/>

## Taller 7



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 7:** Comunicación evitativa

**Tema:** ¿Estás escuchando?

**Objetivo:** Aprender a hacer una buena escucha activa, experimentando distintas formas de escuchar unas que entorpecen y otras que favorecen la comunicación.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
15 min.	Presentación de un video	Se presentará el video de reflexión “el padre que no tenía tiempo” y pedir que enseñanza les dejó. <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hiUJ1zsRKOo">https://www.youtube.com/watch?v=hiUJ1zsRKOo</a>	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Diapositivas. Computadora Fichas Lectura
25 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición de la comunicación evitativa</li> <li>- ¿Cómo hacer una buena escucha activa?</li> <li>- Factores que pueden interferir en nuestra capacidad de escucha</li> <li>- ¿Cómo puedo comunicarme con mi hijo adolescente?</li> <li>- Errores en la comunicación entre padres e hijos adolescentes</li> <li>- Consejos prácticos para mejorar la comunicación entre padres e hijos adolescentes</li> </ul>		
20 min.	Técnica: El cuento de la sopa y los problemas de comunicación	El coordinado leerá el cuento la finalidad del cuento es de darse cuenta que muchas personas se empeñan en que las entiendan con indirectas, sin ir al grano, dando rodeos, pretenden que otros adivinen por qué dicen, hacen o piensan de determinada manera. Lo cual hace que la comunicación se torne muy dificultosa, cuando todo puede ser mucho más sencillo. Las demás personas no son iguales que nosotros, ni están en nuestra mente y muchas veces no entienden, por muy aparente que así sea, por qué actuamos de determinada manera ( <i>materiales</i> )		

### Bibliografía

[https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6\\_1.pdf](https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf)

<https://blog.cognifit.com/es/comunicacion-padres-hijos-adolescentes->

[guia/#:~:text=La%20comunicaci%C3%B3n%20es%20fundamental%20para,hijos%20o%20sus%20constantes%20provocaciones.](#)

<https://lamenteesmaravillosa.com/el-cuento-de-la-sopa-y-los-problemas-de-comunicacion/>

## Taller 8



**Universidad Nacional de Loja**  
**Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación**  
**Carrera Psicología Educativa y Orientación**

**Taller 8:** Uso excesivo de las redes sociales

**Tema:** Peligros de las redes sociales

**Objetivo:** Informar sobre los peligros que están expuestos los adolescentes por el uso excesivo de las redes sociales.

**Tiempo:** 60 minutos

Duración	Actividad	Descripción	Evaluación	Materiales
15 min.	Presentación de un video	Se proyectará el video de los peligros en redes sociales para niños niñas adolescentes: grooming cyberbullying ciberacoso sexting, a continuación, se preguntará ¿ustedes conocían los peligros de las redes sociales? <b>Video:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G8icivXnmk">https://www.youtube.com/watch?v=G8icivXnmk</a>	Ficha de evaluación ( <i>materiales</i> )	Diapositivas. Computadora Fichas
35 min.	Exposición de Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso excesivo de las redes sociales</li> <li>- Consecuencias del uso desmedido de las redes sociales</li> <li>- Riesgos de la adicción del uso de las redes sociales</li> <li>🚩 Ciberacoso o Cyberbullying</li> <li>🚩 Ciberadicción</li> <li>🚩 Acceso a contenidos inadecuados</li> <li>🚩 Suplantación de identidad</li> <li>🚩 Grooming</li> <li>🚩 Sexting</li> </ul>		
10 min.	Ficha evaluativa	Se evaluará y se dará las gracias por participar en el seminario taller, se procederá a entregar un certificado ( <i>materiales</i> )		

### Bibliografía

<https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/redes-sociales-seis-pautas-para-el-manejo-de-los-hijos/592483/>

