



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat de Psicologia

Treball de Fi de Grau

Internet, Facebook y su relación con el bienestar psicológico y social

Juan Francisco Núñez Robles

Grau de Psicologia

Any acadèmic 2018-2019

DNI de l'alumne: 41583237-L

Treball tutelat per Antoni Gomila

Departament de Psicologia

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball: Internet; Facebook; SNS; bienestar psicológico; apoyo social.

Índice

Introducción y marco teórico.....	3
Social Network Sites y Psicología	3
Efectos del uso de Internet	4
Facebook, tipos de uso y su importancia.	8
Objetivo.....	9
Hipotesis	10
Metodología.....	10
Participantes.....	11
Resultados	12
Conclusiones.....	15
Referencias bibliográficas.....	18
Anexo.....	19

Introducción y marco teórico

Social Network Sites y Psicología

Los *social network sites* (SNS) o sitios de redes sociales se definen como plataformas online que permiten a los usuarios crear un perfil personal e interactuar con otros usuarios dentro de la red después de establecer conexión con ellos, normalmente permitida a través de la petición y confirmación para establecerla, aunque puede haber reglas diferentes. Después de establecerla, la propia SNSs sugerirá otras conexiones de interés al usuario. El objetivo de estas conexiones puede diferir entre los sitios webs, ya que existen redes sociales profesionales (p.ej.: LinkedIn), también existen otras para un uso más privado (p.ej.: Facebook), otros con motivos culturales, políticos, financieros, etc.

Tanto ha sido el auge de las SNSs en nuestra vida que hoy en día se puede decir el individuo que no las usa, no tiene un teléfono móvil o no puede enviar y recibir mensajes online se está excluyendo de la vida social y la sociedad porque no tiene la posibilidad de comunicarse e interactuar con los demás como los otros hacen entre ellos. Teniendo en cuenta este hecho y el nivel de influencia de las SNSs en nuestra vida, esta área se ha convertido de gran interés para la psicología social. (Batinic, B., & Göritz, A.S. , 2009), quien estudia las redes sociales desde tres perspectivas: una perspectiva centrada en la utilidad de estas para el psicólogo, otra microperspectiva centrada en el individuo y otra macroperspectiva centrada en los aspectos sociales.

Aunque es de gran interés la manera en que los psicólogos pueden dar uso de las nuevas tecnologías como herramienta para la búsqueda científica y análisis estadístico de datos, en este trabajo son de especial interés la microperspectiva y macroperspectiva de las redes

sociales. La microperspectiva centrada en el individuo estudia todos los fenómenos comportamentales que el individuo realiza en internet y/o redes sociales, la similitud de la comunidad virtual y la real, cómo la gente se presenta en internet o cómo actúan bajo la anonimidad, etc. En definitiva, cómo es el comportamiento individual y colectivo dentro de internet y redes sociales. Desde esta microperspectiva se están desarrollando nuevas teorías y modelos para todas estas condiciones en las redes sociales. La macroperspectiva centrada en los aspectos sociales estudia los efectos de usar internet y las redes sociales en la vida tradicional así como los efectos psicopatológicos o psicosociales de su uso. El número de usuarios en redes sociales e internet ha crecido exponencialmente en las últimas décadas y los individuos pasan un tiempo considerable interactuando con y mediante el medio. Wellman (2001) dijo que internet puede llevarte al cielo o al infierno, pero a nada entre estos dos. Muchas investigaciones se han centrado en los efectos negativos del uso de internet, pero como Wellman indica con su afirmación, también existe la parte positiva del uso de las SNSs.

Efectos del uso de Internet

Para el estudio de los efectos a nivel individual y social del uso de internet y las SNSs, el modelo longitudinal permite establecer una relación causal entre el uso de internet y algunas consecuencias psicológicas y sociales, aunque no puede identificar los mecanismos detrás de estos efectos. No obstante, existen posibles teorías explicativas que veremos más adelante.

