



UNIVERSIDAD CENTRAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

CARRERA O ESCUELA DE ORIENTACIÓN

**ANÁLISIS DE LOS EFECTOS SOCIOEMOCIONALES DEL
USO DE VIDEOJUEGOS ANTE EL CONFINAMIENTO
POSTPANDEMIA, EN JOVENES ESTUDIANTES DE 16 A 18
AÑOS DEL COLEGIO NOCTURNO DE LIMON, CIRCUITO
01.**

**MODALIDAD DE TESIS PARA OPTAR POR EL GRADO DE LICENCIATURA DE LA
EDUCACIÓN CON ÉNFASIS EN ORIENTACION EDUCATIVA**

ESTUDIANTE:
AMBARY WILLIS FLORES

TUTORA:
LIC. ERICKA CALDERON MARTÍNEZ

SEDE ARANJUEZ
SEPTIEMBRE, 2023

Dedicatorias

Esta tesis se la dedico a mi Dios quien supo guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se me presentaron, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

A mis hijas, Yireani, Kirshany y Keimery, a mi esposo kenneth, y amiga Dixie quienes permanentemente me apoyaron con su espíritu alentador construyendo incondicionalmente a lograr las metas y objetivos propuestos.

Agradecimientos

En primer lugar, le agradezco a Dios el que siempre me dio las fuerzas para seguir adelante con mis sueños y pequeñas adversidades que tuve en mi camino. En segundo lugar, mi apoyo incondicional mi esposo, me ha motivado grandemente en lo emocional, impulsándome siempre a perseguir mis metas y nunca abandonarlas frente a las adversidades, cómo también en lo económico para que pueda conseguir mis metas y no abandonarlas.

Le agradezco muy profundamente a mi tutor por su tiempo, dedicación y paciencia, sin sus palabras y correcciones precisas no hubiese podido lograr llegar a esta instancia tan anhelada. Gracias por su guía y todos los consejos, los llevare grabados para siempre en la memoria en mi futuro profesional.

TABLA DE CONTENIDOS

CAPÍTULO I: PROBLEMA.....	8
1.1.Planteamiento del Problema.....	9
1.2.Objetivos.....	12
• Objetivo General.....	12
• Objetivos Específicos.....	12
1.3.Justificación.....	13
1.4.Antecedentes.....	16
• Internacionales.....	16
• Nacionales.....	18
1.5.Proyecciones.....	21
1.6.Limitaciones.....	22
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	23
2.1. Educación.....	24
• Tipos de Educación.....	25
• Dimensiones de la educación.....	26
• Pilares de la Educación.....	26
• Habilidades de la Educación.....	27
2.2. Etapas y Dimensiones del Desarrollo Humano.....	28
• Etapas.....	28
• Dimensiones.....	32
2.3. Desarrollo Psicosocial del adolescente.....	35
• El proceso del adolescente.....	37
• Fases y tareas del adolescente.....	39
• Cambios psicosociales en la adolescencia.....	44
2.4. Habilidades Socioemocionales.....	45
• Habilidades.....	47
• Importancia.....	50

2.5. Mundo digital.....	51
• Desafíos, riesgos y prevenciones del mundo digital.....	54
• Tecnología y proceso de socialización adolescente.....	58
2.6. Los Videojuegos.....	60
• Historia.....	62
• Géneros o tipos.....	64
• Efectos ó impactos de los videos juegos.....	65
• Adicción a los videojuegos.....	70
2.7. Orientación.....	72
• Áreas de intervención en la orientación.....	75
• Enfoque de orientación.....	77
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....	80
3.1. Enfoque de la Investigación.....	82
3.2. Diseño o tipo de investigación.....	83
3.3. Método de investigación.....	85
3.4. Fuentes de información.....	85
3.5. Sujetos de información.....	86
3.6. Consideraciones éticas.....	87
3.7. Categorías de análisis.....	87
3.8. Instrumentos de investigación.....	89
3.9. Proceso para la Recolección y Análisis de Datos.....	91
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS GENERAL DE RESULTADOS.....	93
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	100
• Conclusiones.....	101
• Recomendaciones.....	101
REFERENCIAS.....	102
APÉNDICES.....	112

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. Ventajas y desventajas del mundo digital.....	52
Tabla 2. Categorías de análisis.....	88
Tabla 3. Codificación de participantes.....	92

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1. Identidad vs confusión de roles.....	40
Figura 2. Triangulación de resultados.....	91

**CAPÍTULO I:
PROBLEMA**

1.1. Planteamiento del problema

En la actualidad el uso de la tecnología se ha vuelto indispensable para el desenvolvimiento de una sociedad en transformación; aún más en la época de la pandemia, debido a su utilidad para mantener contacto con otros, al estar en aislamiento como prevención de contagio por el Covid-19. Uno de estos recursos, fueron y son los videojuegos los cuales representaron un medio de distracción, estimulación e interacción para la población joven en la época de crisis que se vivió.

El uso de los videojuegos, resulta de interés investigativo al formar parte de la vida diaria de muchas personas jóvenes y al tomar en cuenta la cantidad de estudios realizados sobre sus beneficios y repercusiones; despierta interés profesional y personal a conocer más sobre los efectos socioemocionales que se generaron en la época mencionada y así lograr contribuir con una investigación al área de orientación; debido a que se conoce que la profesión de orientación se ha abocado a labores administrativas, dejando un poco de lado la parte psicosocial de los y las estudiantes; es por esto que la presente investigación se enfocara en esta área y en la población que permite que mantengamos viva la labor.

La orientación como disciplina social y educativa, es conocida por su interés en el bienestar integral de las personas en las diversas etapas de la vida, por medio de ejes trascendentales como lo es la intervención y la prevención; es a partir de esta dirección, que la profesión se ha logrado introducir en distintos contextos y escenarios en donde ha buscado apoyar a las personas en su proyecto de vida y en la adquisición de herramientas que permitan el fortalecimiento de habilidades y por lo tanto, conseguir hacer frente a situaciones de la cotidianidad y así alcanzar la autorrealización; llevándonos a la importancia del rumbo investigativo socioemocional considerado. Como lo dice Bisquerra (1998), “la Orientación hoy se concibe como un proceso de ayuda dirigido a todas las personas a lo largo de la vida, con objeto de potenciar el desarrollo de la personalidad integral” (p.16). Logrando revelar el rol profesional e investigador que cumplimos, cuando de ayuda se trata.

La etapa de la juventud, por sí sola conlleva gran complejidad, debido experimentan varios cambios físicos, emocionales y sociales, caminando de la mano con la formación de

la personalidad y distintas trayectorias vitales. Entre estos cambios, es posible que se presenten diferentes conductas o acciones que resulten de beneficio o, al contrario, repercutan en la vida de una persona de manera integral.

Cuando se habla de la utilización los videojuegos, se contempla el tiempo invertido y las derivaciones que se pueden manifestar por lo mismo; lo que constituye como un elemento fundamental e intrínseco al desarrollo de la persona. Como se había mencionado, los videojuegos son las mayores formas de entretenimiento y ocio en la actualidad, más aún cuando se trata de una de las actividades favoritas por los y las jóvenes, tanto por el interés que les genera, como por el tiempo que amerita. Aunque es innegable los beneficios que esta actividad proporciona, es bien conocido que en algunos casos el uso excesivo podría causar varias problemáticas y daños serios a nivel personal, social y familiar.

También es necesario enfatizar, que con la pandemia y el confinamiento por el Virus del COVID-19; además de producir gran cantidad de muertes en nuestro país y en el mundo entero, ha ocasionado consecuencias emocionales, sociales y económicas en la mayoría de la población mundial. Enfocándonos en los y las jóvenes, ha perjudicado gravemente en la estabilidad emocional y social de estos, abocándose al uso, en algunas ocasiones, de redes sociales, aparatos electrónicos e internet; introduciendo aquí los videojuegos como forma de acaparar el tiempo y distraerse de la realidad que les abruma.

Prueba de lo mencionado es la existencia de estudios llevados a cabo que prueban como la salud mental se vio deteriorada a causa la vivencia de la pandemia por el Virus del COVID-19. Muñoz (2022) señala que: “Durante la pandemia de la COVID-19, padecimientos como la depresión y la ansiedad aumentaron un 25% durante el primer año de la misma, sumándose a los casi 1000 millones de personas que ya lo sufrían, lo que vino a colapsar los ya frágiles sistemas de salud en todos los países del mundo.” (p.1)

Del mismo modo, la Organización Mundial de la Salud indica en su resumen Científico del año 2022 que:

“La pandemia de COVID-19 ha repercutido gravemente en la salud mental y el bienestar de las personas en todo el mundo (1). Si bien muchas personas se han adaptado (2), otras han sufrido problemas de salud mental, en algunos casos como

consecuencia de la infección por la COVID-19 (3-5). La pandemia también continúa impidiendo el acceso a los servicios de salud mental y ha suscitado preocupación por el aumento de los comportamientos suicidas (6).” (p.1)

Es por todo lo anterior; que con este estudio se pretender indagar **¿Cuáles son los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en jóvenes estudiantes de 16 a 18 años, del Colegio Nocturno de Limón, Circuito 01?**

Las contribuciones que se puedan derivar de este estudio, es el brindar un bagaje teórico y metodológico sobre este tema tan importante; que además ha sido muy poco estudiado en la disciplina de la orientación. Igualmente permitiría la detección temprana de uso desmedido de los videojuegos y la prevención del desarrollo de una adicción a esto mismo, ya sea por medio del fortalecimiento de habilidades o de uso de estrategias que se enfoquen en el manejo del tiempo y en práctica de diferentes actividades recreativas.

1.2. Objetivos

- **Objetivo General**

Analizar los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en jóvenes estudiantes de 16 a 18 años, del Colegio Nocturno de Limón, Circuito 01.

- **Objetivos Específicos**

Identificar los efectos sociales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años

Determinar los efectos emocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años

Conocer el papel de la orientación en la atención de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años

1.3. Justificación

Es claro que los tiempos han cambiado, y aunque estos suelen ser sinónimo de transformación, en ocasiones pueden ocasionar conductas desfavorables para las personas; en este caso para la juventud de ahora y del mañana. Lo que conocíamos como juegos de entretenimiento, en la actualidad les llamamos videojuegos; los cuales además de ser un pasatiempo, se han convertido en un elemento necesario en la vida de muchos y muchas jóvenes; incluso después de la vivencia de la pandemia.

Fagale (2023) expone como “Ignacio Civeira, responsable del primer centro integral y público de prevención e investigación en adicciones comportamentales, en el Hospital Gregorio Marañón” hace alusión a algunas causas y características que hacen a las personas menores de edad más vulnerables a continuación:

Tales como factores neurobiológicos que tienen que ver con el desarrollo del cerebro en la infancia; factores externos como la situación familiar, internos como la poca facilidad a la socialización o la falta de motivación, e incluso genéticos... Asegura que el uso excesivo de redes sociales y videojuegos puede ser un factor de riesgo en sí mismo. Estas plataformas están diseñadas para ser altamente atractivas y pueden llevar a la compulsión y la pérdida de tiempo. Además, el contenido en línea a veces puede ser perjudicial para la salud mental de los jóvenes... En última instancia, el uso problemático de la tecnología en la población infanto-juvenil es un fenómeno multifacético y complejo que involucra una interacción de factores biológicos, psicológicos, familiares y ambientales. (p.1)

El aspecto mencionado, no conto con la vivencia de la pandemia; la cual trajo consigo más aspectos de vulnerabilidad para cualquier persona. Actualmente la mayoría de jóvenes están involucrados con algún tipo de videojuego; sin embargo, no todo es perjudicial; hay una relación estrecha con la moderación en el uso de estos; tal como lo menciona Fagale (2023, p.1) señalando que: “Según Dafne Cataluña, psicóloga y fundadora del Instituto Europeo de Psicología Positiva: “Las tecnologías han venido para quedarse y tienen muchos beneficios si aprendemos a relacionarnos con ellas de forma equilibrada”.

La Fundación Reinicias (2021) hace mención de como la juventud de ahora está inmersa en una era tecnológica, lo que causa una facilidad de uso y una mayor “dificultad para regularse” ante algo que realmente les gusta y les genera “placer y bienestar”. Indica que pandemia vino a aumentar el uso tecnológico o de videojuegos provocando exposición excesiva y en algunas ocasiones abusos en la utilización. Asimismo, considera que en la etapa de la juventud hay ciertas características que predisponen a la persona a dicho uso en abundancia como lo es:

“...la satisfacción de los deseos, la impulsividad, la necesidad de estar en continuo contacto con su grupo de amigos y amigas, la búsqueda de emociones y sensaciones inquietantes, la dificultad para frenarse ante algo que les gusta, etc., hace de los videojuegos un entretenimiento que encaja a la perfección con este tipo de rasgos y por tanto es súper atractivo para los y las adolescentes.” (p.1)

El estímulo audiovisual que producen los videojuegos se ha convertido en un mundo envolvente de acción rápida y concentración para quien le utiliza. Estos juegos hacen que el cuerpo humano segregue sustancias químicas que causarán placer y, por lo tanto, que la persona se sienta bien. Verdaderamente lo que dispersan estos estímulos, no es perjudicial; sin embargo, cuando esto se vuelve primordial para el funcionamiento diario, es cuando hablamos de una dependencia o necesidad.

Lo anterior es verificado por Pérez y Torres (2012) quienes mencionan que Brenes (2011):

“describe el uso generalizado que tienen los videojuegos como activador emocional, específicamente, como medio para la búsqueda de un estado de ánimo positivo, recurriendo a la activación fisiológica que produce este tipo de juego; así se busca olvidar los problemas y evitar la soledad”. (p.2)

Por otro lado, la pandemia y el confinamiento que se ha vivido en esta última época ha aumentado en la juventud la necesidad de utilizar su tiempo en algo que les mantenga activos y acapare su interés u atención; es aquí en donde se suscita el uso de los videojuegos en algunas personas. La UNESCO (2020) explica que en el tiempo de la pandemia se han manifestado muchas vulnerabilidades que han dado paso a que se tome en cuenta el impacto

de esta epidemia, no solo en la salud pública mundial; sino que también en dimensiones vitales para el desarrollo sano, como lo son aspectos sociales, emocionales y psicológicos.

Igualmente, Leonor (2020) expone en su reporte periodístico que la psicóloga Karina Valenzuela explica que:

“El encierro vino a ser un examen a nuestro mundo emocional. A poner en la cara a quienes tienen debilidad y a los que son fuertes y sacó a la luz por donde andamos emocionalmente... Este proceso y el enfrentamiento de cada quién con sus emociones ha hecho que se disparen las ayudas en salud mental...” (p.1)

Desde una perspectiva necesaria para el estudio a elaborar, es que la orientación toma un papel importante cuando se trata de implicaciones sociales y emocionales generados por la pandemia y el uso de los videojuegos. Además, al ser este confinamiento tan reciente, hace que este proceso sea innovador y enriquecedor para el colectivo social profesional. Tal como lo señala Morales (2020):

...la función del profesional de la orientación debe trascender de la acción psicopedagógica a la creación de relaciones de apoyo y de asesoramiento a través de las cuales la persona consolide competencias emocionales y personales, así como habilidades sociales que apunten hacia la erradicación del individualismo y, en su lugar, se posibilite la configuración de relaciones altruistas, de cooperación y de reciprocidad como garantes de funcionabilidad social. Por tal motivo, es posible afirmar que orientar en el siglo XXI implica el ofrecimiento de alternativas de asistencia socioeducativa, mediante las cuales facilitar la autorrealización, la satisfacción de necesidades y el crecimiento personal. (p.13)

Terminando este capítulo, si bien se sabe los videojuegos pueden producir muchos efectos positivos y negativos en el desarrollo cognitivo, conductual, social y emocional; son estos dos últimos los de mayor interés para el presente estudio; lo que justifica la investigación y la importancia que sobrelleva, debido a que incluye la pandemia como un factor determinante en el aspecto socioemocional y la profesión de orientación como parte del proceso investigativo, práctico y estratégico para futuras acciones preventivas y de intervención.