<https://www.psicologosmexicodf.com/psicologia/adiccion-redes-sociales-en-jovenes/#:~:text=La%20adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales%20es%20una%20conducta%20adictiva,de%20%C3%BAltima%20generaci%C3%B3n%20que%20ya>

<https://noticias.unad.edu.co/index.php/gjdt/2444-los-riesgos-en-redes-sociales>

## MATERIALES

### Taller 1

#### Actividad de reforzamiento

La persona encargada manifestará a los miembros del grupo que la supervisión parental no puede llevarse a cabo si no se dan las condiciones necesarias para que aquella “crezca”, siguiendo el símil de la planta, de manera efectiva. Para ello, es necesario plantar la flor en buena tierra, abonarla frecuentemente, darle la luz apropiada, regarla, incluso “hablarla”.

Para trabajar esta actividad disponemos de la **Ficha 1** “Plantamos y cuidamos la flor”. En ella podemos observar cinco imágenes con forma de cartas. La primera, con la tierra para plantar la flor; la segunda con el abono; la tercera con los rayos del sol; la cuarta con una regadera con el agua para regar la flor, y la quinta, que muestra a una persona hablando con la planta. Todas las cartas tienen en el dorso unas líneas para escribir. Cada uno de los cinco grupos escogerá una carta. Cada una de éstas representa uno de los elementos básicos de la comunicación: el agua (disponibilidad: estoy cada vez que me necesiten); la luz (confianza: les genero seguridad para comunicarse conmigo); la tierra (accesibilidad: estoy para ellos); el abono (reconocimiento: valorarlos); hablar con la planta (afecto: les muestro cariño). Cada grupo trabajará los conceptos y pondrá ejemplos de cada elemento. Es decir, cuándo se está disponible o no, cuándo se es accesible, cuándo se genera confianza, cuándo se valora a los hijos y cuándo se les muestra afecto o cariño. Para finalizar este ejercicio, se realiza una puesta en común, en la que cada grupo expone sus conclusiones. Finalmente, la persona dinamizadora facilitará a los miembros del grupo la **Ficha 2**: Mis condiciones para la comunicación. En ella aparecen los elementos en diferentes proporciones: poca o mucha tierra; sin abono, con poco o con mucho; lugar oscuro, un poco claro o muy claro; una regadera, con poca, alguna o mucha agua saliendo de ella; y por último una persona que habla o no a la planta. Cada miembro del grupo tiene que escoger una opción para describir cómo son las condiciones o actitudes que favorecen o no la comunicación con sus hijos. Al lado de cada una de ellas deberá explicitar qué cree que debe hacer para mejorar esas condiciones.

Ficha 1





# Mis condiciones para la comunicación

			¿Qué hacer para mejorar las condiciones?
<p>Agua: Disponibilidad</p> 			
<p>Luz: Confianza</p> 			
<p>Tierra: Accesibilidad</p> 			
<p>Abono: Reconocimiento</p> 			
<p>Hablar con afecto: Afecto</p> 			

### Ficha evaluativa para los talleres

Marcar con un (x) en el casillero según las puntuaciones establecidas.

#### Puntuaciones

1= Satisfactorio

2= Bueno

3= Parcialmente

4= Regular

5= Nada

Aspectos a evaluar	1	2	3	4	5
La propuesta mejora los problemas existentes					
Considera que el desarrollo de las actividades ayuda al proceso de acercamiento de los padres y sus hijos.					
La facilitadora del taller responde a las expectativas					
Que tan satisfactorio se encuentra con la información que ha recibido					
Como se ha sentido con los talleres y actividades realizadas					
La atención recibida en la propuesta le ha ayudado a fortalecer las relaciones familiares.					
En las actividades grupales han sido útiles para ponerlo en práctica en la cotidianidad.					
En general ¿cómo se siente respecto a la atención recibida en el seminario taller?					
En los encuentros grupales la facilitadora de los talleres promovió la creatividad, participación y el intercambio de opiniones entre los padres de familia/ estudiantes.					