Uno de los autores más influyentes y mayor impacto dentro de esta área de investigación en psicología y pioneros en estudiar los efectos a nivel individual y social del uso de internet fue el investigador Kraut. En su primer estudio Homenet (1996) se centró en investigar las variables que predecían e influían en la frecuencia o intensidad del uso de internet y en

describir el uso que se daba a este. Las conclusiones a las que llegó el autor fueron que las variables que mejor predecían el uso de internet eran las demográficas (generación, raza y género) más que las socioeconómicas (ingresos y educación) o las psicológicas (extraversión o habilidades con ordenadores) y que el uso primordial que se le daba a internet era el de la comunicación (Kraut, R., Scherlis, W., Kiesler, S., & Trial, F. , 1996).

Después de conocer la variables productoras del uso de internet, el autor quiso investigar los efectos de este sobre los individuos a nivel personal y social centrándose en el bienestar psicológico e involucración social midiendo el nivel de soledad, estrés y depresión para el bienestar psicológico y la comunicación familiar, tamaño de la red social local y distante y el apoyo social percibido para la involucración social. Así, en el Internet Paradox (1996), se encontró una relación negativa entre uso de internet y participación familiar, tamaño de círculo social y una relación positiva entre uso de internet y depresión y soledad a lo largo del tiempo. El mayor uso de internet se asoció con una disminución de los participantes con su familia, menor tamaño del círculo social y un aumento de la depresión y la soledad (Kraut, R., et al., 1998). Aparentemente y según estos resultados, las consecuencias psicológicas y sociales del uso comunicativo de internet son negativas. Las teorías explicativas a estos efectos negativos serían las teorías del desplazamiento social activo y la teoría de los lazos fuertes

La teoría del desplazamiento social activo explica los resultados por la naturaleza de las actividades. Como todas las actividades de naturaleza pasiva, no social y de entretenimiento (p.ej. mirar televisión, leer, escuchar música), el tiempo que la gente pasa en internet sustituye al tiempo que se dedicaba previamente a actividades sociales. El problema de esta teoría explicativa es que el principal uso de internet es explícitamente social y que, este uso también tiene efectos negativos.

Por otro lado, la teoría de los lazos fuertes explica los resultados por el hecho que las nuevas

amistades o relaciones personales y familiares vía online quita tiempo a las relaciones offline y los lazos y tipo de relaciones que se mantienen online son débiles y raros y los efectos negativos se atribuyen a la sustitución de este tipo de lazos offline (reales y fuertes) por los online (raros y débiles). Normalmente, los lazos personales más fuertes y el mayor apoyo social se obtienen de la gente con más proximidad y contacto frecuente.

Tras conocer los resultados y teorías en Internet Paradox (1996) se puede pensar en la negatividad en las consecuencias psicológicas y sociales de internet. No obstante, estudios posteriores indican que las consecuencias del uso de internet no son todas negativas y, por lo tanto, también existen consecuencias positivas de ello (Kraut, R., et al., 2002). Así, añadiéndose la medición de experiencia de afecto negativo y positivo, percepción de presión de tiempo y autoestima para el bienestar psicológico, añadiendo la medición del tiempo que se pasa con familia y amigos, uso de teléfono y cercanía percibida a gente aleatoria de las redes sociales para a la participación social, añadiéndose un grupo control a la misma muestra de los estudios anteriores y observándose por un mayor período de tiempo se observaron los siguientes resultados:

- Aumento del tamaño del círculo social local y distante a mayor uso de internet así como las interacciones cara a cara con los amigos y familiares para personas extrovertidas pero los efectos son negativos para los introvertidos.
- Aumento de la comunicación familiar a mayor uso de internet para las personas con un mayor apoyo social inicial.
- Aumento de las interacciones cara a cara con familiares y amigos, cercanía con parientes y amigos lejanos geográficamente en adultos y aumento del apoyo social y comunicación familiar en adolescentes.