1.4. Antecedentes

Existen muchísimos estudios sobre el tema de los videojuegos y las diferentes implicaciones en el desarrollo humano; pero, en lo que respecta a lo vinculado con la pandemia, hay poco desarrollado, debido a lo actual de esta vivencia; así como encontrar a la profesión de la orientación involucrada, más allá de la parte educativa. A continuación, algunos antecedentes nacionales e internacionales afines al tema de investigación:

- **Internacionales**

En el año 2009 en España, Ricardo Tejeiro Salguero, Manuel Pelegrina del Río y Jorge Luis Gómez Vallecillo llevaron a cabo un estudio llamado “Efectos psicosociales de los videojuegos”; en dicho artículo mencionan que indagaron sobre la temática en cuestión, vinculado a los impactos “tanto negativos (adicción, agresividad, aislamiento social, rendimiento escolar, desplazamiento de otras actividades, conducta delictiva o antisocial, juego patológico, consumo de sustancias, trastornos médicos) como positivos (entrenamiento y mejora de habilidades, utilidades terapéuticas, uso como medio didáctico).” (p.1)

También en el año 2018, Norman Osa Fernández realizó un estudio llamado “Efectos de los videojuegos en adolescentes a nivel emocional” siendo esta, la investigación similar a la actual a ejecutar. La misma fue hecha en España, en la Universidad de las Islas Baleares por la Facultad de enfermería y fisioterapia. Tuvo como objetivo “determinar qué efectos tienen los videojuegos en los adolescentes a nivel emocional, tanto los beneficios como los perjuicios, y así buscar alguna solución para reducir esos efectos negativos o defender que los videojuegos también presentan efectos positivos” (p.2)

En el año 2019 se ejecutó una investigación que llevo el nombre de “Adolescencia y Consumo de Videojuegos: Una Revisión Narrativa del Estado del Arte” en el país de Chile por Danilo Sans, con el propósito de una “revisión bibliográfica narrativa tiene por objetivo (1) Describir el consumo de videojuegos en adolescentes y (2) Describir las consecuencias de dicho consumo.”; obteniendo como resultado que “El consumo de videojuegos es principalmente virtual en el espacio digital-virtual, este es diferente al espacio material “real”. Los adolescentes los consumen de forma diferenciada por género. Se describen consecuencias positivas y negativas de este consumo”; concluyendo “la necesidad de un

sistema estandarizado de clasificación de videojuegos para poder extraer conclusiones más adecuadas.” (p.1)

Asimismo, en el año 2019 salió un artículo de la UDEM (Universidad de Monterrey) debido a una plenaria donde se habló del tema que llevo nombre de “Reflexionan sobre el impacto social de los videojuegos” en el cual se expuso lo común que es culpar a los videojuegos como propiciadores de violencia; uno de los panelistas Héctor Mendoza comento que “Si aceptamos, sin conceder, que hay una relación intrínseca entre la violencia y lo que se presenta en los videojuegos, tendríamos que aceptar también que los videojuegos como expresión artística, como el cine, la televisión, las novelas, los grandes media, de alguna manera sí puede provocar reacciones en el gran público, pero solo reacciones que también son parte ya del gran público”, explicó.” (p.1). Señalaron, que existen otros formatos con mucho mayor contenido violento y como en Estados Unidos existe un mayor acceso a armas que a los videojuegos; cerrando con que el exceso en el uso de videojuegos siempre va a tener impacto, pero por sí solo no tiene repercusiones.

Con respecto al tema de la pandemia, se encontró una guía elaborada por el Programa de Promoción de la Salud Mental, llamado “El impacto emocional de la pandemia” del año 2020; dirigida a “apoyar a los y las profesionales de CMSc (Centros Municipales de Salud Comunitaria)”; sin embargo, se considera funcional para la población en general por su aporte tan significativo de prevención y adaptación. Estableció que parte de su finalidad era “ayudar a las personas a que puedan volver a conectar con sus recursos tanto internos como externos, recuperar su regulación emocional y, de esta forma, evitar el desarrollo de posibles desajustes o patologías” (p.3)

Finalmente, un artículo/noticia del Blog de Actualidad y Ciencias Sociales en el año 2022 con el nombre de “Impacto de industria del videojuego en la interacción social” el cual hace alusión a la cantidad de videojuegos que se vienen incorporando a la sociedad con diferentes temáticas y objetivos. Indican que “...atribuirles un significado cultural a los videojuegos es uno de los efectos que se suman a la vida social, pues bien, su difusión en el mercado los ha insertando en la comodidad de los hogares, razón por lo cual varios usuarios se identifican y comparten sus preferencias.” (p.1). Igualmente exponen lo siguiente:

“A lo largo de un tiempo la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) había sostenido una postura donde los videojuegos son una fuente de adicción y violencia, no obstante, en su reciente informe hacen referencia a investigaciones acerca de videojuegos que pueden aportar en beneficios para la salud socioemocional, y una forma de activación física.” (p.1)

“En definitiva, el impacto de la industria de los videojuegos en el proceso de socialización es amplio, y ante cualquier hecho social, la acreditación o rechazo en la distribución de estos productos propicia el debate entre actores de posturas antagónicas, por tal razón, es necesario seguir profundizando en las causas de un problema y el aprovechamiento de la tecnología que seguirá creciendo de forma exponencial. Se requieren esfuerzos para construir una teoría del videojuego y relacione el proceso de socialización para explicar una industria con mucho por aportar en diferentes áreas del conocimiento.” (p.1)

- **Nacionales**

En el año 2012, Rolando Pérez y David Torres efectuaron una investigación llamada “Intensidad de demanda de los videojuegos y su efecto sobre el estado de ánimo y la activación percibida”; la cual fue hecha en la Universidad de Costa Rica y busco “indagar la relación entre el uso de videojuegos con diferente intensidad de activación demandada sobre la activación fisiológica percibida y los estados de ánimo” (p.1). Por otro lado, en cuanto a los resultados señalaron que:

“...los videojuegos a los que se expusieron los participantes fueron percibidos como agentes de activación fisiológica, que fue asociada con afectividad positiva. Acá el disfrute promovido por la situación de juego se vinculó con estados de ánimo placenteros, situaciones que implicaban poner a prueba las destrezas de coordinación visomotora y el competir consigo mismo por la mejoría de estas destrezas (como en el caso del juego de frisbee) o el competir ante personajes virtuales mediante la imposición de fuerza y movimiento en una lucha de espadas.” (p.13)

En el año 2019 en la Universidad de Costa Rica se ejecutó una investigación con el nombre de “Aspectos sociocognitivos asociados al uso de videojuegos colaborativos y violentos” por Rolando Pérez, Gloriana Giusti y Karina Soto. Este estudio se avoco a indagar “las diferencias en el uso de un videojuego colaborativo y un videojuego violento a nivel sociocognitivo” (p.1). De igual manera dentro de los resultados están los siguientes:

“Los resultados muestran evidencias de que jugar uno u otro juego se asocia a diferentes respuestas sociocognitivas, sobre todo en el plano emocional y motivacional, hallazgos relevantes para la comprensión de los usos cotidianos de estas tecnologías. Se encontró que el videojuego violento favorece estados de ánimo más positivos, mientras que el videojuego colaborativo evoca mayor transporte emocional. Asimismo, la necesidad psicológica de filiación se asocia con el acto de videojugar en contextos de juego compartido, independiente del tipo de juego.” (pp. 1 y 2)

Otra investigación realizada en el año 2020 en la Universidad de Costa Rica por Mariela Salazar y Natalia Espinal llevo el nombre de “Efecto del tipo de tendencias de uso de videojuegos sobre el autoconcepto de estudiantes universitarios”; “el presente estudio se basó en examinar el efecto de estos dos tipos de tendencia de uso de videojuegos sobre el autoconcepto, medido a través de las variables autoestima y autoeficacia...” (p.7). Se concluyo que:

“(1) es la experiencia de juego grupal y no el tipo de tendencia a la que responda un videojuego u otro lo que mejora el autoconcepto, (2) que la inteligencia fluida y el sexo no influyen en el tipo de juego que se prefiere, y que (3) al presentar una mejora en el autoconcepto al jugar ambos videojuegos, se puede considerar que los videojuegos tienen efectos benéficos en las personas, lo cual debe aprovecharse.” (p.8)

En antecedentes propios de la pandemia se encontraron indagaciones de mucho valor para esta investigación tales como la del Ministerio de Educación Pública de Costa Rica en el año 2020 que realizo un estudio estadístico llamado “Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica” que recopiló los siguientes datos:

“En el impacto emocional, el 85.3% de la población que ha sido afectada severamente presenta cambios de humor y se siente hipersensible emocionalmente, un 70.4% señala que le sobrepasan la cantidad y el tipo de situaciones que debe afrontar, con un porcentaje similar de 69.6% que expresa estar irritable y se enfada con facilidad. El 41.0% siente que enfrenta los mismos problemas que la gente que les rodea.” (p.1)

Además, la UNICEF de Costa Rica, en año 2020 consumó un estudio estadístico llamado “Ansiedad, aburrimiento y depresión experimentan las personas adolescentes y jóvenes durante la pandemia del Covid-19” lo que concluyo con que:

“Un 34% de las personas adolescentes y jóvenes, entre 13 y 35 años, dicen sentir ansiedad. Un 45% de las personas adolescentes y jóvenes, entre 13 y 35 años, tiene una percepción pesimista del futuro. Un 39 % de las personas adolescentes y jóvenes, dicen no sentir que están en riesgo de contraer la enfermedad del Covid-19. Un 26 % de las personas encuestadas dicen necesitar el contacto con personas jóvenes para seguir adelante...” (p1.)

Finalmente, en el año 2021 un artículo del Semanario Universidad llamado “La otra epidemia: Costa Rica supera crecimiento mundial de casos por depresión y ansiedad” hecho por Monserrat Cordero Parra; llegado a resultar que:

“El estudio Prevalencia y carga mundial de trastornos depresivos y de ansiedad en 204 países y territorios en 2020 debido a la pandemia COVID-19, publicado el pasado 8 de octubre, toma en consideración la tasa de contagio diaria y la disminución de la movilidad, que en Costa Rica incrementó en un 35,2% el reporte de trastornos depresivos y en un 35.6% los trastornos de ansiedad el año anterior... Según la revista científica The Lancet, las personas más afectadas tanto por los trastornos depresivos como por los trastornos de ansiedad a nivel mundial fueron las mujeres y los grupos juveniles...” (p.1)

1.5. Proyecciones

Con esta investigación se pretende analizar los efectos socioemocionales del uso de videojuegos a raíz de la pandemia en jóvenes, lo que permitirá agregar teoría y resultados beneficiosos para estudios próximos sobre lo mismo o asociado a la temática en general.

Consentirá dar a conocer y obtener información relevante que permita reforzar hábitos y disciplinas positivas en la juventud; evitando el uso excesivo de los videojuegos y a su vez disminuyendo el impacto negativo que estos generan en algunas ocasiones.

Lograr generar acciones participativas en el hogar, instituciones y comunidades que contemplen el desarrollo saludable de las emociones en la juventud actual y futura, ayudando al fortalecimiento o el potenciar las habilidades, aprobando que busquen nuevas formas de entretenimiento o un uso controlado de los videojuegos

La información y resultados que se originen de esta investigación alcanza que sea útil para el Departamento de Orientación y el Colegio Nocturno que formara parte de este estudio; además esta podría ser replicada en otras instituciones educativas de la zona o no para realizar una comparación.

Finalmente se proyecta que la población participante, podría ser atendida y capacitada en dimensiones integrales, con el fin de que adquieran hábitos saludables y alcancen alternativas individuales para su bienestar. Esto se conjuga con el hecho de que este estudio se presta como insumo de vital importancia para la creación de programas, proyectos y estrategias que permitan explorar, intervenir y prevenir situaciones involucradas con el tema.

1.6. Limitaciones

Las limitaciones que se podrían presentar para la ejecución de la investigación son varias, pero una de las más sobresalientes es el hecho de que los estudiantes no tengan la motivación de participar en el estudio, debido a que las cargas académicas que poseen; donde la pandemia tiene gran responsabilidad

También podría existir la dificultad para lograr crear interés y conciencia en los jóvenes participantes los cuales se encuentran sumergidos en el mundo de la tecnología. Es decir, el fácil acceso a la tecnología crea competencia en cuestiones de entretenimiento.

Se conoce, que existe una ausencia de vigilancia por parte de los padres de familia; teniendo poco control del tiempo utilizado por los jóvenes en los videojuegos u cualquier artefacto tecnológico; siendo los adultos en muchas ocasiones los promotores de estas conductas y no predicadores del ejemplo.

Hay escasa información en cuanto a el área socioemocional y el uso de videojuegos, lo que puede afectar la parte informativa que conlleva el trabajo. Igualmente, al haber pasado un año desde la pandemia; la restricción de tiempo se puede hacer presente para la búsqueda de información y lograr cumplir los propósitos de la investigación.

Es posible que pueda estar presente el sesgo y la subjetividad debido a la información y la referencia negativa que hay sobre los videojuegos, lo que puede interferir con el análisis.

**CAPÍTULO II:
MARCO TEÓRICO**

2.1.Educación

La educación es comúnmente conocida como la disciplina encargada de los distintos métodos de enseñanza y aprendizaje, con la finalidad de transmitir saberes, destrezas, valores y otros. La misma, es vital para los seres humanos debido a que envuelve todos los contextos en los que se desarrolla una persona por lo que se puede definir como un fenómeno social que es permanente en el tiempo y favorece el conocimiento.

Jiménez (2019) señala que la educación:

“...frecuentemente, definida como el arte de enseñar o de instruir, esto es, un conjunto de actividades que objetivan el desarrollo de la capacidad física e intelectual del ser humano.” (p.1)

“...consiste en un conjunto de procedimientos, decisiones y acciones que, provenientes de la convivencia familiar, escolar y social, objetivan la edificación de aquel ser humano que la propia sociedad desea.” (p.1)

Resulta claro, que la educación es un elemento imprescindible en la vida de todo ser humano por las potenciales ventajas que ofrece y la posible garantía de un futuro exitoso. Como todo componente esencial; es forzoso que posea gran cantidad de características que se complemente a su conceptualización brindándolas el Equipo Editorial Etecé (2023) a continuación:

Un derecho de toda persona.

Un proceso social, es decir, fuera del ámbito social nadie puede adquirir educación.

Un sistema de socialización que permite incorporar las costumbres de una cultura.

Un proceso de instrucción continuo.

Un sistema de aprendizaje a través de la observación, el pensamiento crítico y la elaboración de conclusiones por cuenta propia.

Una disciplina que transmite los valores y el conocimiento acumulado de una sociedad.