## Taller 5

### Estrategia: Juego de papeles

En distintas situaciones se nos plantea la necesidad de usar formas correctas de comunicación que nos ayuden a resolver los conflictos de manera adecuada. Una comunicación correcta debe cumplir cuatro condiciones:

- Usar palabras y gestos adecuados
- Defender bien los propios intereses
- Tener en cuenta los argumentos y los intereses del otro
- Encontrar soluciones de compromiso razonables para ambas partes

Se procederá a realizar grupos para realizar las dinámicas sobre la comunicación agresiva, pasiva y asertiva.

### Formas de actuar ante la situación de comunicación

#### Podemos ser ASERTIVOS:

- Decimos lo que pensamos y cómo nos sentimos
- No humillamos, desagradamos, manipulamos o fastidiamos a los demás
- Tenemos en cuenta los derechos de los demás
- No siempre evitamos los conflictos, pero sí el máximo número de veces
- Empleamos frases como: "Pienso que...", "Siento...", "Quiero...", "Hagamos...", "¿Cómo podemos resolver esto?", "¿Qué piensas", "¿Qué te parece?", ...
- Hablamos con fluidez y control, seguros, relajados, con postura recta y manos visibles, utilizamos gestos firmes sin vacilaciones, miramos a los ojos.

#### Podemos ser PASIVOS:

- Dejamos que los demás violen nuestros derechos
- Evitamos la mirada del que nos habla
- Apenas se nos oye cuando hablamos
- No respetamos nuestras propias necesidades
- Nuestro objetivo es evitar conflictos a toda costa
- Empleamos frases como: "Quizá tengas razón", "Supongo que será así", "Bueno, realmente no es importante", "Me pregunto si podríamos...", "Te importaría mucho...", "No crees que...", "Entonces, no te molestes".
- No expresamos eficazmente nuestros sentimientos y pensamientos

#### Podemos ser AGRESIVOS:

- Ofendemos verbalmente (humillamos, amenazamos, insultamos, ...)
- Mostramos desprecio por la opinión de los demás
- Estamos groseros, rencorosos o maliciosos
- Hacemos gestos hostiles o amenazantes
- Empleamos frases como: "Esto es lo que pienso, eres estúpido por pensar de otra forma", "Esto es lo que yo quiero, lo que tú quieres no es importante", "Esto es lo que yo siento, tus sentimientos no cuentan", "Harías mejor en..", "Ándate con cuidado...", "Debes estar bromeando...", "Si no lo haces...", "Deberías..."

## Taller 7

### El cuento de la sopa y los problemas de comunicación

Estaba una señora sentada sola en la mesa de un restaurante, y tras leer la carta decidió pedir una apetitosa sopa en la que se había fijado. El camarero, muy amable le sirvió el plato a la mujer y siguió haciendo su trabajo. Cuando éste volvió a pasar cerca de la señora ésta le hizo un gesto y rápidamente el camarero fue hacia la mesa.

- ¿Qué desea, señora?
- Quiero que pruebe la sopa.

El camarero, sorprendido, reaccionó rápidamente con amabilidad, preguntando a la señora si la sopa no estaba rica o no le gustaba.

- No es eso, quiero que pruebe la sopa.

Tras pensarlo un poco más, en cuestión de segundos el camarero imaginó que posiblemente el problema era que la sopa estaría algo fría y no dudó en decirlo a la mujer, en parte disculpándose y en parte preguntando.

– Quizás es que esté fría señora. No se preocupe, que le cambio la sopa sin ningún problema...

- La sopa no está fría. ¿Podría probarla, por favor?

El camarero, desconcertado, dejó atrás la amabilidad y se concentró en resolver la situación. No era de recibo probar la comida de los clientes, pero la mujer insistía y a él ya no se le ocurrían más opciones. ¿Qué le pasaba a la sopa? Lanzó su último cartucho:

– Señora, dígame qué ocurre. Si la sopa no está mala y no está fría, dígame qué pasa y si es necesario, le cambio el plato.