- Extravertidos que dieron mayor uso de internet mostraron un mejor bienestar, disminución de niveles de soledad y decrecimiento del afecto negativo así como de la presión de tiempo y aumento de autoestimas. No obstante, las mismas variables se mostraron disminuidas en bienestar para introvertidos
- Además, parece ser que el tipo de uso de internet podría tener una fuerte influencia en los efectos de su uso. Así, preguntando la frecuencia de uso para varios fines a los participantes del estudio Internet Paradox Revisited, se observó que el tipo de uso difería entre extravertidos e introvertidos, entre las personas con mayor apoyo social inicial, y entre adultos y adolescentes, aunque esta asociación fue muy débil (Kraut, R., et al., 2002).

En resumen, se puede decir que los efectos del uso de Internet serían positivos o negativos en relación con la personalidad, el apoyo social, la edad y el tipo de uso ya que en el estudio parece ser que el tipo de uso tuvo una fuerte influencia en los efectos, observándose además una diferencia del tipo de uso entre extravertidos e introvertidos, entre personas con mayor apoyo social inicial, y entre adultos y adolescentes- será diferente en la gente extrovertida y con apoyo social (Kraut, R., et al., 2002). Las hipótesis explicativas para esto son las siguientes:

- Modelo “rich get richer”: este modelo predice que aquellos altamente sociales y que cuenten con un apoyo social previo, obtendrán mayor beneficio del uso de internet al ser una herramienta para añadir personas a sus círculos sociales, crear nuevos lazos reforzar los existentes. Así, la involucración social y bienestar psicológico será mayor con el uso de Internet comparado con aquellos que no sean sociales y/o que tengan redes sociales limitadas.

- Modelo de compensación social: este modelo predice que aquellos que sean introvertidos o este falta de apoyo social puede usar internet para compensar esos déficits, siendo internet como una oportunidad de nuevas conexiones con otra gente y obtener apoyo vía online.

Los mecanismos por los cuales internet tiene impacto en el bienestar psicológico y la participación no son claros. Una posibilidad es que todos los tipos de usos sean equivalentes y que se necesite más información sobre las actividades de la gente tanto online como offline así como lo que deja de hacer la gente cuando está online ya que no es lo mismo sustituir mirar la televisión por el uso de internet que sustituir conversar con amigos cercanos por el uso de internet. Otra posibilidad es que los efectos del uso de internet dependa del tipo de uso que se hace de él. Por ejemplo, se puede esperar que la comunicación interpersonal entre amigos y familia como uso mayoritario de internet tenga más efectos positivos que usar internet para descargar música, jugar a videojuegos o comunicarse con desconocidos.

Facebook, tipos de uso y su importancia.

Como ya se ha dicho el inicio de este estudio, internet ha cambiado varios aspectos de la vida de la gente debido a las distintas herramientas disponibles que hacen que se pueda dar distinto uso a Internet. Entre estas herramientas se encuentran las SNSs como herramientas de comunicación, la cual Facebook es una o la más popular de ellas teniendo 1 billon de usuarios activos en 2013. Por lo tanto, un tipo de uso de internet podría ser el uso de Facebook. Pero también se puede dar distintos tipos de uso a esta red social.

Para hacer la distinción de usos de Facebook, varios autores se han encargado de realizar análisis factoriales explorativos para identificarlos y etiquetarlos. Entre ellos se encuentra el

análisis factorial realizado por Stefano Tartaglia (2016) quien pidió a los usuarios que contestaran con qué frecuencia realizaban ciertos tipos de actividades que se pueden realizar dentro de Facebook y quien hizo la distinción de tres factores:

- Interacción social: compuesto por 11 ítems y se relaciona con la interacción de amigos y la auto-expresión en Facebook.
- Simulación: compuesto por 5 ítems y relacionado con la presentación de uno mismo con una autoimagen diferente basada en la preocupación de lo que los demás piensen.
- Búsqueda de relaciones: compuesto por 3 ítems y relacionado con chatear con gente desconocida.