Una guía en el proceso de aprendizaje que estimula el desarrollo de habilidades y afecta al comportamiento de un estudiante.

Formal, informal, presencial o a distancia, entre otros modos.

Formadora de la actitud del estudiante.

Un instrumento de subsistencia del ser humano, desde el aspecto social, emocional y laboral.

Un modo de fomentar la democracia participativa. (p.1)

La educación siendo un representante vital para la sociedad y sus miembros; al ser un derecho universal, determina su inserción en el mundo de las ventajas sociales como lo es la equidad, trabajo, identidad cultural, democracia e innovación. Asimismo, permite a los seres humanos desarrollarse personal y profesionalmente; tener acceso a una mejor calidad de vida, acceso a mejores oportunidades, evitar la pobreza y conseguir un mejor futuro.

De la educación, se despliegan una serie de tipos, dimensiones, pilares y habilidades explicados a continuación:

- **Tipos de Educación:**

Imaginario (2019) examina los distintos tipos de educación que existen en la actualidad, siendo estas la formal, no formal e informal.

- Formal:

Es aquella recibida en los distintos centros educativos públicos o privados a población de todas edades y que demanda un título garantizado por las autoridades competentes y avaladas por el estado. Lehrer (2021) la define como “Experiencias educativas planificadas, con una metodología determinada y objetivos concretos, impartidas en una institución o centro educativo (escuelas, universidades, institutos, etc.)” (p.1)

- No formal:

Es aquella que se brinda por medio de capacitaciones de diversos oficios que no requieren de un título. Lehrer (2021) la define como “Experiencias educativas que, si bien son planificadas y orientadas a un fin determinado, tienen lugar fuera de todo ámbito académico formal o avalado oficialmente.” (p.1)

- Informal:

Es aquella recibida en la cotidianidad por la familia y comunidad. Lehrer (2021) la define como “Las experiencias educativas que se viven desde la primera infancia, dentro del

contexto familiar o comunitario, y a lo largo de la vida, en la cotidianidad, de modo involuntario, fuera de todo marco académico.” (p.1)

- **Dimensiones de la Educación:**

Lehrer (2021) comenta que la educación al ser un derecho universal, posee 4 dimensiones que la ONU señala a continuación:

- Disponibilidad (Available, en inglés): Los Estados deben garantizar la disponibilidad de instituciones educativas (infraestructura y programas) que cubran la totalidad de la población.
- Aceptabilidad: Los programas de estudio deben ser adecuados culturalmente y de buena calidad, de modo que sean aceptables para las y los titulares del derecho (estudiantes, madres, padres o tutores).
- Accesibilidad: El acceso a la educación no puede ser prohibido, debe ser universal, sin distinción de raza, sexo, credo o clase social.
- Adaptabilidad: Los programas educativos deben adecuarse a los cambios de la sociedad. (p.1)

- **Pilares de la Educación:**

CETYS (S.f) indica la serie de pilares que la educación posee a continuación:

- Aprender a conocer:

Está vinculado a tener influencia instrumental para obtener conocimiento y la posibilidad de lograr que las personas sepan del mundo en el que viven, el potencial que poseen y comunicarse de la mejor manera. Lehrer (2021) explica que este pilar “Supone la capacidad de aprender a aprender, dominar los instrumentos mismos del saber. Propone la combinación de una cultura general suficientemente amplia con la posibilidad de estudiar a fondo un acotado número de materias.” (p.1)

- Aprender a hacer:

Es la habilidad que se trasfiere a las personas; llevando a la acción lo aprendido y su ajuste al mundo laboral. Lehrer (2021) comenta que esta “Más allá del aprendizaje de una técnica o actividad específica, se plantea la adquisición de una competencia que permita al individuo hacer frente a numerosas situaciones, además de facilitar el trabajo en equipo.” (p.1)

- Aprender la convivencia:

Hace referencia a un gran reto social que compone; más en este tiempo, haciendo necesario la responsabilidad y la distancia moderada. Lehrer (2021) dice que es “Explorar todos y cada uno de los potenciales talentos de la persona. Se destaca la necesidad de que cada individuo pueda comprenderse mejor.” (p.1)

- Aprender a ser:

Se vincula al crecimiento integral de una persona mediante la educación y la obtención de un pensamiento crítico personal. Lehrer (2021) indica que esta se caracteriza por “Conocer mejor a los demás (su historia, sus tradiciones y espiritualidad) para comprender las -cada vez mayores- relaciones de interdependencia y buscar soluciones inteligentes y pacíficas a conflictos inevitables.” (p.1)

Terminando de conocer todo lo necesario acerca de la educación, una de las claves del proceso educativo, son las distintas habilidades que se adquieren debido a que tiene influencia intrínseca en el tema por investigar.

- **Habilidades de la Educación:**

Basco (2017) hace mención de algunas habilidades que resultan clave en el desarrollo personal del proceso educativo recibido:

- Pensamiento crítico: Habilidad para analizar y valorar de forma ecuánime la información existente, tomando en cuenta los posibles alcances y reparaciones que sean necesarias; adquiriendo la capacidad de tomar decisiones conscientes y responsables y la resolución de problemas de forma certera.
- Comunicación: Habilidad necesaria en todos los sentidos de la vida, tanto en el área escrita como en la oral; siendo esta breve, clara y concluyente.
- Trabajo en equipo: Habilidad de cooperación y trabajar con otros, mediante la escucha, solución de problemas y decisiones en conjunto. Esta es trascendental en el entorno laboral y brinda apertura en el logro de propósitos y la productividad.
- Adaptabilidad: Habilidad de disposición a la flexibilidad ante las situaciones de cambio; enfrentando desafíos, superándolas y aprovechando las oportunidades ofrecidas.
- Liderazgo: Habilidad de motivar otros, inspirando gestión de equipo y ética en la toma de decisiones.

Las habilidades aprendidas o adquiridas en el contexto educativo, son vitales debido a su aporte a nivel integral y su función para responder a los desafíos de la vida diaria. Es claro que este tema resulta fundamental por lo que más adelante se profundizara sobre las mismas; se hace mención en este segmento debido a su vínculo con el área educativa, pero es claro se debe excavar con mayor detenimiento y proporcionar la importancia que merece al hablar e indagar el tema estipulado y aceptado.

2.2.Etapas y Dimensiones del Desarrollo Humano

Los seres humanos atravesamos una serie de etapas que poseen sus propias características biológicas, cognitivas, sociales y emocionales. Dichas fases se presentan desde el nacimiento hasta la muerte y se ven complementadas por sistemas de pensamiento, comportamiento y necesidades propias de la realidad de cada persona.

Esta realidad y la vivencia de cada etapa se relaciona a los contextos en los que la persona crece, tal y como lo es la familia, siendo este el principal eje o factor protector y modulador cognitivo – conductual con el que se interactúa en los años de mayor importancia en el desarrollo de la personalidad.

De igual manera, las personas suelen ser caracterizadas por la experiencia de diversas dimensiones en las distintas etapas de la vida de diferentes maneras, las cuales se relacionan a las potencialidades o capacidades que posee cada persona en su desarrollo personal.

- **Etapas:**

En cuanto a las etapas de desarrollo, Mansilla (2000) explica de manera clara y concisa cada una de estas a continuación:

- De la Concepción al Nacimiento:

Es la existencia del ser humano previa al nacimiento, se da inicio al proceso de desarrollo en el vientre de la madre; formándose el cuerpo para cumplir con lo necesario para llegar al mundo y nacer. También en esta fase el contexto empieza a tener relevancia debido a las expectativas que se generan sobre el individuo que está por llegar. Mansilla (2000, p.3) indica que en esta etapa:

“...el feto inicia un desarrollo propio de un ser humano desde la concepción, momento en que recibe su herencia genética y colectiva. y por sus primeras interacciones con la madre y a través de ella con el medio. Por lo que. aun cuando su proceso de socialización esté limitado al desarrollo del sistema nervioso con que cuenta para realizar sus procesos superiores, desde ya inicia su camino para llegar a ser humano.”

- Los Menores de Edad:

Esta fase inicia con el nacimiento y culmina a los 17 o 18 años. Se inicia con el consumo de alimentos sólidos, primeros pasos y palabras o frases completas; así como el aprendizaje de la lectoescritura. Siguiendo con el crecimiento y el aumento de capacidades sociales, psicológicas y cognitivas.

- Los Niños:

Mansilla (2000, p.5) señala que esta se divide en las siguientes:

“La Primera Infancia (0-5 años) caracterizada por un alto grado de dependencia y su alta morbi-morbilidad, características que lo ponen en alto grado de riesgo en relación inversa a la edad, por lo que requiere un estricto "Control de Desarrollo y Crecimiento "...”

“La Segunda Infancia (6 a 11), se caracteriza por su apertura al mundo externo y por la acelerada adquisición de habilidades para la interacción. En este período los niños tienen un riesgo menor que en la primera infancia, que disminuye igualmente en razón inversa a la edad, por lo que el Control de Desarrollo y Crecimiento se realiza anualmente.”

- Los Adolescentes:

Mansilla (2000, p.5) señala que:

“En este período de desarrollo se vive un crecimiento acelerado del esqueleto provocando cambios en la autoimagen y en el manejo físico del espacio, especialmente hasta los 14 años, todo lo cual dificulta el manejo de las interacciones; además, se terminan de desarrollar los sistemas respiratorio, circulatorio y de la reproducción. En cuanto a lo psicológico aparece una inquietud dirigida a explorarse a sí mismo y el entorno; asimismo, en este período definen su identidad social y de género. Una característica psicológica importante y creativa es que, alrededor de los

15 años empiezan a creer que pueden cambiar y dominar el mundo, lo que puede desbordarlos, y en el caso de la adolescente frustrarla por razones de género si el medio que los rodea es estrecho y sin adecuados satisfactores sociales a sus necesidades.”

Igualmente, Mansilla (2000) comenta que, dentro de esta categoría de la adolescencia, existen varias subcategorías pertenecientes a la misma las cuales son: los adolescentes primarios; personas entre la edad de 12 y 14 años y los adolescentes tardíos; personas entre la edad de 15 a 17 años. Esta fase es conocida como la Etapa Formativa.

- Los Mayores de Edad:

Mansilla (2000) expresa que esta etapa es cuando se llega a los 18 años en adelante, se posee la capacidad de responder por sus actos a nivel legal, así como formar parte de las personas que trabajan, estudian y se unen en matrimonio.

- Los Trabajadores:

Mansilla (2000, p.7) expone sobre esta fase que:

“Los "Trabajadores" pueden mantenerse y mantener o contribuir significativamente a mantener a terceros con el producto de su trabajo: pueden formar familia: y pueden participar activamente en la vida social del país a través de actividades políticas y comunitarias...”

- Los Jóvenes:

Mansilla (2000, p.7) menciona que:

“...seres humanos que se encuentran entre los 18 y 24 años de edad son maduros en cuanto crecimiento y desarrollo psicológico, pero son diferentes a los demás mayores por ser inexpertos en el mundo adulto, al que entran con entusiasmo, dinamismo y creatividad que la compensan; y, mantienen aún una gran facilidad para el cambio lo que facilita el aprendizaje y aprehensión de conocimientos e información a velocidad, todo lo cual se expresa en su activa y muchas veces creativa participación social. Al finalizar el período, ya tienen estudios terminados (a excepción de las carreras profesionales muy largas). tienen trabajo y tienen o han tenido relaciones de pareja: pocos se han casado. los más tienen en miras adquirir responsabilidades de familia propia. Actualmente se observa, especialmente en los jóvenes con estudios superiores, caracteres psicológicos de competencia y de logro altísimos y un

distanciamiento de proyectos de familia propia. En cuanto a los estereotipos sexuales, presentan un nuevo modelo de relaciones de pareja y forma de ver el "mundo", que se les presenta más amplio y más exigente.”

- Los Adultos:

Mansilla (2000, p.8) explica sobre esta etapa que:

“Adulto es todo ser humano desde los 25 a los 64 años. En este subperíodo, además de los cambios biológicos, las diferencias en el desarrollo se relacionan con la mejor calidad de vida y la mayor esperanza de vida, lo que influye en la personalidad de sus integrantes y en su quehacer social...”

Mansilla (2000) los divide en tres grupos; el primero son los adultos primarios que son aquellos entre la edad de 25 a 39 años, donde es posible que posean un trabajo, familia y enfrenten responsabilidades debido a la madurez de su proceso. El segundo son los adultos intermedios quienes están entre los 40 y 49 años, en esta se dan cambios diversos, pero principalmente a nivel físico y biológico como lo es el climaterio y la menopausia. Finalmente, el tercero son los adultos tardíos que oscilan entre los 50 a 64 años, enfrentando a que lo hijos dejen el hogar, la posible jubilación y la posible poca actividad física, laboral y social.

- Los Jubilados:

Mansilla (2000) indica que es la etapa en la que se cumple 65 años y se jubilan, recibiendo todos los beneficios de la etapa laboral...

- Los Senectos:

Mansilla (2000, p.9) dice que en esta etapa dorada:

“Los senectos son los adultos de 65 a 74 años. Este término es sinónimo de Vejez. por tanto, significa ancianidad: sin embargo, el término senecto se confunde con senilidad, término que es una categoría psiquiátrica y designa una enfermedad mental. Lo importante es que hoy se discute cuando se es anciano y se diferencia el proceso por el cual se envejece de las diferentes enfermedades que pueden atacar al ser humano”

- Los Gerontes:

Mansilla (2000, p.10) explica que en esta etapa platino:

“Los Gerontes se pueden dividir en: Senectos Tardíos (75 a 84 años); Longevos (85 a 94 años); y, Prolongevos (95 a más años), término acuñado por Gerald J. GRUMAN para designar "los esfuerzos deliberados para extender la vida por medio de la acción humana" (RICE, op.cit. p: 521), y que hacemos extensivos a todos los mayores de 95 años, vivan una prolongada vida natural o con intervención de la ciencia.”

Cerrando este punto, la parte del desarrollo brinda una idea de lo que pueden haber vivido las personas en el proceso de la pandemia; principalmente las personas menores de edad, que como se comento es una fase formativa prioritaria para el aprendizaje y desarrollo de habilidades para hacer frente a distintas situaciones que se viven o puedan surgir. Mansilla (2000) cita como parte de la concepción del desarrollo lo siguiente:

“En cuanto al concepto desarrollo, MAIER (1969) diferencia el crecimiento orgánico de desarrollo del desarrollo "humano" propiamente tal, que lo relaciona con el desarrollo socio-psicológico y lo define como la "integración de los cambios constitucionales v aprendidos que conforman la personalidad en constante desarrollo de un individuo "; especificando que, "el desarrollo es un proceso." el cambio. es un producto "" (p.2)

A partir de todo lo mencionado sobre las etapas del desarrollo, se acentúa la importancia de profundizar en el tema del área psicosocial de la persona adolescente al ser la población de estudio; lo cual se hará prontamente y con mayor detenimiento. Sin embargo, es necesario hacer énfasis sobre el tema del desarrollo y sus dimensiones; para así lograr comprender la constitución de un ser humano; su integralidad y su influencia en las conductas ejercidas por las personas según el momento, contexto y período de la vida.