– Por favor, discúlpeme, pero he de insistir en que si quiere saber qué le pasa a la sopa, sólo tiene que probarla.

Finalmente, ante la petición tan rotunda de la señora, el camarero accedió a probar la sopa. Se sentó por un momento junto a ella en la mesa y alcanzó el plato el plato de sopa. Al ir a coger una cuchara, echó la vista a un lado y otro de la mesa, pero... no había cucharas. Antes de que pudiera reaccionar, la mujer sentenció:

– ¿Lo ve? Falta la cuchara. Eso es lo que le pasa a la sopa, que no me la puedo comer.

**SEMINARIO TALLER SOBRE COMUNICACIÓN  
FAMILIAR COMO ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN AL  
PROBLEMA DEL USO OBSESIVO DE LAS REDES  
SOCIALES**



**¿Qué ES UN SEMINARIO TALLER?**

*Es una herramienta destinada a compartir y recuperar información y reflexiones sobre una determinada temática, de acuerdo con los objetivos de un proceso de investigación, se trata de contar con el aporte de expertos en un tema determinado y de involucrados seleccionados de acuerdo con su interés y vinculación con la unidad de análisis de la investigación.*

**OBJETIVO DE UN SEMINARIO TALLER**

*Tiene como propósito formalizar espacios institucionales de intercambio, discusión y análisis sobre los logros y dificultades de la enseñanza universitaria en nuestro país, espera promover la reflexión de los docentes, estudiantes y sociedad sobre las particularidades de cada una de las funciones de la universidad: docencia, investigación, enlace con la comunidad.*

**HAGAMOS DE LA FAMILIA EL  
MEJOR LUGAR PARA CRECER**



***“EN EL PASADO ERAS  
LO QUE TENIAS,  
AHORA ERES LO QUE  
COMPARTES”***



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL  
ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA DE PSICOLOGÍA  
EDUCATIVA Y ORIENTACIÓN**

***SEMINARIO TALLER SOBRE  
COMUNICACIÓN FAMILIAR COMO  
ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN AL  
PROBLEMA DEL USO OBSESIVO DE LAS  
REDES SOCIALES***



**EDUCANDO EN FAMILIA PARA EL USO DE LAS  
REDES SOCIALES**

**LUGAR:** “UNIDAD EDUCATIVA 8 DE  
Diciembre”

**DIRIGIDO A:** Padres de familia del tercer  
año paralelo A

**PROPONENTE:** Anai Anabelle Quizhpe  
Agreda



### **PRESENTACIÓN**

La propuesta del seminario denominado taller “Educando en Familia para el uso de las redes sociales” va permitir mejorar la comunicación familiar para solucionar el uso obsesivo de las redes sociales siendo beneficiados los estudiantes de tercer año de bachillerato paralelo A de la Unidad Educativa 8 de Diciembre. Además, contara con 8 talleres estructuradas con nombre del taller a trabajar, objetivos, tiempo de duración, materiales y la evaluación.

Esta propuesta ha sido realizada para prevenir la problemática analizada al inicio de esta investigación, además con ello se dará cumplimiento a los objetivos específicos planteados, permitiendo así lograr principalmente informar a los padres de familia sobre los peligros que conlleva no hacer un buen uso de las redes sociales

### **OBJETIVO GENERAL**

Fortalecer la comunicación familiar mediante el desarrollo del semanario taller dirigido a los padres de los estudiantes de tercer año de bachillerato paralelo A, de la Unidad Educativa 8 de Diciembre.

### **ESTRUCTURA DEL SEMINARIO TALLER**

**Lunes**

#### **Taller 1**

La comunicación familiar

#### **Objetivo:**

Generar espacios de reflexión sobre importancia de tener una buena comunicación familiar que beneficiara a cada uno de los integrantes de su familia.