Otro análisis factorial fue el llevado a cabo por Yang Chicachen (2013), quien a partir de 20 ítems encontró 4 factores para el uso de Facebook usando la misma técnica que Steano Trtaglia (2016):

- Interacción social: definida por actividades como dejar un post, comentar o responder mensajes en Facebook.
- Comportamiento voyeurístico: definida por actividades de observar el contenido de otros perfiles sin interactuar con ellos activamente con ellos.
- Autopresentación: definida por la revelación de actitudes e intereses personales a través de posts, fotos, videos.
- Juego e información: definida por el uso lúdico o informativo de Facebook.

Objetivo

El objetivo general del presente estudio es analizar las diferencias existentes en el bienestar psicológico (soledad, depresión, estrés y autoestima) y el apoyo social de los

usuarios de Facebook teniendo en cuenta el tipo de uso que le dan con más frecuencia. Como objetivo específico es conectar el trabajo de Kraut sobre los efectos del uso de Internet y los análisis factoriales de Stefano y Yang sobre los tipos de uso de Facebook para aportar algún dato que ayude a entender los mecanismos detrás de los efectos del uso de Internet y en concreto de las SNS como pueda ser Facebook.

Hipotesis

Las hipótesis formuladas se centran en el hecho que el tipo de uso que se da a Internet puede tener una importancia relevante en los efectos que pueda tener sobre el bienestar psicológico y apoyo social. Así, las hipótesis formuladas son:

- Existen diferencias entre usuarios y no usuarios de Facebook en cuanto a bienestar psicológico y apoyo social
- Existen diferencias entre los distintos tipos de uso de Facebook en cuanto a bienestar psicológico y apoyo social.

Metodología

La metodología utilizada en el estudio es el método hipotético-deductivo haciendo un análisis descriptivo de los datos obtenidos de manera transversal. Se dio uso de la base de de datos PsychInfo EBSCOHOST y Scholar Google para la revisión bibliográfica y el programa Mendeley para organización y recopilación de referencias bibliográficas.

Para la obtención y medición de datos se procedió a usar Google Forms questionnaires donde los participantes respondieron a los ítems de las siguientes escalas y cuestionarios:

- Versión abreviada de la escala de personalidad Big Five Inventory formada por 10 ítems, 2 para cada rasgo de personalidad (BFI-10).
- Versión abreviada de la Escala UCLA Loneliness Scale para Soledad, formada por 3 ítems (UCLA Loneliness Scale Version 3).
- Versión abreviada del Center for Epidemiologic Studies Depression Scale para Depresión, formada por 10 ítems (CES-D-R-10 Scale).
- Perceived Stress Scale 4 (PSS-4): versión abreviada de la Perceived Stress Scale para Estrés percibido, formada por 4 ítems (PSS-4).
- Versión abreviada de la escala Rosenberg para Autoestima, formada por 10 ítems. (Rosenberg-10).
- Versión abreviada, formada por 16 ítems. (ISEL-16).
- Cuestionario sobre frecuencia de tipo de usos: formado por 26 ítems de posibles actividades.

La corrección de todas las escalas se hizo de forma fiel a las instrucciones de los autores para este trabajo obteniéndose así los datos necesarios para el análisis estadístico descriptivo de los datos. Este trabajo se realizó a través de Outlook Excel 2013 obteniendo los datos sociodemográficos de interés en la muestra así como los grados de significación en la prueba t de student bilateral para diferencias de medias en muestras independientes realizada para contrastar las hipótesis formuladas.

Participantes

La muestra del estudio la forman un total de 81 participantes (N=81) de distintos sexos, edades y personalidades mostrados en la Tabla 1. La muestra se obtuvo a través de las redes

sociales Facebook y WhatsApp enviando el link para la realización online del cuestionario Facebook y bienestar pidiendo la participación voluntaria para la obtención de datos para un trabajo de fin de grado y la difusión del link.

Tabla 1. *Datos sociodemográficos y de personalidad muestrales.*

	<u>n</u>	<u>%</u>	
Sexo	Hombre	20	24,69%
	Mujer	61	75,31%
Edad	12 a 18	10	12,35%
	19 a 30	40	49,38%
	31 a 40	15	18,52%
	41 o mas	16	19,75%
Usuarios	Si	68	83,95%
	No	13	16,05%
Personalidad	Extravertidos	41	50,62%
	Introversos	5	6,17%

Resultados

Los resultados se obtuvieron a partir de las puntuaciones obtenidas de 81 participantes (N=81). En la siguiente tabla se puede observar el número n de participantes para las variables usuario/no usuario de Facebook y tipos de uso de Facebook así como el porcentaje de participantes que representa cada grupo en las distintas categorías.