- **Dimensiones:**

Varios estudios y autores toman en cuenta las dimensiones a considerar; sin embargo, Sanchis (2022, p.1) es la estudiosa de mayor actualización y señala las 8 dimensiones del ser humano a continuación:

- Dimensión neurofisiológica o física:

“Dentro de esta dimensión formarán parte todos y cada uno de los elementos biofisiológicos que ponen en funcionamiento todo nuestro cuerpo y los modos en que este funcionamiento puede verse perjudicado o ser optimizado.”

Esta área se relaciona a los hábitos o acciones para garantizar el mantenimiento de cuerpo a nivel externo e interno; al igual del cómo nos visualizamos y residimos en la sociedad. En este sentido al hablar de acciones se hace referencia a los cuidados que se dan al físico brindándole las necesidades básicas como la alimentación, higiene, ejercicio, otros...

- Dimensión cognitiva-psicológica:

“Otra de las dimensiones del ser humano es la psicológica o cognitiva que se compone de todo el funcionamiento cognitivo que acontece en el ser humano, interacciona con el medio y le permite relacionarse con él, conocerlo e integrarlo. Este proceso se da tanto a nivel exteroceptivo (conocimiento del medio) como a nivel interoceptivo (conocimiento de uno/a mismo/a).”

La dimensión presentada tiene que ver con las ideas o pensamientos que definen lo que somos; es la parte intelectual que recaba conocimiento, el aprendizaje y la vivencia de experiencias donde se lleva a cabo lo asimilado, entendido o reflexionado; es la capacidad que tienen las personas para utilizar su inteligencia y lograr traspasarlo a generaciones.

- Dimensión afectivo-emocional:

“Si hablamos de dimensiones del ser humano, este está dotado de emociones que le producen determinados efectos ante las diferentes experiencias vividas. La persona entra en interacción a través de su cuerpo, sus sentidos y sus cogniciones con el medio que le rodea y, a través de esta interacción, experimenta ciertas emociones sobre las experiencias vividas.”

Esta dimensión tiene que ver con la interacción del mundo interno o emocional con el externo, es decir al relacionarse con los contextos; teniendo la capacidad de sentir emociones e identificarlas.

- Dimensión comunicativo-expresiva:

“Esta dimensión del ser humano incluye todos los sistemas lingüísticos verbales y, a su vez, el gran abanico de posibilidades que contiene la comunicación no verbal, por un lado, derivada de constructos culturales y, por otro, de elementos intrínsecos a la propia comunicación humana esencial.”

Esta área tiene relación con la forma o capacidad de comunicarse con otros en un lenguaje claro, inclusivo y abierto al entendimiento al formato del contexto.

- Dimensión social:

“Concretamente, la dimensión social incluye todas las facetas de la vida del ser humano que incluyen la interacción de este con sus prójimos. De este modo, dentro de esta dimensión, forman parte la familia, la escuela, los amigos, la comunidad, el entorno laboral y de ocio y la cultura en la que nos hemos desarrollado. Descubre los tipos de familia que existen y sus características.”

La dimensión citada tiene que ver con la capacidad de interactuar con otros, creando amistad y vínculos que aportan bienestar.

- Dimensión vocacional-profesional:

“Todo ser humano viene con cierta capacitación personal, cuyo óptimo desarrollo le permitirá entregar sus habilidades como servicio vocacional a sus prójimos... Para que esto ocurra de modo positivo y satisfactorio, no solo para la propia persona sino para el conjunto de la sociedad, será fundamental acometer de manera efectiva la dimensión vocacional-profesional del ser humano, de modo que pueda descifrar cuál es su misión en el mundo y, a partir de ahí, consiga los recursos necesarios para sacarla adelante como proyecto profesional.”

Esta área sin lugar a duda tiene que ver con los intereses y habilidades de las personas, donde la motivación está presente y el pensar de un futuro lleno de posibilidades.

- Dimensión ético-moral:

“La importancia de entender esta dimensión del ser humano, como innata e universal o como construcción social, radica en el hecho de la determinación concreta de las leyes y normativas sociales. Veamos los ejemplos de cómo se aplica en las diferentes perspectivas expuestas de esta dimensión:

Universalidad de la dimensión: se establecen normas generales más inamovibles. Este es el caso de la "Declaración Universal de los Derechos Humanos".

Dimensión como una construcción social: la normativa variará y se ajustará según los condicionamientos culturales y sociales del momento y lugar en cuestión.

En la actualidad, se habla de esta dimensión como algo en parte innato y en parte construido socialmente.”

Dicha dimensión se relaciona a la capacidad que poseen los seres humanos para distinguir el bien del mal, para mantener un orden y regular las acciones; teniendo en cuenta la igualdad de derechos de todos los seres humanos.

- Dimensión espiritual o anímica:

“Ahora que ya hemos visto cuáles son las dimensiones del ser humano, por encima de todas ellas se encuentra la dimensión espiritual. Si bien se trata de una dimensión muy poco tenida en cuenta actualmente, no es menos cierto que el propio proceso de deshumanización a la que, en muchos aspectos, nos están llevando los actuales modos de vida, está empujando a muchas personas a replantearse preguntas existenciales sobre el sentido de la vida y de su existencia en este mundo.

La respuesta a tales preguntas únicamente se puede encontrar dentro de un verdadero camino espiritual que, más allá de los propósitos de vida terrenales, permita encontrar un sentido real a la vida y calma y sosiego a nuestra alma...”

En esta área se encuentra el sentido de la existencia e interés en temáticas filosóficas. No tiene que ver con religiones sino con hallar respuestas a cosas trascendentales de la vida.

Para consumir este punto, las dimensiones pretenden revelar la complicación del ser humano y darle un sentido a cada una, así como su funcionamiento. Todas se interrelacionan entre sí y se encargan de asegurar el bienestar de cada persona y su plenitud; de igual manera estas representan la identidad de una persona y su interacción con el mundo, destacando las potencialidades de cada persona y sus características individuales, las cuales se plasmarán en la toma de decisiones y su diversidad de resultados.

2.3.Desarrollo Psicosocial del adolescente

Con el tiempo, conforme al crecimiento se da la experiencia o vivencia del desarrollo psicosocial, el cual permitirá la obtención de habilidades que sean de beneficio para que la persona las ponga en práctica o no. El desarrollo psicosocial se vincula a la relación de las personas con el entorno en que se encuentra inmerso; siendo este un factor importante para experimentación de cambios en la personalidad.

Da Silva (2020) se introduce a este tema de una forma clara y concisa a continuación:

“Durante la etapa de cada persona, surgen problemas o conflictos en distintos ámbitos, algunos más complejos que otros. A medida que envejecemos, nuestra perspectiva, aspiraciones y actitudes cambian.

También cambia la manera como observamos a los demás y la sociedad que nos rodea. ¿Por qué ocurre? Erik Erikson intentó responder esta pregunta cuando publicó su más grande obra: la teoría del desarrollo psicosocial, la cual forma parte de las teorías del desarrollo humano.” (p.1)

Esta teoría del gran referente como lo fue y será el psicólogo Erick Erikson, se basó en el desarrollo humano y lo expuesto por Sigmund Freud sobre las diversas etapas psicosexuales que planteó. La teoría del desarrollo psicosocial fue fundada en los años 50 como parte de las grandes teorías de la psicología evolutiva y del psicoanálisis; énfasis en la vivencia de crisis según la etapa en que se encuentre la persona y la adquisición de competencias para salir adelante; suponiendo el logro del objetivo. Además, tomo en consideración como parte fundamental de la misma, el desarrollo de la identidad y los procesos de interacción como parte de un avance saludable a nivel cognitivo, emocional y social.

Regader (2015) realiza un conteo interesante sobre aspectos principales de la teoría del desarrollo psicosocial exponiendo que Erickson:

“Enfatizó la comprensión del ‘yo’ como una fuerza intensa, como una capacidad organizadora de la persona, capaz de reconciliar las fuerzas sintónicas y distónicas, así como de resolver las crisis derivadas del contexto genético, cultural e histórico de cada persona.

Puso en relieve las etapas de desarrollo psicosexual de Freud, integrando la dimensión social y el desarrollo psicosocial.

Propuso el concepto de desarrollo de la personalidad desde la infancia a la vejez.

Investigó acerca del impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad.” (p.1)

Específicamente para efectos de la investigación, me basare en las etapas de la adolescencia (temprana, media, tardía); por lo que resulto imprescindible hacer mención de aspectos notables de la teoría de Erickson por su aproximación a esta época tan transcendental en la vida de todo ser humano; lo cual es claro viene liderada por una serie

peculiaridades como lo es la influencia del medio como parte del desarrollo de la personalidad, la búsqueda de identidad y las crisis que según Romero (S.f) son:

“una situación grave y decisiva que pone en peligro el desarrollo de un asunto o un proceso. En psicología este término se define como un estado temporal que se caracteriza por una desorganización reflejada en una incapacidad para enfrentar las situaciones adversas que se viven.” (p.1)

En conclusión, el desarrollo psicosocial conlleva períodos de identidad emocional y psicosocial según el progreso de cada persona; la sociedad tiene un papel fundamental y se vincula a la superación saludable de cada una de estas fases. Esto permite examinar la importancia de esta teoría para una etapa como la adolescencia y su preocupación por la extensión que esta fase ha tenido con el paso de los años, a causa de cambios bruscos a niveles biológicos, físicos, emocionales y sociales con la espera de la madurez e independencia.

- **El proceso del adolescente**

Es conocido que la etapa adolescente es una de las vivencias de mayor transformación en la vida del ser humano; por lo que socialmente es conocida como un periodo complicado. Dicho pensar se debe a la cantidad de cambios que experimenta la persona; dados al mismo tiempo y pocos momentos de asimilación. Gaete (2015, p.2) confirma esto a continuación:

“La adolescencia es aquella etapa del desarrollo ubicada entre la infancia y la adultez, en la que ocurre un proceso creciente de maduración física, psicológica y social que lleva al ser humano a transformarse en un adulto. En este período, en el que ocurren cambios rápidos y de gran magnitud, la persona se hace tanto biológica, como psicológica y socialmente madura y capaz de vivir en forma independiente (o más bien en camino hacia ello en la actualidad, aunque depende de las circunstancias).”

“La adolescencia ha sido definida tradicionalmente por la Organización Mundial de la Salud como el período comprendido entre los 10 y 19 años de edad^{3,12,13}. Sin embargo, en los últimos años los especialistas en el área están tendiendo a considerar bajo su ámbito de acción a aquellos individuos entre 10 y 24 años –grupo denominado «población joven» o «gente joven»^{3,12,13-}, ya que actualmente este rango etario

abarca a la mayoría de las personas que están pasando por los cambios biológicos y la transición en los roles sociales que definieron históricamente la adolescencia⁴.”

El gran número de cambios en la adolescencia resultan inesperados para las personas que se encuentran en ese momento, representando momentos de crisis. Los eventos van desde el aspecto hormonal hasta el emocional; sin embargo, esta investigación se enfocará en la parte psicosocial, ya que como lo menciona Gaete (2015) esta área se relaciona a la relación entre lo logrado en fases anteriores entre otros aspectos biológicos propias de la adolescencia tal y como la vivencia de la pubertad; tomando en consideración la influencia social, cultural y emocional. Tal como lo indican Hidalgo y Ceñal (2014) “en la pubertad existe una aceleración y desaceleración del crecimiento, cambios en la composición corporal y la maduración sexual con el desarrollo de las gónadas, órganos reproductores y caracteres sexuales secundarios, siendo más precoz en las mujeres que en los varones.” (p.1)

Finalmente, propio del proceso adolescente, algunas características de esta etapa en la mayoría de las personas; que son según Enciclopedia significados (2024) las siguientes:

- ✓ Existe crecimiento físico y hormonal, como lo es en la parte de altura, peso, grasa corporal y muscular; así como el posible inicio del acné, dentadura definida y cambios en la voz (cuerdas vocales).
- ✓ Se inicia con la presentación del vello en zonas como el pubis y axilas, transformando el área genital.
- ✓ El sexo masculino inicia con la producción de espermatozoides y la acción eyaculatoria; en el sexo femenino se da un crecimiento de las glándulas mamarias y se da la primera menstruación
- ✓ La persona adolescente inicia con el desarrollo de emociones, identificándoles como amor; tanto a niveles de amistad como de pareja.
- ✓ Se da el comienzo de la identificación del yo, brindando autoafirmación, valía y autoestima.
- ✓ Por último, se adquieren herramientas que dan aporte a la autonomía y continúa transformando su pensamiento.

- **Fases y tareas del adolescente**

Resulta vital hablar sobre fases y tareas de la persona adolescente; tomando en consideración que estas no constituyen a todas las personas. En este segmento se hablará de diferentes áreas que componen la parte psicosocial; iniciando con Erick Erickson quien al final es uno de los propulsores y estudioso del tema.

Erickson como ya se ha mencionado, se enfocó en la parte psicosocial y dentro de este término se encontró el desarrollo de la identidad que según Hinojosa (S.f.) tiene que ver con un pensamiento congruente del yo, la cual se vincula al compromiso personal y social con metas, valores y creencias de la persona.

Hinojosa (S.f.) aporta a nivel teórico las etapas y tareas que Erickson aportaba para dicha fase a continuación:

La principal tarea de la adolescencia, decía Erikson, es confrontar la crisis de identidad frente a confusión de identidad (Quinta etapa del desarrollo psicosocial de Erikson, en la cual el adolescente trata de desarrollar un sentido coherente de su yo que incluya el papel que debe desempeñar en la sociedad. También se conoce como identidad frente a confusión de roles.) De acuerdo con Erikson, la identidad se construye a medida que los jóvenes resuelven tres problemas importantes: la elección de una ocupación, la adopción de valores con los cuales vivir y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria. Cuando los jóvenes tienen dificultades para decidirse por una identidad ocupacional—o cuando sus oportunidades se ven artificialmente limitadas—están en riesgo de presentar conductas con graves consecuencias negativas, como la actividad delictiva. El exclusivismo y la intolerancia a las diferencias, sellos distintivos de la escena social adolescente, son defensas contra la confusión de identidad (p.1)

En otras palabras, Montseny (2022) señala que Erickson explicaba que la identidad y su adquisición es una tarea fundamental en dicha etapa; es decir lograr obtener una idea afín del yo. Es este sentido la idea del yo tiene relación a valores, metas y creencias a los que la persona acepta de manera consciente; con un compromiso de por medio a nivel social y personal, al igual que convivencia de rol psicosexual-social de la etapa adolescencia. De igual manera, las modificaciones biológicas, psicológicas y sociales durante esta etapa, posee gran influencia en la personalidad, disfrutando un momento destacable...