#### **Taller 2**

El uso de las redes sociales en los adolescentes

#### **Objetivo:**

Informar a los padres sobre el uso de las redes sociales teniendo en cuenta varios aspectos que afectan el uso excesivo de las redes.

**Martes**

#### **Taller 3: La comunicación abierta**

#### **Objetivo:**

Generar espacios de reflexión para desarrollar un ambiente familiar positivo existiendo confianza en la familia.

#### **Taller 4: Obsesión por las redes sociales**

#### **Objetivo:**

Analizar las consecuencias que presentan los jóvenes por el uso obsesivo de las redes sociales.

**Miércoles**

#### **Taller 5: Comunicación ofensiva**

**Objetivo:** Aprender a usar formas correctas de comunicación para resolver los conflictos de manera adecuada.

#### **Taller 6: Falta de control personal en uso de las redes sociales**

#### **Objetivo:**

Concientizar a los padres de familia sobre el tiempo de uso de las redes sociales, actividades de estudio y actividades de casa.

**Jueves**

#### **Taller 7: Comunicación evitativa**

#### **Objetivo:**

Aprender a hacer una buena escucha activa, experimentando distintas formas de escuchar unas que entorpecen y otras que favorecen la comunicación.

#### **Taller 8: Uso excesivo de las redes Sociales**

#### **Objetivo:**

Informar sobre los peligros que están expuestos los adolescentes por el uso excesivo de las redes sociales.



**LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA, LA CARRERA DE PSICOLOGIA EDUCATIVA Y LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE otorgan el presente CERTIFICADO EN RECONOCIMIENTO**

A: \_\_\_\_\_



Por su valiosa participación y apoyo durante el desarrollo de las actividades del Seminario taller sobre Comunicación Familiar como alternativa de solución al problema del Uso Obsesivo de las Redes Sociales

\_\_\_\_\_  
Coordinadora

## **Bibliografía de la propuesta:**

- British School of Valencia. (2017). Obtenido de ¿Cómo debemos educar en el uso de redes sociales?: <https://www.bsvalencia.com/blog/como-debemos-educar-en-el-uso-de-redes-sociales/>
- casa, E. e. (s.f.). Nuestros hijos. Obtenido de Estableciendo límites en el uso de internet de tus hijos: <https://nuestroshijos.do/formacion/educando-en-casa/establecelimites-en-el-uso-de-internet-de-tus-hijos/>
- Coello, E. G. (2018). Universidad Técnica de Babahoyo. Obtenido de Redes sociales y la construcción social del yo en los adolescentes de la unidad educativa particular Abdoón Calderón: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/5542/P-UTBFCJSE-PSCLIN-000168.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cruz Acal, A. (2019). Ser Padres. Obtenido de Cómo ganarte la confianza de tu hijo: <https://www.serpadres.es/3-6-anos/educacion-desarrollo/articulo/como-ganar-laconfianza-de-tus-hijos-131565603320>
- Cuenta conmigo. (2012). Obtenido de <https://cuentaconmigoahora.wordpress.com/2012/11/15/caracteristicas-de-lacomunicacion-abierta-en-la-familia/>
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones, 91 - 95. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Garcés Prieto, J., & Ramos Gabilondo, M. Á. (s.f.). Obtenido de Jóvenes consumidores y redes sociales en Castilla-La Mancha: <http://www.portaljovenclm.com/documentos/noticias/3069/JovenesConsumidoresyRedesSocialesenCLM.pdf>
- Godoy Ramón, R. R. (2016). Universidad Nacional de Loja. Obtenido de Repositorio: Las redes sociales y su impacto al rendimiento académico en adolescentes de octavo a noveno año de básica de la unidad educativa "Primero de Mayo" del cantón Yantzaza: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13786/1/TESIS%20ROMULO%20GODOY.pdf>
- González, L., & Nerea, H. (2017). Menores y redes sociales: los riesgos de un mal uso. Universidad de La Laguna, 1 - 46. Obtenido de ¿Qué es el grooming?: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/6893/Menores%20y%20redes%20sociales%20los%20riesgos%20de%20un%20mal%20uso.pdf?sequence=1>