Tabla 2. *Tamaño de muestra y % para cada categoría en las variables usuarios/no usuarios de Facebook y tipos de Uso de Facebook*

	n	%
Usuarios		
Si	68	83,95%
No	13	16,05%
Tipo de uso		
Interaccion	0	0,00%
Simulación	3	3,70%
Autopresentacion	16	19,75%
Voyeuristico	38	46,91%
Gaming&info	19	23,46%
Busqueda de relaciones	1	1,23%
N=	81	

Se obtuvieron los grados de significación de la prueba t de student bilateral para muestras independientes en las variables sexo, edad y personalidad para conocer en qué grado se relacionan las características sociodemográficas de la muestra con los resultados en las distintas escalas, esperándose que sea la variable edad y personalidad la variable con más relación. Los resultados indican que en la muestra hubo diferencias significativas relacionadas con la variable edad entre los participantes de 12-18 años de edad y los participantes de 19-30 años de edad para la escala Rosenberg-10 ($p=.02$) así como entre los participantes de 12-18 años de edad y los participantes de 31-40 años de edad para las escalas CES-D-R-10 ($p=.02$) y PSS-4 ($p=.03$). Por último, se encontraron diferencias significativas entre los participantes de 19-39 años de edad y los participantes de 31-40 años de edad para la escala CES-D-R-10 ($p=.03$). No se observaron diferencias significativas entre las puntuaciones de las distintas escalas en las variables sexo y personalidad.

Tabla 3. Grados de significación para la prueba t de Student entre grupos de variables sexo, edad y personalidad para las distintas escalas de bienestar psicológico y social

<u>Grupos comparados (a/b)</u>	<u>CE</u>		<u>PSS-4</u>	<u>Rosenberg-10</u>	<u>ISEL-16 General</u>	<u>ISEL-16 Appraisal</u>	<u>ISEL-16 Belonging</u>	<u>ISEL-16 Tangible</u>
	<u>UC LA-3</u>	<u>S-D-R-10</u>						
Usuarios/No usuarios	0,78	0,18	0,19	0,31	0,40	0,89	0,22	0,48
Hombre/Mujer	0,87	0,18	0,77	0,14	0,34	0,20	0,89	0,26
12-18/19-30 años 1	0,34	0,55	0,10	0,02	0,42	0,73	0,16	0,86
2-18/31-40 años	0,34	0,02	0,03	0,14	0,39	0,63	0,76	0,14
12-18/más de 41 años	0,21	0,27	0,17	0,08	0,92	0,57	0,33	0,46
19-30/31-40 años	0,85	0,03	0,30	0,65	0,05	0,28	0,05	0,08
19-30/más de 41 años	0,61	0,30	0,85	0,89	0,29	0,23	0,56	0,31
31-40/+ de 41 años	0,80	0,42	0,31	0,82	0,45	0,94	0,23	0,42
Extrav./Introv.	0,21	0,52	0,73	0,53	0,09	0,61	0,13	0,05

También se obtuvieron los grados de significación de la prueba t de student bilateral para muestras independientes en las variables usuarios/no usuarios de Facebook y tipo de uso de Facebook para conocer la relación entre el uso y tipo de uso de Facebook y la puntuación de las distintas escalas en la muestra. No se encontraron diferencias significativas entre las medias de las puntuaciones en las distintas escalas de bienestar psicológico y apoyo social para la variable usuarios o no usuarios de Facebook. No obstante, se encontraron varias diferencias significativas dependiendo del tipo de uso que los participantes le dan a Facebook. Las diferencias significativas de medias encontradas fueron entre el tipo de uso Autopresentación y Gaming&info para la escala UCLA-3 ($p=.01$), para la escala CES-D-R-