Asimismo, Gaete (2015) expresa que el logro de la identidad personal en la etapa de la adolescencia se relaciona a distintos aspectos:

“la aceptación del propio cuerpo, el conocimiento objetivo y la aceptación de la propia personalidad, la identidad sexual, la identidad vocacional, y que el joven defina una ideología personal (filosofía de vida), que incluya valores propios (identidad moral)^{5,18}. Este autoconocimiento, que no aparece como consecuencia inexorable del desarrollo, sino que es producto de un proceso activo de búsqueda¹⁸, hace necesario que el adolescente distinga entre quién es de verdad y quién desea ser, y se haga cargo tanto de sus potencialidades como de sus limitaciones. Lo logra solo después de que ha considerado seria y cuidadosamente varias alternativas en los diversos aspectos involucrados en la identidad y ha llegado a conclusiones por sí mismo. Los jóvenes pueden experimentar con distintas conductas, estilos y grupos de pares como una forma de buscar su identidad, proceso que también involucra algún grado de rebeldía respecto de la imagen familiar. Las personas que logran una identidad se sienten en armonía consigo mismas, aceptan sus capacidades y limitaciones¹⁹. Así también, una vez establecida esta identidad personal, adquieren una buena disposición para la intimidad y para comprometerse con una pareja y una vocación (además pueden hacerlo con una ideología política y creencia espiritual)¹⁹. La extensión actual del período adolescente impacta en el desarrollo de la identidad, que puede tardar más en consolidarse²⁰.” (p.3)

A continuación, se presentará una imagen que posee la información sobre la identidad y sus diversas ramificaciones:

Figura 1. Identidad vs Confusión de roles (12 – 20 años)

Etapa y tendencias en conflicto: motivo de la crisis	Áreas de la identidad	Características de la tarea evolutiva. Requisitos para adquirir la identidad	Valor que se adquiere de la superación de la crisis
Identidad vs. Confusión de roles (12-20 años)	Identidad psicosexual	Sentimiento de confianza y lealtad con alguna persona con quien pueda compartir amor.	Fidelidad y lealtad
	Identidad ideológica	Asunción del conjunto de valores propios de un sistema ideológico o político.	
	Identidad psicosocial	Interés por movimientos o asociaciones de tipo sociales.	
	Identidad profesional	Selección de alguna profesión a la que dedicar su energía y capacidades. Crecer profesionalmente.	
	Identidad cultural y religiosa	Consolidación de la experiencia cultural y religiosa, fortaleciendo el sentido espiritual de la vida.	

Nota: Montseny, F. (2022, p.1). Formación de la identidad durante la adolescencia en el modelo de Erickson.

Continuando con la etapa de la adolescente, una vez conociendo lo necesario sobre la identidad; es preciso saber que el desarrollo psicosocial en este período posee algunas peculiaridades frecuentes y suele presentar por lo general características comunes; así como un molde estandarizado de tres fases, las cuales se detallaran a continuación:

- Adolescencia temprana: desde los 10 a los 13-14 años.

Sobre esta fase Gaete (2015) expone que:

“Los procesos psíquicos de la adolescencia comienzan en general con la pubertad y los importantes cambios corporales que trae consigo.” (p.4)

Desarrollo Psicológico: En esta área se da la motivación del egocentrismo, donde la persona se enfoca en su conducta y físico. Tiene la creencia que sus pares están al tanto de su comportamiento y de su apariencia (audiencia imaginaria); la persona siente que esta sobre un escenario, siendo el o ella la actriz principal y su publico sus pares; quienes considera pasan al pendiente de este y de todo lo que haga, así sea una equivocación. De igual manera, existe la labilidad emocional, junto con cambios repentinos de animo y comportamiento, bajo control de los impulsos, habilidad verbal y escogencias vocacionales poco realistas.

Desarrollo Cognitivo: Se inicia con un pensar abstracto o formal; existen una toma de decisiones que implica destrezas de alta complejidad; los cambios representan una parte vital del desarrollo de la identidad por su influencia en la solución de problemas y exploración; y a nivel académico se espera un crecimiento para el cumplimiento de expectativas.

Desarrollo Social: Existe un mayor deseo de independencia de la familia, mayor desafío a la autoridad y resistencia a los límites, consejos o al ser vigilados. Se da vital importancia a los grupos de pares, donde se le idealiza y se les da toda la confianza; por lo que se esta susceptible a la presión de pares.

Desarrollo Sexual: Se acentúa la preocupación corporal y los cambios visibles en este. La imagen representa un punto importante en la etapa, por lo que desea la reafirmación y comparación con otros; en la búsqueda de cumplir con los estereotipos culturales según la

época. Existe la ansiedad a la menstruación, masturbación y al tamaño de los miembros sexuales; al igual que los roles y diferencias de género; que representa la normalidad.

Desarrollo Moral: Preocupa las consecuencias concretas a la persona; las decisiones morales son de índole egocentrista por temor al castigo o a la recompensa; al igual que la necesidad que cumplir con expectativas sociales basando sus decisiones en esto.

- Adolescencia media: desde los 14-15 a los 16-17 años.

De esta fase Gaete (2015) indica que:

“El hecho central en este período es el distanciamiento afectivo de la familia y el acercamiento al grupo de pares. Ello implica una profunda reorientación en las relaciones interpersonales, que tiene consecuencias no solo para el adolescente sino también para sus padres.” (p.5)

Desarrollo Psicológico: Crece el sentido de la individualidad; pero la autoimagen esta fuera del control o pensar de otros. Existe una mayor individualidad y a la experimentación abierta a emociones poco comunes y a la preocupación por otros. Hay un mayor raciocinio y conciencia; por lo que la parte vocacional están menos idealizadas.

Desarrollo Cognitivo: Mayor habilidad del pensar abstracto y más razonables; teniendo mayor criticidad; sin embargo, ante situaciones de estrés pueden no actuar de esta forma. Aumento en la expectativa académica y la espera de un futuro favorecedor.

Desarrollo Social: Esta área se vuelve intensa debido a la gran influencia de los pares; existe una adopción idealista, de vestir y conductual al grupo de pares al que pertenece; siendo una influencia favorable o desfavorable. Existe a posibilidad de la apertura y aparición de parejas con un rol destacable; y un mayor desapego familiar, tomando rumbo a la individualidad; pero ser lo contrario.

Desarrollo Sexual: Mayor aceptación corporal, menos preocupación por los cambios, preocupación por el atractivo sexual que poseen a nivel corporal; dándole especial atención. Existe una posible conciencia de la orientación sexual que poseen y se hace más común el desarrollo de relaciones de pareja y coital; siendo en ocasiones relaciones idealistas.

Desarrollo Moral: Convencional

- Adolescencia tardía: desde los 17-18 años en adelante.

Para Gaete (2015) esta fase:

“Esta es la última etapa del camino del joven hacia el logro de su identidad y autonomía. Para la mayor parte de los adolescentes es un período de mayor tranquilidad y aumento en la integración de la personalidad. Si todo ha avanzado suficientemente bien en las fases previas, incluyendo la presencia de una familia y un grupo de pares apoyadores, el joven estará en una buena vía para manejar las tareas de la adultez. Sin embargo, si no ha completado las tareas antes detalladas, puede desarrollar problemas con el aumento de la independencia y las responsabilidades de la adultez joven, tales como depresión u otros trastornos emocionales.” (p.6)

Desarrollo Psicológico: Existencia de una identidad firme, autoimagen fuera de los estándares de pares, mayor estabilidad en los intereses y conciencia de las limitaciones. Toma de decisiones independientes y más habilidad de planificación futura. Búsqueda y elección vocacional; como la independencia financiera. Mayor control de los impulsos y capacidad de compromiso.

Desarrollo Cognitivo: Existencia de un pensar establecido, habilidad de pronosticar consecuencias y resolución de conflictos.

Desarrollo Social: Menor influencia de los pares, siguiendo sus propios principios e identidad. Mayor capacidad de selección y acercamiento a la familia núcleo. Ganancia total de la autonomía, valorando la relación con los padres y considerando lo aprendido.

Desarrollo Sexual: Aceptación corporal, afirmación de su identidad sexual, al igual que el inicio de la consumación de las relaciones sexuales, existiendo mayor intimidad.

Desarrollo Moral: Mayor preocupación por los principios morales y un acercamiento a los problemas de esta índole, modulándose por las leyes o no que existan.

Finalmente, Gaete (2015) señala que:

“...debe destacarse que el desarrollo no llega a su fin con el término de la adolescencia y que el adulto joven que emerge de este proceso no es un «producto acabado». El desarrollo es un proceso que tiende a continuar a lo largo de toda la vida, por lo que, si bien los cambios futuros pueden no ser tan rápidos y tumultuosos, los adultos jóvenes se verán enfrentados a otras tareas del desarrollo ---tales como la adquisición de la capacidad para establecer relaciones íntimas estables---, cuyo logro dependerá en gran parte de la resolución saludable del proceso adolescente.” (p.7)

De igual manera Hidalgo y Ceñal (2014) exponen como cierre que

“La adolescencia es el periodo más sano de la vida desde el punto de vista orgánico, pero a la vez el más problemático y de más alto riesgo psicosocial. Actualmente, se han producido grandes cambios socioculturales: jóvenes consumidores de moda y tecnología, la cultura del ocio ha sustituido al esfuerzo personal, más facilidad para acceder a sustancias nocivas, descoordinación entre la escuela y el mundo del trabajo, desestabilización de la familia, inmigración, etc., todo ello conlleva importantes repercusiones para el desarrollo y la salud integral del adolescente²⁰⁻²³. Los profesionales sanitarios tienen un papel prioritario para acompañar y orientar al joven y a su familia para que este se convierta en un adulto responsable y competente.” (p.5)

- **Cambios psicosociales en la adolescencia**

Los cambios son conocidos como diversificaciones en este caso a nivel psicosocial; al igual, que transformaciones que permiten en este caso el crecimiento de la persona que lo vive.

Rodríguez (2021) los define como “las variaciones producidas en la forma de pensar, el mundo emocional y la manera de relacionarse con la sociedad de las personas cuando entran en la pubertad.” (p.1)

Existen numerosos tipos de cambios que se viven en la adolescencia, sin embargo, a nivel psicosocial se mencionaran los de índole cognitivo, emocional y social; a causa de su interacción con el proceso adolescente, siendo de conocimiento para la sociedad.

- Cambios Cognitivos:

“La adolescencia es la época del desarrollo de una persona en la que se alcanza el último de los estadios cognitivos descritos por Piaget: la etapa de las operaciones formales. En este punto, el joven adquiere algunas capacidades mentales que le separan definitivamente de los niños.” (Rodríguez, 2021, p.1)

Entre los cambios más destacables a nivel cognitivo, es la capacidad de razonamiento abstracto y la de reflexión. De igual manera se da la utilización de la lógica; existiendo un aumento de capacidad cognitiva en el momento de la pubertad. Asimismo, se genera mayor habilidad de deducir; así como interés en la moral, ética y su rol en el mundo.

- Cambios emocionales:

“Debido a varios factores como las nuevas hormonas que invaden el cuerpo del adolescente y los cambios que se producen en su forma de vida, los jóvenes experimentan una gran variedad de emociones que no sentían de manera tan acusada de niños. Éste es, probablemente, el aspecto más complicado de esta etapa.” (Rodríguez, 2021, p.1)

Los cambios emocionales más significativos son, los del humor en forma extrema, por periodos cortos de tiempo; emociones predominantes o en casos de mayor atención la depresión. También existe un desarrollo de la empatía, colocándose en el lugar de otros para comprender el sentir de estos; y terminando se encuentra la inseguridad, siendo esta una sensación constante o desapareciendo con el tiempo.

- Cambios Sociales:

“...los adolescentes experimentan una serie de cambios relacionados con su papel en el mundo y la forma en la que interaccionan con los demás.” (Rodríguez, 2021, p.1)

Dentro de estos se encuentran el cuestionamiento de la identidad, intentando asociarse a un grupo de pares; adquieren independencia tratando de ser autónomos y en muchas ocasiones percibiéndolo como desafiante. Finalmente se da la existencia o el interés genuino por el sexo; para encontrar su identidad sexual, necesitando apoyo para la canalización de los impulsos sexuales y emocionales.

Finalmente, resulta desafiante los distintos cambios que vive una persona en la etapa de la adolescencia; lo que hace visualizar la necesidad de apoyo que requieren estas personas. Pero no solo a nivel individual, su medio social resulta preciso que sea involucrado, con el fin de buscar y encontrar un beneficio integral y de mejoría para la adolescencia futura.

2.4.Habilidades Socioemocionales

En el mundo en el que nos encontramos, el cual se encuentra en constante globalización las habilidades socioemocionales se hacen necesarias para vincularnos de manera efectiva con otros. Dichas habilidades son aquellos comportamientos que nos permiten relacionarnos con otras personas, al igual conseguir una mejor adaptación a situaciones de cambio; pero sobre todo a una expresión saludable de pensamientos y

emociones que influirá en el desarrollo de relaciones saludables. Cajal (2022) y Luna (2018) definen estas habilidades a continuación:

“son las conductas aprendidas que llevamos a cabo cuando nos relacionamos con personas de nuestro entorno, por medio de la expresión de nuestros sentimientos, actitudes, derechos u opiniones.” (p.1)

“hacen referencia al conjunto de herramientas que permiten a las personas poder entender y regular sus propias emociones, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones asertivas y responsables, así como definir y alcanzar metas personales.” (p.1)

Resulta claro que ambas definiciones poseen un fin en común; y es la utilidad para relacionarnos mejor con nosotros mismos y con otras personas: relación saludable con nuestro entorno. Desde esta perspectiva, podemos visualizar las mismas como una herramienta socioemocional para un mayor gestión, vinculación y proyección; obteniendo la ganancia de avance en conocimiento y manejo emocional; sobre todo en el avance del trazo de metas y la toma de decisiones consientes y responsables para una satisfacción personal.

Luna (2018) señala lo que las personas adquieren al desarrollar estas habilidades a continuación:

“Saben centrar su atención en sus objetivos, al existir un mejor manejo de las emociones.

Suelen tener un mejor desempeño académico y profesional

Toman decisiones de manera más responsable

Exhiben menos conductas de riesgo (violencia, adicciones...)

Su círculo social es más rico y sano

Muestran menos estrés emocional

Muestran mayores niveles de bienestar en general” (p.1)

Es bien sabido, que no nacemos con las habilidades incorporadas; estas se van adquiriendo conforme al crecimiento; siendo la etapa de la niñez una de las mas importantes para su aprendizaje. El desarrollo saludable de las emociones, representa uno de los métodos educativos de mayor provecho para los menores de edad; en este sentido el ámbito familiar

es uno de los principales contextos de promoción, ejecución y práctica de las habilidades; en este caso de la educación socioemocional. El contexto educativo es la otra fuente de aprendizaje; sin embargo, la responsabilidad principal de la parte educativa, radica en la familia. Gómez (S.f.) en relación a lo comentado, expone lo siguiente:

“Según la OCDE (2015), las habilidades socioemocionales se desarrollan mediante experiencias formales e informales de aprendizaje. La socialización con pares y adultos significativos desempeña un papel fundamental en este proceso. En estos contextos de sociabilidad, las personas pueden adquirir grandes beneficios en su desarrollo emocional y social, fortaleciendo su capacidad de empatía, resolución de conflictos y trabajo en equipo.” (p.1)

- **Habilidades**

La existencia de habilidades socioemocionales es extensa según los diversos autores que indagan sobre este tema; pero de manera resumida y exitosa Montagud (2020, p.1) expone las fundamentales a continuación:

- Resiliencia:

“La resiliencia es una capacidad fundamental en toda persona, dado que es lo que nos hace sufrir más o menos ante una situación que nos es adversa, como los eventos difíciles, estresantes o traumáticos.”

La misma se basa en la habilidad de ponerse de pie, a pesar de haber caído muchas veces, dejando de lado los obstáculos que se pudieran presentar en el camino; superándolos para llegar a la meta.

- Autoconocimiento

“El autoconocimiento entendemos a la capacidad de conocerse a uno mismo, tanto en lo cognitivo como en lo emocional. Es decir, se trata de la habilidad para saber lo que estamos sintiendo en cada momento, hacer evaluaciones realistas en relación con nuestras propias habilidades y saber en qué somos buenos y qué tenemos dificultades.”