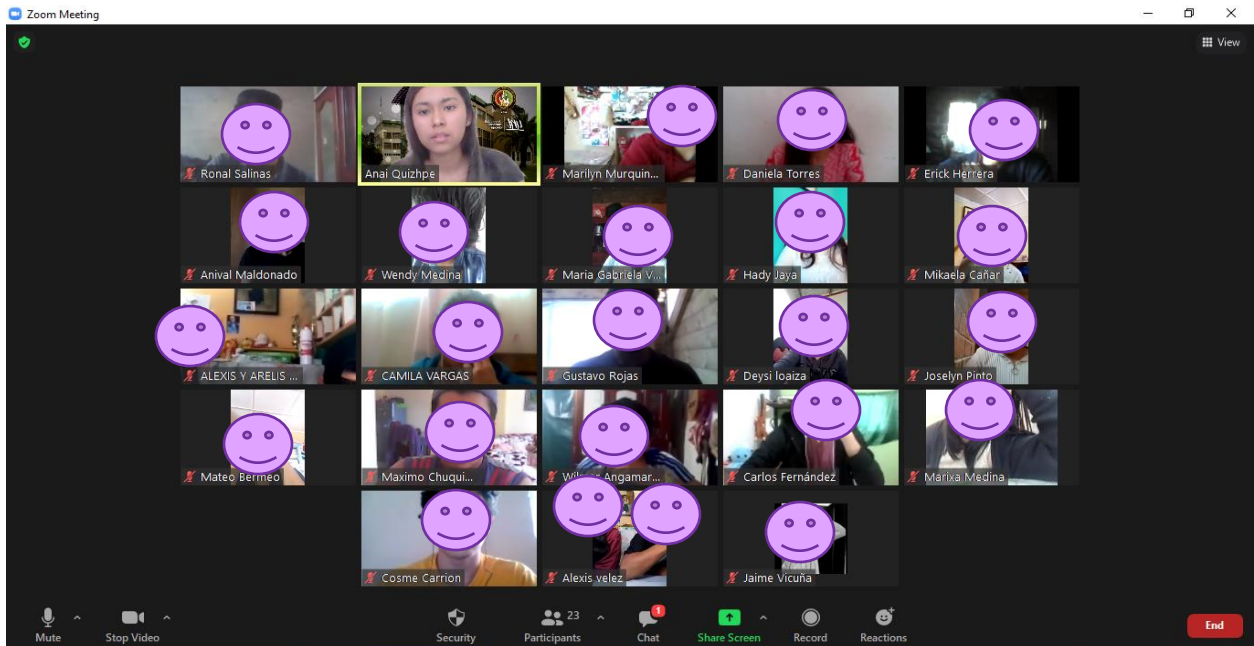
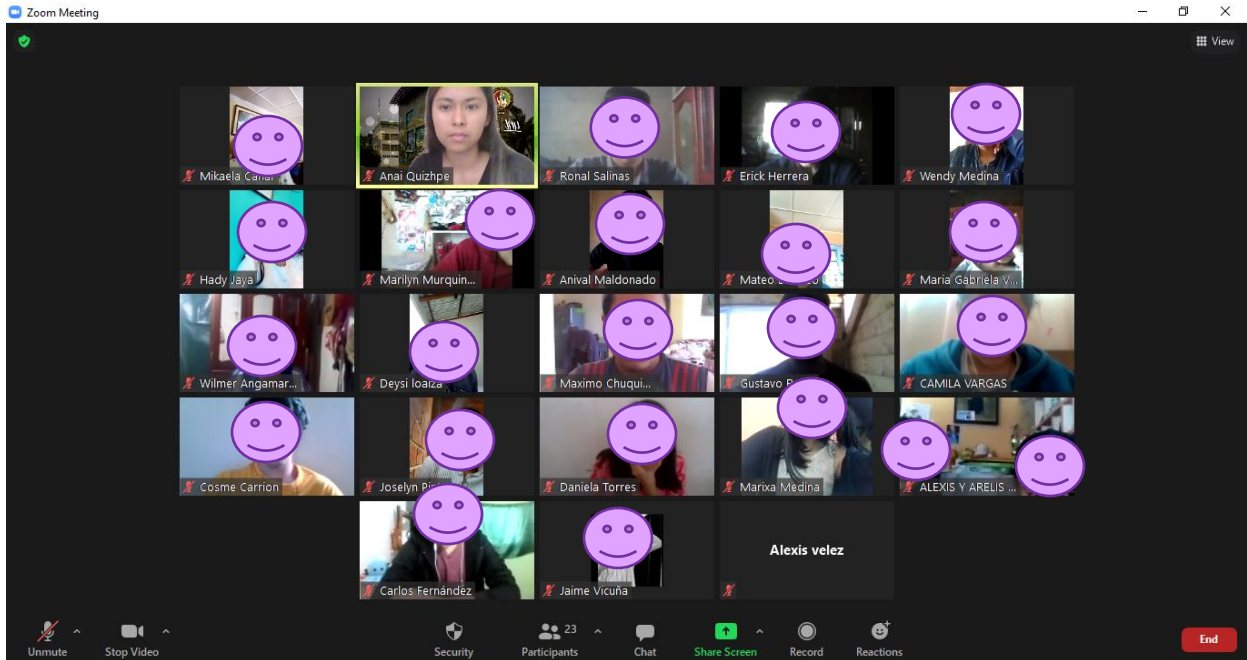