10 se encontraron diferencias significativas entre el tipo de uso Autopresentación y Simulación ($p=.01$) y Autopresentación y Cotilleo ($p=.04$). Para la escala ISEL-16 General se encontraron diferencias entre Gaming&info con Autopresentación ($p=.04$), Simulación ($p=<.01$) y Voyeuristico ($p=.03$), y entre el tipo de Simulación y cotilleo ($p=.02$). Se encontraron diferencias significativas de medias entre el tipo de uso Gaming&info y Simulación para la escala ISEL-16 Appraisal ($p=.03$). Para la escala ISEL-16 Belonging se encontraron diferencias significativas entre Gaming&info con Autopresentación ($p=.03$) y Simulación ($p=<.01$). Finalmente, se encontraron diferencias significativas para la escala ISEL-16 Tangible entre el tipo de uso Gaming&info y Simulación ($p=.01$) y Voyeuristico ($p=.03$). En el anexo se pueden encontrar las tablas con las medias y varianzas para cada grupo así como las tablas con los grados de significación para cada prueba t de Student realizada.

Conclusiones

Tras analizar los resultados se puede confirmar el cumplimiento del objetivo general del estudio: analizar las diferencias existentes en el bienestar psicológico y el apoyo social de los usuarios de Facebook teniendo en cuenta el tipo de uso mayoritario que le dan a la red social. Según los resultados podríamos afirmar que en la muestra la variable tipo de uso de Facebook ha sido la que mayor relación ha tenido con las diferencias de medias presentes para las distintas escalas de bienestar psicológico y apoyo social. No obstante, también cabe nombrar que la variable edad también esta relacionada con estas diferencias. Tras obtener estos resultados, se puede confirmar la segunda hipótesis (Existen diferencias entre los distintos tipos de uso de Facebook en cuanto a bienestar psicológico y apoyo social), pero se rechaza la primera, ya que no se encontraron diferencias para las escalas de bienestar y apoyo social

entre usuarios y no usuarios. La generalización de resultados no ha sido posible por una cuestión de tamaño de muestra y metodología. No obstante, se puede decir que según los datos en la muestra se confirma la sospecha de Kraut que el efecto del uso de Internet puede tener una mayor relación con el tipo de uso que con el hecho de usarlo. De hecho, en la muestra no se observan diferencias significativas entre usuarios y no usuarios, pero sí que se observan entre el tipo de uso de Facebook.

En cuanto a la teoría de los lazos fuertes, se puede decir que no serviría como teoría explicativa en la muestra ya que no existen diferencias en la escala de apoyo social ISEL-16 entre usuarios y no usuarios de Facebook. No obstante, si que se han encontrado diferencias en esta escala ISEL-16 para apoyo social entre los distintos tipos de uso, aunque igualmente las diferencias no se han encontrado entre el tipo de uso Interacción y otro tipo de uso, que sería el tipo de uso válido para explicar esta diferencia de medias a partir de esta teoría. Por otra parte, no se pueden llegar a una conclusión a partir de los resultados obtenidos sobre la teoría del desplazamiento social activo ya que en el diseño no se obtienen datos sobre el tipo de actividad que dejan de realizar los participantes para mantenerse online (o no) en la red social.

En cuanto a los modelos predictivos “rich get richer” y “compensación social”, no se ha podido hacer una predicción en la muestra sobre el tipo de uso que extravertidos e introvertidos darían al uso de Facebook por falta de base teórica sobre la relación entre personalidad y uso de Facebook y por la naturaleza de la muestra, ya que estos modelos predicen el uso y efecto de internet a partir de una diferencia en el apoyo social entre extravertidos e introvertidos que en la muestra no se observa en los respectivos grupos.