Se puede percibir como la habilidad de autoanálisis e indagación de la posible necesidad de mejora o progreso en la búsqueda de nuestro interior.

- Tenacidad

“La tenacidad o perseverancia es la capacidad para seguir trabajando en la consecución de una meta que nos hayamos propuesto, a medio o largo plazo. Se persevera cuando, pese no tener los resultados deseados, continuamos trabajando para conseguir llegar a nuestro objetivo.”

Esta permite que la persona salga adelante siempre con la vista en el objetivo que desea lograr; dejando de lado todo aquello que lo separe de su compromiso.

- Conciencia social

“La conciencia social es la comprensión de que los demás están también sintiendo cosas y ser capaz de adoptar perspectivas diferentes cuando se interactúa con ellos. Ser consciente socialmente hablando es comprender que no estamos solos en el mundo y que, de la misma manera que los demás tienen obligaciones y derechos, nosotros también.”

Se relaciona a la empatía, pero mayormente a las situaciones de las otras personas; buscando la forma de apoyo y de aporte al bien para la sociedad.

- Colaboración

“La colaboración es la capacidad de coordinarse con los demás para conseguir un objetivo en común, beneficioso para todos. No es únicamente conseguir un fin concreto, como puede ser trabajar en un grupo de trabajo para obtener el aprobado o finalizar un proyecto, sino también se colabora para poder tener una adecuada convivencia”

Esta habilidad, permite el progreso de relacionarnos con otros y se vincula a la habilidad de trabajar en equipo; tomando en consideración el aporte de cada persona.

- Empatía

“La empatía es ampliamente conocida como la capacidad para ponerse en el lugar de los demás y sincronizarse con sus emociones. Es experimentar lo que los demás están sintiendo y es, claramente, una capacidad muy relacionada con la inteligencia emocional, de tipo interpersonal.”

Dicha habilidad es una de las más importantes a nivel de educación socioemocional por su aporte al desarrollo o crecimiento saludable de toda persona.

- Autogestión

“Muy relacionado con el autoconocimiento, entendemos como autogestión emocional la capacidad de identificar nuestras emociones y utilizarlas como impulsores para llegar a un objetivo. Es aprender a ser conscientes de la necesidad de demorar las recompensas para conseguir nuestras metas, y desarrollar perseverancia para tolerar la frustración.”

Se relaciona la inteligencia emocional, como accionamos controladamente a pesar de la emoción que no esté embargando; considerando a los otros y el bienestar personal.

- Toma de decisiones responsables

“A lo largo de la vida son muchas las situaciones en las que tenemos que decidir qué camino coger. Uno puede implicar más riesgos que el otro, pero también más beneficios. Aprender a decidir correctamente, en base a criterios más o menos objetivos y no basados en impulsos, puede ser una buena forma de evitar disgustos en el futuro.”

Tomar decisiones por si sola conllevan la responsabilidad de la acción; pero todo se centra en la utilización de la conciencia y el bienestar personal social; así como la consideración de las posibles consecuencias o ventajas.

- Comunicación asertiva

“La comunicación asertiva es un estilo de comunicación muy útil para cualquier situación, dado que es el aprender a comunicar lo que queremos decir sin tapujos. Cada persona tiene derecho a expresarse y, siempre y cuando sea desde el respeto y la tolerancia, cada uno puede hacer valer su opinión.”

La habilidad mencionada, no solo representa el valor del respeto, también incorpora el área de los derechos individuales y sociales, validando el poder que poseemos.

- Relaciones personales

“Aprender a presentarse, a hablar con los demás e interactuar de forma amistosa son aspectos fundamentales si se quiere tener una relacionabilidad adaptativa y ser un individuo socialmente ajustado. No se pueden tener amigos si nuestro estilo comunicativo y relacional es pasivo-agresivo, o no invita a tener una buena conversación.”

La misma por si sola encierra todas las anteriores, debido a que, para lograr relacionarse, se hace vital cada una de las capacidades anteriores; o por lo menos su intento de llevar a cabo.

- **Importancia**

El desarrollo de las habilidades socioemocionales, es imperativo debido a su aporte en el conocimiento propio a profundidad y a la gestión saludable de las emociones; donde el avance hacia un futuro prometedor se enlaza a la construcción integral saludable y satisfactoria que todas las personas requerimos como parte de un proceso de bienestar y equilibrio. Luna (2018) explica lo siguiente:

“...La evidencia acumulada nos muestra que ser cognitivamente inteligente no es suficiente para poder garantizar el éxito académico, profesional y personal. El papel de las emociones en la sociedad actual empieza a tomar un papel protagonista. La inteligencia cognitiva y emocional deben darse la mano, y bajo esta evidencia la educación en las aulas empieza a cambiar. El desarrollo socioemocional tiene impacto en la autoestima y en las habilidades cognitivas, por lo tanto, educar emocionalmente promoverá inevitablemente un adecuado aprendizaje. Esto es así porque se asocia el aprendizaje con una experiencia positiva, saben pedir ayuda, pueden ampliar su perspectiva, desarrollan el pensamiento crítico, desarrollan perseverancia para alcanzar metas, y tienen herramientas para resolver problemas y generar nuevas opciones.” (p.1)

El camino, hacia la adquisición de habilidades socioemocionales puede entenderse como fácil; pero la realidad es que conlleva un compromiso con uno mismo y los otros; se trata de una apertura a la mejora y a la necesidad de aprendizaje del manejo emocional y del estrés, mediante la resiliencia y empatía. Es encontrar el equilibrio y la relación que existe entre los pensamientos, emociones y comportamientos; encontrando bienestar y salud.

Culminando este punto, tal y como menciona Bertran (S.f.) a continuación:

“Para vivir en sociedad, es imprescindible que, por un lado, seamos capaces de defender nuestros derechos y luchar por aquello que queremos y, por otro lado, hacerlo sin dañar el bienestar emocional de aquellas personas que están a nuestro

alrededor. Por ello, una persona con unas habilidades socioemocionales trabajadas vive más feliz y hace más feliz a los demás.” (p.1)

2.5.Mundo y tecnología digital

Se conoce como mundo digital a todo aquello usado tecnológicamente hablando que conecta al mundo; mediante el uso de herramientas para comunicarse e interactuar entre los seres humanos y posibles dispositivos inteligentes. Se relaciona al mundo de la realidad que hay entre lo electrónico y digital; en este la información o comunicación se transmiten en datos almacenados; cambiando la manera de interactuar en el mundo. Alegsa (2023) expone sobre este que:

“...se refiere al ámbito o entorno en el cual la información y los datos se almacenan, procesan y transmiten utilizando tecnología digital. En este contexto, la información se representa mediante dígitos binarios (0 y 1) y se manipula mediante sistemas electrónicos. En el mundo digital, la información es almacenada en forma de archivos digitales, como documentos, imágenes, videos, música, entre otros. Estos archivos pueden ser fácilmente copiados, compartidos y modificados.”

El mundo digital ha revolucionado todo lo que alguna vez conocimos como forma de interacción; llegando futuramente a gobernar el mundo. La velocidad con la que permite obtener acceso a lo que se desee es cada vez más rápido; desde niveles de conocimiento, obtención de utensilios e intercambio de información; expandiendo y creando oportunidades de negocio y comunicación. Alegsa (2023) señala que:

“En resumen, el mundo digital ha transformado la manera en que vivimos y interactuamos en la sociedad. Sus beneficios son innegables, pero también debemos ser conscientes de los desafíos que enfrentamos en esta era digital y trabajar en conjunto para aprovechar al máximo las oportunidades que nos brinda.” (p.1)

La importancia del mundo digital es la revolución que nos ofrece tanto en la forma de vivir como en la de relacionarnos; proporcionándonos acceso a grandes cantidades de información según el deseo de conocimiento de las personas, así como la comunicación de manera prolongada con personas de todo en mundo y apertura a la realización de ocupaciones del diario vivir como el pago de cosas, entretenimiento y la educación en línea que tanto se

utilizo en el tiempo de pandemia. Esta herramienta representa gran porcentaje de ventajas, como los niveles de acceso a la información y de conexión con otros; y especialmente para propósitos de la investigación la apertura que brinda a la compra y utilización de videojuegos. Por otro lado, al referirnos a las desventajas o riesgos de su uso, se encuentra el robo de información personal o a nivel financiero; donde la privacidad y su violación es uno de los riesgos implícitos de este mundo; haciendo necesario el tomo de precauciones en relación a las contraseñas, utilización de antivirus y tomar conciencia de la diligencia en línea.

En este sentido, aprender compartiendo (2016, p.1) nos ofrece de manera organizada una serie de ventajas y desventajas que el mundo digital trae consigo:

Tabla 1. Ventajas y desventajas del mundo digital.

Ventajas	Desventajas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Permitir la extensión de los sentidos de los usuarios a través de la realidad virtual y la realidad aumentada. ✓ Los medios digitales permiten el acceso de personas en entornos peligrosos y de difícil acceso. ✓ Favorecen el desarrollo de dispositivos para facilitar las actividades de los usuarios. ✓ Los nuevos medios de comunicación facilitan las relaciones interpersonales mediante el uso de nuevos dispositivos como smatphone, Smart tv tablets o portátiles, potenciando nuevas posibilidades personales, comerciales y laborales. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ El peligro implícito en un supuesto apagón digital asociado con la posibilidad de un caos económico e informático fruto de la elevada dependencia digital actual y futura. ✓ La era digital implica disponer de un cierto poder tecnológico y eso, a la vez, se puede producir en una relativa dominación cultural. ✓ Muchos dispositivos son usados solo con un mero fin de entretenimiento, otros con fines políticos y unos con fines económicos para favorecer a ciertos sectores. ✓ El uso excesivo de ciertas tecnologías ha favorecido la desintegración familiar y de grupos sociales.

<ul style="list-style-type: none"> ✓ En el terreno de la salud han favorecido muchos procesos médicos de diagnóstico y tratamiento. ✓ Han permitido el acercamiento de las personas, aunque sea de manera virtual. ✓ En la educación han producido una revolución en el acceso al conocimiento y la disponibilidad y acceso a la información y al contenido. ✓ En la ciencia, se ha convertido en una potente herramienta disponible para favorecer los avances en los diferentes campos científicos. ✓ Ha potenciado los negocios mediante el e-commerce, la disponibilidad y acceso a la información y el acceso a un mercado global 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cambios psicológicos que ha experimentado la sociedad de una manera drástica. ✓ Los monopolios digitales en manos de poderosos grupos económicos y políticos. ✓ El mal uso de internet y de los dispositivos electrónicos. ✓ En cuanto a la educación, continuarán los cambios estructurales. El aula tradicional va dejando poco a poco la relevancia plena de antaño para dar paso a las aulas virtuales y a la enseñanza en línea con cambios en la forma de difundir los contenidos curriculares. ✓ Vulnerabilidad de información sensible y de la privacidad de las personas y de las instituciones. ✓ Nuevas formas de estafas de tipo tecnológico mediante el uso de sitios webs, dispositivos electrónicos y de ciertos softwares como los llamados virus informáticos. ✓ Aumento del desequilibrio de acceso a nuevas oportunidades producida por aumento en la brecha digital.
---	--

Nota: Elaboración propia

Con la lista citada con anterioridad, podemos visualizar que el mundo digital no representa totalmente una amenaza; ha sido de gran beneficio en muchísimas situaciones, y es muy probablemente que para esto fue hecha; pero es claro que todo lo bueno posee su

desventaja; por lo que es necesario tomar los cuidados o acciones preventivas para no caer en acciones o efectos contraindicados a nivel físico, emocional y social.

La tecnología, hace parte del mundo digital al que nos referimos; por lo que esta son propiamente los instrumentos o aparatos que se utilizan para conectar en el universo digital. Son todos los sistemas que personifican y almacenan la información digitalmente. Tecnodigital (2023) indica que

“se refiere al conjunto de herramientas, dispositivos y sistemas basados en componentes electrónicos y digitales que permiten la creación, almacenamiento, procesamiento y transmisión de información de manera eficiente. Estos avances tecnológicos han revolucionado la forma en que interactuamos con la información y el mundo que nos rodea”.

La misma contiene múltiples dispositivos y productos, desde computadoras, televisores, teléfonos o smartphones, softwares, internet y redes sociales, entre otros; en la actualidad se da la existencia de la inteligencia artificial, realidad virtual y aumentada... Esto nos permite visualizar como a través de los años la tecnología innova de formas impresionantes; causando mayores beneficios e impactos negativos. Dentro de los ejemplos de esta se encuentran los videojuegos que según TecnoMagazine (S.f.) expone que:

“La digitalización de los videojuegos ha permitido pasar de los viejos videojuegos de 8 bits que jugábamos en nuestra Atari o Family Game, a modernas consolas como Nintendo PS4, Wii y otras que hacen uso de fantásticas tarjetas de vídeo para lograr expresar toda la tecnología a través de una máxima definición con gráficos realistas en 3D. Incluso jugar videojuegos en la computadora es tan real que ahora ya se están programando plataformas en realidad aumentada y realidad virtual, como fue el caso del éxito que tuvo en el móvil el juego Pokemon GO.”

- **Desafíos, riesgos y prevenciones del mundo digital**

El mundo digital y su tecnología, ha traído consigo muchas facilidades y ventajas de gran impacto a nivel personal, educativo y laboral; sin embargo, la introducción a esta época tecnológica implica el desarrollo de desafíos y riesgos potenciales, que se pueden prevenir, está implícito en este sistema. Utildigital (S.f.) expone una serie de desafíos que pueden causar este medio a continuación:

- ✓ La seguridad y privacidad es de gran preocupación debido a la existencia de hackers y delincuentes cibernéticos; los cuales poseen la capacidad de robar información importante como la de una empresa, a nivel personal o gubernamental. TecnoMagazine (S.f.) señala que:

“El uso de la tecnología informática también está causando estragos en los diferentes países y organizaciones del mundo, que ven una escalada cada vez más vertiginosa sobre el uso de conocimientos informáticos para lanzar ataques cibernéticos contra agencias de seguridad y gobiernos de diferentes regiones del planeta.