- Gualán, L. (2014). Universidad Nacional de Loja. Obtenido de Repositorio: La comunicación familiar y el consumo de alcohol de los adolescentes del segundo año de bachillerato del colegio nacional "Adolfo Valarezo", de la ciudad de Loja: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21293/1/Tesis%2012%20listo%20Imprimir.pdf>
- Mentalízate. (2015). Obtenido de Primeras habilidades sociales: La escucha activa: <https://enfermeriamentalizate.wordpress.com/2015/03/21/primeras-habilidadessociales-la-escucha-activa/>
- Molina Campoverde, G. L., & Toledo Naranjo, R. K. (2014). Universidad del Azuay. Obtenido de Repositorio: Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3659/1/10335.PDF>
- Psiguide. (s.f.). Psicólogos México. Obtenido de Adicción a las redes sociales en los jóvenes: <https://www.psicologosmexicodf.com/psicologia/adiccion-redes-socialesenjovenes/#:~:text=La%20adicci%C3%B3n%20a%20las%20redes%20sociales%20e%20una%20conducta%20adictiva,de%20%C3%BAltima%20generaci%C3%B3n%20que%20ya>
- Riofrío Valdiviezo, M. E. (2015). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Esmeraldas. Obtenido de Repositorio: El uso de las redes sociales de las/los jóvenes de bachillerato de los colegios de la parroquia Santa Rosa de Atacames en el periodo 2014 - 2015: <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/585/1/RIOFRIO%20VALDIVIEZO%20MARIA%20EUGENIA.pdf>
- Rodríguez Ruiz, C. (2019). Educa Aprende. Obtenido de La comunicación y la confianza entre padres e hijos: <https://educayaprende.com/la-confianza-entre-padres-e-hijos/>
- Rodríguez, D. (2019). Lifeder. Obtenido de Respeto en la familia: características, señales, fomento: <https://www.lifeder.com/respeto-en-la-familia/>
- Sánchez, G. (2012). La comunicación entr padres e hijos. La falta de comunicación puede ser mortal. Obtenido de [http://www.esperanzaparalafamilia.com/Rev/Articulos/2012/HTM0483\\_04.php](http://www.esperanzaparalafamilia.com/Rev/Articulos/2012/HTM0483_04.php)
- Semana. (27 de 11 de 2018). Obtenido de Seis pautas para el manejo de las redes sociales de los hijos: <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/redessociales-seis-pautas-para-el-manejo-de-los-hijos/592483/>