Las conclusiones se ven limitadas a ser sobre el tipo relación entre resultados de las distintas variables sin poder hablar de relaciones causal entre variables debido a la naturaleza del diseño. Para poder hablar de relaciones causales se debería seguir un modelo longitudinal. Por otra parte, no se ha controlado la variable extraña edad en el análisis de la diferencia de medias entre tipos de uso para las distintas escalas de bienestar psicológico y social por lo que las conclusiones a partir de los resultados son sujetas a la revisión. También cabe decir que el análisis estadístico descriptivo de los datos ha sido realizado de manera simple, realizándose solo una prueba t de student para la diferencia de medias entre muestras independientes de manera bilateral y no se han observado correlaciones u otros datos estadísticos que podrían ser interesantes en la investigación.

Finalmente, aunque el peso del estudio sea leve o muy leve, creo oportuno y se espera que los futuros investigadores en el área de Internet y redes sociales se centren en conocer los efectos según los tipos de uso ya que así se avanzará en la tarea de entender y explicar el mecanismo subyacente a los efectos de internet sobre el bienestar psicológico y social. Todo indica que, a parte del bienestar psicológico, social y personalidad inicial del usuario como predictores del uso de internet, el tipo de uso puede tener una gran importancia como factor directo en el efecto sobre el bienestar psicológico y social. Además, conociendo esta relación se podrá de alguna manera predecir a partir de la naturaleza de la red social el efecto que pueda tener, puesto que no tendrá el mismo efecto una red social como Instagram, con una naturaleza básicamente de autopresentación, que Tinder, una red social para la búsqueda de relaciones. Por último, también se podrá hacer un trabajo social de concienciación y educación en redes sociales y su uso cuando se conozca mejor dichas relaciones y mecanismos en los efectos de internet y redes sociales, necesario entre la población ya que, como se ha dicho al inicio de este estudio, la presencia e influencia de internet y las redes

sociales es grandísima, por lo tanto, conocer bien sus efectos y educando a la población hacia un uso más inteligente y consciente de ellos será de gran ayuda para obtener unos efectos de carácter más positivos en cuanto a bienestar psicológico y social.

Referencias bibliográficas

- Batinic, B., & Göritz, A. S. (2009). How Does Social Psychology Deal with New Media ? *Social Psychology*, 40(1), 3–5. <https://doi.org/10.1027/1864-9335.40.1.3>
- Chicahen, Y., & Bradford Brown, B. (2013). Motives for Using Facebook , Patterns of Facebook Activities , and Late Adolescents ' Social Adjustment to College. *Journal Youth Adolescence*, 42, 403–416. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9836-x>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Radloff, L. S. (1977). CES-D scale: A self report depression scale for research in the general populations. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Rammstedt, B. & John, O.P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41, 203–212.
- Russell, D , Peplau, L. A.. & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Tartaglia, S. (2016). Different modalities of using Facebook: the influence of actual social relationships, wellbeing, and attitude towards the medium. *Studia Psychologica*, 58(1), 3–18.

- Thomas, J., Andrew, M., Butler, K., Wyatt, S., Dubbert, P., & Mosley, T. (2012). Psychometric Evaluation of the Interpersonal Support Evaluation List-Short Form in the ARIC Study Cohort. *Sage Journals*, 2(3).
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox. *American Psychologist*, 53(9), 1017–1031.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet Paradox Revisited. *Journal of Social Issues*, 58(1), 49–74.
- Kraut, R., Scherlis, W., Kiesler, S., & Trial, F. (1996). The HomeNet Field Trial of Residential Internet Services. *Communications of the ACM*, 39(12), 55–63.

Anexo

Tabla 5. *Grado de significacion en la prueba t de student de comparación de medias para muestras independientes para las distintas escalas de bienestar psicológico y social entre usuarios y no usuarios de Facebook.*

	<u>UC</u> <u>LA-</u> <u>3</u>	<u>CE</u> <u>S-</u> <u>D-</u> <u>R-</u> <u>10</u>	<u>PSS-</u> <u>4</u>	<u>Rosen</u> <u>berg-</u> <u>10</u>	<u>ISEL</u> <u>-16</u> <u>Gene</u> <u>ral</u>	<u>ISEL-</u> <u>16</u> <u>Appra</u> <u>isal</u>	<u>ISEL-</u> <u>16</u> <u>Belong</u> <u>ing</u>	<u>ISEL</u> <u>-16</u> <u>Tangi</u> <u>ble</u>
Usuarios/No usuarios	0,78	0,18	0,19	0,31	0,40	0,89	0,22	0,48