Las acciones y delitos informáticos en Internet tienen el potencial para acabar con economías mundiales, y causar el caos mediante el sabotaje de energía eléctrica, nuclear o tener efectos contaminantes sobre el agua, ya que hoy todo está conectado a Internet y es manipulable desde la red.” (p.1)
- ✓ La desigualdad digital, se genera por la poca equivalencia para las personas en relación a los niveles de acceso (brecha digital). Cedeño (2022) en relación a esta, enumera una serie de causas para una mayor comprensión del concepto de brecha digital:
 1. Falta de inversión gubernamental en infraestructura tecnológica.
 2. Diferencia entre los recursos socioeconómicos de la población.
 3. Sesgos de religión, etnia, raza, género y orientación política.
 4. Factores sociales y culturales en oposición a las nuevas tecnologías.
 5. Falta de incentivo y de capacitación en el uso de plataformas tecnológicas.
 6. Limitaciones en la política pública.
 7. Dificultades asociadas a la logística y condiciones geográficas.” (p.1)
- ✓ La tecnología posee la capacidad de reemplazar a personas trabajadoras a causa de labores habituales y monótonas. TecnoMagazine (S.f.) indica que:

“En los últimos años, un gran porcentaje de trabajadores de industrias manifiesta que tiene miedo de ser reemplazado por una máquina inteligente que haga su tarea más rápido y por un menor precio que su paga actual. Y no es de extrañar ya que muchas empresas como Adidas hayan comenzado a utilizar robots que producen hasta 800 mil camisetas al día para aumentar su producción, reduciendo así gastos de mano de obra humana.” (p.1)

- ✓ La utilización abusiva de la tecnología es causante de impactos en la salud y el bienestar como la adicción, estrés, ansiedad e insomnio. Visortecnologico (2023) manifiesta que:
 - “1. La exposición a contenidos inadecuados puede llevar a la adicción, el ciberacoso o el sexting.
 - 2. La privacidad puede ser vulnerada al compartir información personal en redes sociales u otros medios digitales.
 - 3. La dependencia de la tecnología puede generar estrés y ansiedad si no se tiene acceso a dispositivos electrónicos.
 - 4. Los problemas de visión y audición pueden agravarse si se utilizan dispositivos electrónicos de forma excesiva.
 - 5. La exposición a radiaciones electromagnéticas puede generar diversos problemas de salud, como cáncer o daños en el ADN.” (p.1)

Dentro de las medidas preventivas que se hacen necesarias para lograr un mayor control de los riesgos mencionados Visortecnologico (2023, p.1) hace mención de algunas cuantas a continuación:

1. Usar el sentido común a la hora de utilizar cualquier dispositivo electrónico.
2. No usar dispositivos electrónicos cuando se está conduciendo.
3. No utilizar el teléfono móvil ni ningún otro dispositivo electrónico cuando se está cerca de una fuente de electricidad.
4. Instalar un software antivirus en el ordenador y mantenerlo actualizado.
5. No visitar páginas webs no fiables ni descargar archivos sospechosos.
6. Realizar una evaluación de los riesgos asociados al uso de la tecnología, identificando las posibles amenazas y evaluando las medidas de seguridad existentes.
7. La adopción de medidas de seguridad para proteger la información personal y las redes informáticas.
8. La implementación de procedimientos para detectar y responder ante incidentes de seguridad.
9. La formación y sensibilización del personal sobre los riesgos asociados al uso de la tecnología.
10. Usa contraseñas seguras y cambia periódicamente las contraseñas predeterminadas.

11. Establecer normas y procedimientos para el uso seguro de la tecnología, incluyendo controles de acceso, protección contra virus y malware, backup de datos, etc.

Páez (2023) relata otras medidas o consejos que resultan útiles como prevención dentro de las cuales están:

- ✓ Tomar conciencia del uso de dispositivos electrónicos mediante el establecimiento de horarios fijos, para u mayor enfoque en otras tareas de importancia y bienestar.
- ✓ Es necesario la exploración y ajuste de privacidad en diversas cuentas o perfiles personales.
- ✓ Indagación sobre la veracidad de información obtenida según el tema o información a buscar (fuentes confiables y seguras).
- ✓ Imprescindible el valor del respeto en todo momento, en este caso al estar conectados en línea; evitando el uso de palabras y criticas ofensivas.
- ✓ Asegurarse de tener los dispositivos electrónicos actualizados en relación a la seguridad; protegiéndoles de ataques cibernéticos.
- ✓ Tener un control de los gastos; realizando una exhaustiva comparación de precios y ofertas en lo que se relaciona a la compra en línea.
- ✓ El cuidado de la postura cuando se hace uso de los aparatos electrónicos manteniendo una posición correcta y relajada.
- ✓ Búsqueda y uso de aplicaciones que fomenten la creatividad y la adquisición de nuevas destrezas.
- ✓ Desconectarse y realizar actividades que trasciendan a actividades de interés y relacionarse con otros de forma directa y personal.
- ✓ Establecer rutinas para el uso de aparatos para disfrutar de momentos de interacción y el cumplimiento de responsabilidades

Para cerrar este apartado, Páez (2023) explica que:

“Implementar recomendaciones para el buen uso de la tecnología es fundamental en nuestra sociedad digital. Al seguir estas recomendaciones, nos convertimos en usuarios responsables y conscientes de la tecnología. Nos aseguramos de que esta herramienta poderosa mejore nuestra vida en lugar de controlarla.”

- **Tecnología y el proceso de socialización adolescente**

Es conocido que la adolescencia es una fase en donde las personas suelen adquirir las competencias necesarias para hacer uso de las tecnologías a su disposición; integrándolas a su vida cotidiana, entre las cuales está la social; más aún en el tiempo que nos encontramos, el cual se maneja a través de este medio y mayor aún en el momento de la pandemia; siendo el único medio de comunicación y por lo tanto de socialización que funcionaba. En relación a esto, Ballesteros y Picazo (2018) indican que:

Los procesos de socialización tienen como objetivo que el individuo adquiera todos aquellos elementos y saberes que le permitirán interactuar en la sociedad en la que vive (Barahona et al., 2002). En este sentido, las TIC (tecnologías de la información y la comunicación) suponen transformaciones de los ritos y pautas de comunicación e interacción social, incorporando a estos procesos de socialización toda una serie de ventajas y posibilidades, pero también desafíos y riesgos. (p.6)

Como ya se ha hecho mención de cada uno de los elementos que conlleva el mundo digital, la prioridad es exponer la socialización de la juventud y la influencia tecnológica. Es conocida la importancia de la socialización en la adolescencia debido a su incidencia en la parte integral del ser humano; sin embargo esta se ha visto transformada completamente por la tecnología y su diversidad de herramientas. Cristancho (2024) lo detalla a continuación:

“En las últimas décadas, hemos sido testigos de una proliferación masiva de dispositivos electrónicos y plataformas digitales que han integrado la tecnología en prácticamente todos los aspectos de nuestras vidas. Los jóvenes, en particular, han adoptado esta tecnología de manera rápida y entusiasta, utilizando teléfonos inteligentes, redes sociales y aplicaciones de mensajería como herramientas principales para comunicarse, compartir experiencias y construir relaciones.” (p.1)

En este sentido, podemos entender que los medios tecnológicos han tenido un papel relevante en lo que a las relaciones se refiere, debido a la conectividad instantánea que ofrece; logrando que las personas jóvenes mantengan contacto con personas lejanas o cercanas a su círculo, representando un beneficio o riesgo; pero sobre todo un futuro esperable; dominado por la tecnología.

Este aumento significativo de relaciones sociales por medio de estos instrumentos se lo debemos principalmente a la vivencia de pandemia por COVID-19, debido al

distanciamiento social sugerido; aumentando el uso de las tecnologías como medio de comunicación, aprendizaje y entretenimiento. Diaz (2020) así lo menciona: “La pandemia ha cambiado nuestra manera de socializar debido a que estamos limitados a comunicarnos mediante un dispositivo electrónico...” (p.1) También Vinuesa (2023) se refiere a esto a continuación:

“Impulsados por el caos social que trajo consigo el COVID-19, el ser humano se vio obligado a transformar su nivel de interacción social, recurriendo cada vez más a la realidad digital, donde los alcances de la pandemia no podían llegar. El acelerado desarrollo tecnológico que hemos experimentado en los últimos años producto de esta ruptura en la cotidianidad, ha permeado todos los estratos de la sociedad” (p.1)

Ha quedado claro que la pandemia dio como resultado el aumento de una experiencia que ya venía marcando a la juventud de formas inimaginables desde hace tiempo. Tal y como lo expone Parra et al. (2022) sobre como la tecnología se estaba estableciendo en áreas desde lo económico, político, etc... Esto se ha confirma con la siguiente información:

“De acuerdo con el Banco Mundial, para el 2020 el 60% de la población mundial tenía acceso a internet, lo que ha significado nuevas formas de gestionar el dinero, de elegir gobernantes, de socializar, de aprender. En resumen, implica un cambio de conducta y pensamiento en el individuo a decir de Baricco (2019).” (p.3)

Cristancho (2024) en esta misma línea, explica que el XXI es testigo de lo que viene haciendo la tecnología en la socialización de las personas jóvenes; el internet, las redes sociales y todo lo que forma parte de esto proporcionan maneras más fáciles y útiles de comunicarse y relacionarse con otros; impactando la vida cotidiana de las personas. Parra et al (2022) cita lo siguiente:

“Flores et al. (2016) argumentan que de acuerdo con la teoría de Vygotsky... el aprendizaje es construido a través de la interacción social dentro un contexto cultural haciendo uso de herramientas sociales que promueven el desarrollo cognitivo. En tiempos actuales, estas herramientas consisten en las tecnologías de la información y comunicación tales como computadoras, laptops, teléfonos” (p.4)

Finalmente, nos queda claro que las personas socializan constantemente como parte de la vida diaria; la manera o la herramienta que utilizan es lo que ha cambiado. Se paso de reuniones, salidas, platicas o cercanía personal – social, a la utilización de elementos digitales

para relacionarse con otros; lo cual, puede repercutir exponencialmente en la comunicación y conexión emocional u afectiva que se generaba de las relaciones interpersonales físicamente hablando.

2.6.Los Videojuegos

Los videojuegos son aquellos programas o aplicaciones creados con el fin de entretener y lograr la dinámica de interacción de varios jugadores por medio de herramientas como los aparatos electrónicos o consolas” con la capacidad de revelar video y sonido. La Real Academia Española (2023) los define como: “1. Juego electrónico que se visualiza en una pantalla 2. Dispositivo electrónico que permite, mediante mandos apropiados, simular juegos en las pantallas de un televisor, una computadora u otro dispositivo electrónico.” (p.1)

De la misma forma, la página de significados web (S.f.) proporciona un concepto, el cual dice que son un estilo de entretenimiento digital interactivo que implica a personas o jugadores en actividades virtuales y retadoras; el cual se da por medio del manejo de imágenes, sonidos y ejercicios; donde las personas jugadoras pueden cooperar en narrativas, solucionar acertijos y competir en mundos virtuales. Asimismo, explican que los videojuegos poseen una gran influencia en la sociedad, debido a la huella tan notoria que le han dado a la cultura en general; donde su evolución transcurre de la simplicidad de juegos electrónicos a la vivencia de situaciones de alta complejidad con un relato sustancioso; incidiendo en la forma de entretenimiento y la conectividad humana.

Rojas et al. (2021) comenta lo que dice Estallo (1995) a continuación:

“él considera que los videojuegos son una forma de ejercicio cognitivo y gimnasia mental, realizado por el usuario para satisfacer necesidades intrínsecas y disfrutar del tiempo de ocio jugando con objetos interactivos que permiten: alcanzar un determinado objetivo, un estado de ánimo, algunas metas, ejecutar acciones fantásticas y adquirir algunos niveles de control y destreza.” (p.4)

Lo anterior, permite visualizar una concepción más analítica y positiva de lo que es un videojuego, donde el área cognitiva y conductual se ven reflejadas; y en las demás se indica meramente desde una función tecnológica y social; pero lo mas importante es que al final esta herramienta permite la interacción de diversas áreas tales como la cognitiva,

conductual, emocional y social; siendo las últimas dos las de mayor interés investigativo en este documento.

El Equipo Panda Cinemático (2020) proporciona una serie de características de los videojuegos que facilitan a una mayor comprensión conceptual de estos dispositivos a continuación:

- ✓ Se juega a través de un dispositivo multimedia (consola, computador, etc.)
- ✓ Es interactivo
- ✓ Posee una narrativa
- ✓ Contiene reglas específicas
- ✓ Posee un conflicto (como obstáculos o algo que él o la jugadora debe resolver)
- ✓ Quien lo juega tiene libertad de acción o agencia
- ✓ Las acciones cometidas en el videojuego conllevan consecuencias dentro de este (agencia)
- ✓ Implica a quien juega, al medio utilizado para jugar, a las reglas y estructura que constituyen al juego, y a la narrativa del mismo
- ✓ Puede o no tener un objetivo explícito (p.1)

De forma semejante a lo mencionado, existen elementos que son parte de los videojuegos, los cuales trabajan juntos para lograr la funcionalidad de este sistema que puede resultar complejo, pero a la vez de gran interés para la sociedad actual. Educahistoria (2023) los menciona a continuación:

- ✓ Gráficos: Imágenes o efectos que se operan en un juego. Desde formas geométricas, gráficos y otros con mayor detalle y realismo
- ✓ Sonido: Se relaciona a la música, efectos o diálogos. Los mismos permiten mejorar el juego y sentirse parte del espacio junto con los diálogos como parte de la narrativa.
- ✓ Jugabilidad: Interacción entre las personas que juegan, siendo los propósitos, estructura y reglas parte de esto.
- ✓ Narrativa: Tiene que ver con la historia o el género del videojuego, desde la complejidad o la inexistencia de una
- ✓ Interfaz de usuario: Es la información del juego que le brinda a la persona, y sus maneras de utilizar el mismo, tales como el menú, mapas, otros...

Dichas peculiaridades, expresan por si solas lo que es un videojuego y todo lo que conlleva su creación y su utilización; así como el hecho que estos representan el inicio y la inserción de muchas personas al mundo de las tecnologías de la información y la comunicación, siendo un proceso de años para su evolución a lo que hoy conocemos.