- Sobrino Chunga, L. (2008). Niveles de Satisfacción familiar y de comunicación entre padres e hijos. UNIFE, 109 - 137. Obtenido de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/sastisfaccionfamiliar.pdf>
- Taller para adolescentes “Aprendiendo a comunicarnos, resolver conflictos y tomar decisiones. (s.f.). PROMOVIENDO LA ADAPTACIÓN SALUDABLE DE NUESTROS ADOLESCENTES, 214 - 228. Obtenido de [https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6\\_1.pdf](https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf)
- Tustón Jara, M. J. (2016). Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de Repositorio: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/20698/2/COMUNICACION%20FAMILIAR%20Y%20ASERTIVIDAD%20-%20copia.pdf>
- UNICEF. (s.f.). Obtenido de Ciberacoso: Qué es y cómo detenerlo: <https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-comodetenerlo#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20ciberacoso%3F,o%20humillar%20a%20otras%20personas>.
- Varios. (2021). Wikipedia. Obtenido de Adicción a redes sociales: [https://es.wikipedia.org/wiki/Adicci%C3%B3n\\_a\\_redes\\_sociales#:~:text=De%20acuerdo%20a%20Fern%C3%A1ndez%E2%80%8B,Utiliza%20mucho%20tiempo%20y%20esfuerzo](https://es.wikipedia.org/wiki/Adicci%C3%B3n_a_redes_sociales#:~:text=De%20acuerdo%20a%20Fern%C3%A1ndez%E2%80%8B,Utiliza%20mucho%20tiempo%20y%20esfuerzo).
- Vega Ruiz, N. (2018). Para Familias. Obtenido de Comunicación entre padres e hijos adolescentvs. Guía práctica para afrontar este momento: <https://blog.cognifit.com/es/comunicacion-padres-hijos-adolescentvs/#:~:text=La%20comunicaci%C3%B3n%20es%20fundamental%20para,hijos%20o%20sus%20constantes%20provocaciones>

## Anexo 2

### Aplicación Virtual de los Instrumentos psicológicos



### Anexo 3

### **Certificación de Traducción**



**Universidad Nacional de Loja**

Loja, 01 de junio del 2022

Dra. Mg. Sc. María Lorena Muñoz Vallejo

#### **DOCENTE DE INGLÉS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR**

A petición verbal de la parte interesada:

#### **CERTIFICA:**

Que la traducción del documento adjunto solicitado por la Srta. **Anai Anabelle Quizhpe Agreda** con cédula de ciudadanía No. **1150284832**, cuyo tema de investigación se titula: **LA COMUNICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO A, DE LA UNIDAD EDUCATIVA 8 DE DICIEMBRE PARROQUIA SAN PEDRO DE LA BENDITA, CANTÓN CATAMAYO 2020-2021**, ha sido realizada por la Dra. Mg. Sc. María Lorena Muñoz Vallejo, docente de Inglés de la educación Superior

Esta es una traducción textual del documento adjunto. Lo certifico en honor a la verdad, facultando al portador del presente documento, hacer el uso legal pertinente.

Atentamente.-

**MARIA LORENA  
MUNOZ VALLEJO**

Firmado digitalmente por  
MARIA LORENA MUNOZ  
VALLEJO  
Fecha: 2022.06.02 19:21:54  
-05'00'

Dra. Mg. Sc. María Lorena Muñoz Vallejo  
**DOCENTE DE INGLÉS  
TOEFL TEACHER**