Tabla 6. *Grado de significación en la prueba t de student de comparación de medias para muestras independientes para las distintas escalas de bienestar psicológico y social entre distintos tipos de uso de Facebook.*

UCLA-3						
	Interacc.	Auto-pr.	Simul.	Voyeur.	B.relaci.	Gam.&info
Auto-presentación			0.55	0.10	0.75	0.01
Simulación				0.25	0.95	0.14
Voyeurístico					0.47	0.15
B. relaciones						0.36
CES-D-R-10						
Auto-presentación			0.01	0.04	0.54	0.34
Simulación				0.13	0.36	0.06
Voyeurístico					0.31	0.29
B. relaciones						0.6
PSS-4						
Auto-presentación			0.20	0.43	0.90	0.81
Simulación				0.26	0.69	0.23
Voyeurístico					0.92	0.60
B. relaciones						0.98
Rosenberg-10						
Autopresentación			0.20	0.47	0.67	0.38
Simulación				0.22	0.84	0.36
Voyeurístico					0.31	0.70
B. relaciones						1.00
ISEL-16 General						
Auto-presentación			0.07	0.66	0.35	0.04
Simulación				0.02	0.5	0.00
Voyeurístico					0.21	0.03
B. relaciones						0.06
ISEL-16 Appraisal						
Auto-presentación			0.25	0.52	0.43	0.18

Simulación Voyeurístico B. relaciones		0.09	0.90 0.28	0.03 0.32 0.12
ISEL-16 Belonging				
ISEL-16 Belonging				
Auto- presentación Simulación Cotilleo B. relaciones	0.06	0.77 0.05	0.49 0.40	0.03 0.00 0.03 0.15
ISEL-16 Tangible				
Auto- presentación Simulación Cotilleo B. relaciones	0.07	0.88 0.03	0.32 0.21	0.07 0.01 0.03 0.08

Tabla 4. *Tamaño de muestra, medias(M) y varianzas (s) en las distintas escalas de bienestar psicologico y social para cada grupo de tipo de uso de Facebook*

<u>Tipo de uso</u>		<u>UCLA-3</u>	<u>CES-D-R-10</u>	<u>PSS-4</u>	<u>Rosenberg-10</u>	<u>ISEL-16 General</u>	<u>ISEL-16 Appraisal</u>	<u>ISEL-16 Belonging</u>	<u>ISEL-16 Tangible</u>
	n	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>	<u>M(s²)</u>
Autopresentación	0					77,78 (337,53)	81,86 (414,89)	74,51 (499,47)	76,96 (414,89)
	12	85,48(203,09)	14,31(126,21)	35,66(184,58)	32,06(74,53)				
Simulación	3	89,58(91,15)	40,00(411,11)	47,92(247,40)	24,67 (112,33)	99,07 (2,57)	97,22 (23,15)	100,00 (0,00)	100,00 (0,00)
Cotilleo	36	78,04(274,96)	23,95(261,38)	38,82(174,67)	30,39 (56,50)	75,58 (269,12)	78,07 (382,99)	72,59 (483,29)	76,10 (333,31)
Busqueda de relaciones	1	90,63(0,00)	6,67(0,00)	37,50 (0,00)	28,00 (0,00)	97,22 (0,00)	100,00 (0,00)	91,67 (0,00)	100,00 (0,00)
Gaming&info	17	70,56(404,58)	18,95(467,67)	38,57(195,61)	36,84 (255,02)	28,00 (67,50)	61,55 (280,57)	68,86 (312,50)	55,26 (524,14)
No usuarios	13	78,81(289,12)	22,71(320,14)	38,57(195,61)	30,46 (62,25)	75,17 (308,32)	75,17 (308,32)	79,12 (371,74)	71,71 (516,80)
	N=	82							