- **Historia**

Es claro, que los videojuegos forman gran parte representativa del progreso, cambios o diversidad de tiempos que los seres humanos han experimentado; siendo estos necesarios de conocer para darle una razón a la realidad del presente y futuras generaciones. La historia de los videojuegos trasciende a épocas increíbles, por lo que, para una mayor comprensión, la misma se expondrá a manera progresiva desde el numero 1 hasta el último dato histórico a continuación:

- 1- En 1940 se empieza a escuchar sobre el termino de videojuego, debido a que la conclusión de la segunda guerra mundial generó que los países ganadores tuvieran la idea de construir las primeras computadoras programables.
- 2- La Universidad Europea (2022) señala que: “En 1950, Claude Shannon estableció las pautas básicas para programar una computadora que pudiera jugar al ajedrez y dos años más tarde A. S. Douglas creó OXO, el juego de tres en raya, como parte de su tesis doctoral en la Universidad de Cambridge...” (p.1)
- 3- En el año de 1962 se dice dos estudiantes del MIT crearon ¡Spacewar!; juego de combate espacial que se utilizó en varios lugares y el primero en comercializarse.
- 4- La Universidad Europea (2022) expone que: “En 1967, Ralph Baer y varios empleados de Sanders Associates, Inc. inventaron un sistema de videojuegos multijugador y multiprograma que podía reproducirse en un televisor conocido como “Brown Box...” (p.1)
- 5- En 1972, Baer concedió la licencia de su instrumento a Magnavox quien lo vendió a las personas como Odyssey; la primera consola de juegos para utilizarse en casa.
- 6- En este mismo año según EcuRed (S.f.) comenta que: “Atari liberó la primera versión arcade de Pong y después en 1975 liberó una edición para jugar en casa. El éxito comercial de Pong conllevó a que muchas compañías creasen sus propias versiones del juego dando surgimiento así a la Industria del Videojuego.” (p.1)

- 7- En 1980 se vivió una crisis debido a la cantidad de juegos existentes con baja calidad y es hasta 1985 se inició la recuperación por parte de la compañía Nintendo Entertainment System.
- 8- La Universidad Europea (2022) menciona que se empezó con “mejoras en los gráficos, colores, sonido y la jugabilidad de 8 bits, así como regulaciones más estrictas para los juegos de terceros desarrollados para su sistema. En aquel momento lanzó una serie de franquicias de videojuegos importantes que aún existen, como Super Mario Bros, The Legend of Zelda y Metroid. Más tarde, lanzó su Game Boy de 8 bits y el famoso juego Tetris.” (p.1)
- 9- A finales de los 90 se inicio con una era tridimensional de los videojuegos, siendo Japón quien apareció con la Dreamcast (Sega); sacando la primera consola que utilizaba CD y no cartuchos; figurando el inicio generacional de los 128 bits...
- 10- En los años 2000 se inicia un nuevo milenio en relación a la mejora de los videojuegos y las empresas encargadas de su creación y comercialización. Llego la PlayStation 2; figurando como una de las mas vendidas y utilizadas de este tiempo.
- 11- En el 2001 Verdugo (2021) dice que “Microsoft entra en la competición, presentando en sociedad su Xbox, que no conseguiría el éxito esperado. Nintendo probó suerte con la GameCube, que resultó un auténtico fracaso de ventas.” (p.7) Después hubo un cambio significativo a nivel de plataforma para utilizar los videojuegos; llegando a las redes sociales y aparatos móviles; aumentando la recepción.
- 12- Luego llego la Wii que la trajo Nintendo; siendo un sistema amplio y fácil, logrando gran éxito.
- 13- Verdugo (2021) menciona que:

“títulos como Guitar Hero o SingStar, con su novedoso sistema de juegos, dieron un soplo de aire fresco. Los Sims y sus expansiones, abrieron las puertas a la simulación social, más enfocado al género de rol en línea. El gran triunfo de Grand Theft Auto III, The rockStar Game, que mezclaba historias más complejas, con libertad de movimientos, dio lugar a una de las franquicias más exitosas de los videojuegos modernos. Al mismo tiempo que los juegos de GTA, irán desarrollándose populares sagas de videojuegos, como Final Fantasy, Call of Duty, Prince of Persia, Halo, Medal of Honor, Street Fighter, Resident Evil,

Silent Hill o Assassins Creed, que enganchan a todo el que juegue. Ya en la década actual, llegó la Nintendo 3DS, que permite la visión en 3D sin necesidad de gafas, seguida de la PS Vita de Sony. Esta nueva versión está marcada por la usabilidad de Internet como eje principal de jugabilidad. Las consolas se convierten en ordenadores y se caracterizan por su posibilidad de multijugador en tiempo real.” (p.8)

14- Finalmente, llegaron los videojuegos para teléfonos inteligentes y tablets; la PS4 de Sony, como la Xbox One de Microsoft, siguieron un mismo patrón a nivel de plataforma e interacción de las personas jugadoras. Se inician competencias de los videojuegos como deporte electrónico mediante torneos con premios de por medio. Sale el Nintendo Switch siendo un aparato híbrido, usable en una mesa o portátil; y Sony saca el último PS5 en la actualidad; cerrando con la idea innovadora de los juegos en aparatos de la realidad virtual como son los Oculus Rift, HTC Vive, PlayStation VR y Apple Vision Pro.

- **Géneros o Tipos**

Es importante conocer los diferentes tipos o géneros a los que se ven expuestos las personas jóvenes cuando de juegos de video se trata. Hernández (2015) según Rojas et al. (2021) expresa que este realizó una categorización sustanciosa en base a la revisión profunda de varios estudiosos sobre el tema; donde se cumplieron varias condiciones transcendentales: “1.- se basa en el gameplay; 2.- criterios de clasificación común a otros autores e industria; 3.- omisión de géneros prescindibles que pueden ser incluidos en otros; 4.- evitando el solapamiento de las categorías planteadas.” (p.7). A continuación, se presente dicha tipología junto con su explicación:

- ✓ **Acción:** Este género se basa en la utilización al máximo de las habilidades y reflejos que se posean, debido al ambiente en que se desarrolla el mismo, tanto a nivel de combate y superación de obstáculos o riesgos con los que se batalla.
- ✓ **Aventura:** Este género se basa en la narrativa o trama de aventura, donde el personaje debe explorar y resolver situaciones según se valla avanzando.

- ✓ Simulaciones: Este género se basa en la recreación de situaciones que se dan en el mundo real, donde la persona que lo juega toma el control en cuanto acciones a considerar para obtener el gane o sobrevivir; posee mucha fantasía.
- ✓ Deportes: Este género se basa en la recreación de un deporte como el futbol o otros; donde se añaden reglas de la vida real o inventadas de las diversas actividades deportivas que existen.
- ✓ Conducción: Este género se basa en la recreación de conducir un vehículo en forma real, con el propósito de alcanzar un objetivo.
- ✓ Estrategia: Este género se basa en la utilización de la capacidad mental, de planificación/organización e inteligencia para alcanzar los objetivos definidos en relación a temáticas sociales, económicas, otros...
- ✓ Rol: Este género se basa en el desarrollo de una historia o personaje que se encuentra en mundo de fantasía; donde la persona que lo juega interacciona con el mismo para avanzar y lograr los propósitos esperados.
- ✓ Shooter: Este género se basa en la utilización de armas de acción tanto en tercera y primera persona para abatir personajes o objetos a nivel competitivo.
- ✓ Arcade: Este género se basa en variedad de géneros recreativos; siendo importante la agilidad rápida; establecido en una dificultad progresiva y diseño sencillo.
- ✓ Casual: Este género se basa en temas de distracción o educativo con la finalidad de llegar a personas que buscan entretenerse, con reglas simples y sin necesidad de compromiso.

- **Efectos o impactos de los videojuegos**

En su mayoría, los medios de entretenimiento que hacen uso actualmente las personas jóvenes, conserva efectos o impactos que pueden resultar beneficiosos o perjudiciales para la vida de las personas y su funcionamiento emocional, social, cognitivo y otros de vital importancia. En el caso de los videojuegos; figura ser uno de los recursos mas manejado por las personas jóvenes hoy en día y tal y como lo indica Méndez et al. (2023):

“Hoy en día el tipo de video juegos expuesto se caracteriza por llevar a conductas violentas, adicción y alejamiento social, entre otros factibles efectos adversos derivados de su consumo. La Organización Mundial de la Salud en el año 2019

incluye la adicción a ellos, en el listado de desórdenes mentales; sin embargo, existe además una mirada que tiende a precisar su costo cultural.” (p.4)

“Actualmente hay una extensa gama de videojuegos cuyos fines, aunque diferentes, traspasan los parámetros del entretenimiento y se entrelazan con el arte, la enseñanza, la protesta social, la comunicación y la información. No debemos perder de vista que inclusive esos videojuegos comerciales, manifiestan y generan ciertos valores, creencias y miradas de todo el mundo, en la mayoría de los productos de industria, los videojuegos son vistos de manera simbólica y económica a la vez.” (p.5)

Lo anteriormente citado, verifica la dualidad que los videojuegos traen; siendo esta una actividad que puede resultar de gran aprendizaje y motivación o adicción y aislamiento. Es claro que las personas jóvenes se han visto en la necesidad de encontrar pasatiempos que estén vinculados a la tecnología y sus distintas herramientas; los cuales dependen de la rutina de uso que le den; obteniendo resultados diversos. De la misma forma, otra disparidad existente en el mundo tecnológico de los videojuegos, es la relevancia que estos tienen en la vida de los adolescentes varones a diferencia de las mujeres, quienes hasta hace poco tiempo se empezaron a involucrar en este pasatiempo; debido a la idea de las industrias de crear personajes femeninos e incorporar un entorno de interés para las mismas; dando como resultado una participación exhaustiva de ambos géneros en la actividad de los videojuegos.

Finalmente, en este segmento se hará una lista de los impactos o efectos negativos y positivos que los videojuegos pueden proporcionar a la vida de las personas jóvenes a continuación:

- Impacto o efectos positivos

Contrario a lo que se suele creer, existen videojuegos que reducen el sedentarismo y puede resultar impactando positivamente la salud por su desarrollo de actividad física y ejercicio. En relación al área de la salud, Villanueva (2012) comenta que a diferencia de las terapias convencionales; las que son dirigidas por medio de videojuegos; suelen lograr que las personas obtengan los objetivos propuestos y el alcance de resultados más notorios; es decir aportes a nivel físico o de rehabilitación; dejando claro que no se le resta importancia a

la variedad de equipos clínicos existentes; pero muchas personas agradecen la existencia de este tipo de alternativas para mejorar la salud.

Moncada y Chacón (2012) también mencionan que:

Por otra parte, se ha promovido el desarrollo y uso de videojuegos para originar conductas deseables (e.g., aumentar el consumo de vegetales y frutas, utilizar preservativo, aumentar actividad física), así como para rehabilitar alguna discapacidad (Thompson, Baranowski, & Buday, 2010; Baranowski, Baranowski, Thompson, Buday, Jago, Griffith, Islam, Nguyen, & Watson, 2011) ... (p.4)

Es posible que ayuden a la mejora de habilidades cognitivas, emocionales y sociales; en relación a la memoria, atención, cooperación o el trabajo en equipo y resolución de situaciones; mediante la organización y la toma de decisiones ágiles. Igualmente, dicho uso puede ser visto como un espacio de entretenimiento y escape emocional o del estrés: lo que a su vez permita el desarrollo de la creatividad y la imaginación. Pellicer (2024) menciona que:

“Estudios recientes han demostrado que estos estímulos y la forma de relacionarnos con los videojuegos pueden llegar a modificar las estructuras del cerebro de forma medible... Estos cambios los pudieron observar en un estudio llevado a cabo por la Universidad de Szeged, en Hungría, donde demostraron que la parte derecha del hipocampo aumentaba de volumen tras jugar dos meses a videojuegos de plataformas 3D. El hipocampo es la región cerebral encargada del aprendizaje y la memoria, por lo que un crecimiento podría tener consecuencias positivas en la vida diaria. Durante el estudio también se observó crecimiento en las áreas prefrontales, que están relacionadas con la planificación de comportamientos complejos, en la personalidad y en la toma de decisiones.” (p.1)

Tiene el potencial de causar un impacto en el aprendizaje de nuevas habilidades educativas, como lo son los idiomas u otras materias; así como como contribuir a la economía por su aumento en la venta de los mismos; generando empleos y en permitiendo la innovación tecnológica.

Equipo Editorial (2019) dicen que el uso de videojuegos puede favorecer en el desarrollo y ejecución de competencia; reforzando el sentido de logro y adquiriendo confianza en si mismos; permite la mejora en la socialización y el desarrollo motivacional de

desarrollar una actividad y accionar para conseguir la meta o el objetivo esperado; que a su brinda diversión y responsabilidad.

- Impacto o efectos negativos

El uso de videojuegos, puede tener un efecto adverso en el rendimiento académico debido a que puede causar falta de concentración, tiempo limitado en la realización de trabajos académicos y bajos resultados en relación en las calificaciones; efecto de poco interés escolar o académico.

Otro impacto negativo es la posible influencia en la percepción de la realidad de las personas que juegan; debido al ofrecimiento ficticio y distorsionado de distintas situaciones que pueden resultar ser semejantes a la realidad.

Falcón Informativa (2021) expone que investigadores de la American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP) señalan que:

“uno de los principales problemas es que los videojuegos se han vuelto muy sofisticados y realistas. Algunos de ellos, facilitan la conexión a internet y el juego en línea con otras personas, lo que les permite a los niños y adolescentes tener conversaciones con adultos y compañeros desconocidos.” (p.1)

Lo anterior, permite discernir que, en medio de lo positivo de conocer nuevas personas a través de los videojuegos, las personas menores de edad se pueden ver expuestos a peligros inimaginables por lo que es necesario tomar medidas preventivas para su uso.

Falcón Informativa (2021) también comenta que dentro de las preocupaciones existentes de los posibles efectos negativos se encuentran el tiempo limitado para socializar, para consumir actividades escolares o de ocio (poca lectura, bajas calificaciones), para realizar ejercicio (sedentarismo), para dormir y descansar saludablemente (pensamiento y conductas agresivas).

En relación con la salud física y emocional, Diario Libre (2023) explica que el uso de videojuegos por un tiempo prologado puede causar el desarrollo de problemáticas como la ansiedad, depresión y conductas agresivas. Alanko (2023) indica que:

“En comparación con descansar sentado, los juegos aumentan la frecuencia cardíaca, la presión arterial y el gasto calórico general.¹¹ Sin embargo, es probable que esto se vea mitigado por los hallazgos de varios estudios de que los jugadores de videojuegos

consumen más refrigerios, más alimentos grasos y más bebidas azucaradas que los no jugadores.11, 12, 13” (p.1)

“La privación del sueño se ha asociado con una multitud de efectos indeseables para la salud, incluida la disminución de las habilidades del funcionamiento ejecutivo y el rendimiento académico, la irritabilidad y los trastornos del estado de ánimo, y la inactividad física.²⁵ Tener una pantalla en la habitación del niño, además de los efectos sobre el sueño, disminuye la capacidad de los padres para monitorear las actividades de juego y se ha demostrado de forma independiente que está relacionado con la obesidad y la disminución del rendimiento académico.” (p.1)

Moncada y Chacón (2012) señalan que a nivel social los videojuegos pueden causar debilitamiento en las relaciones afectivas con otros y refuerzo en el desarrollo de estereotipos sociales de tipo racial o sexual; así como el aislamiento. A nivel psicológico los videojuegos pueden suscitar el comportamiento agresivo, debido al aumento de tolerancia de personas jóvenes a juegos con narrativas y acciones de índole violento; pudiendo llegar a verlo como algo común; igualmente se asocia el uso de videojuegos con el abuso de sustancias de índole prohibidos, llegando a ser más aventurados al uso de drogas y alcohol. Continuando con esta área estos autores comentan que las personas que utilizan videojuegos pueden exponerse a la aparición de problemas atencionales. A nivel fisiológico pueden causar el exceso de liberación de cortisol; aumentando la frecuencia cardíaca, que a su vez pueden ser causante de hipertensión; en relación al gasto energético, los videojuegos pasivos pueden ser colaboradores de sobrepeso y obesidad o mejor dicho un menor gasto energético. Los niveles de vista y atención visual se han visto degradados por el uso de videojuegos; causando miopía u otras afecciones. Finalmente, el sistema nervioso central se puede ver afectado al exponerse al uso prolongado de juegos de video u otro como lo es la epilepsia fotosensible; siendo los hombres los que más la sufren.

Fundación Reinicias (2021) presenta la siguiente información:

“se le debe sumar la dificultad que se presenta hoy en día por la situación de Crisis Sanitaria tras el Covid- 19, haciendo que las personas adolescentes vean mermadas sus libertades y su forma de relacionarse, haciendo que se presenten dificultades como abusos a videojuegos, exposición de pantallas, redes sociales, conflictos familiares, etc., entre otros. Esta pandemia ha provocado un aumento en el número de

adolescentes que hace abuso de las nuevas tecnologías y videojuegos, acentuándose problemas de conducta, bajo rendimiento académico y aislamiento social.” (p.1)

Lo anterior hace énfasis; en el como la vivencia de la pandemia genero un uso mayor de los juegos de video; pudiendo causar gran diversidad de efectos adversos; lo que por sí sola la situación ya estaba ocasionando sus dificultades emocionales, sociales, entre otras.

- **Adicción a los videojuegos**

La adicción a los videojuegos es conocida como un problema patológico que causa la necesidad compulsiva de jugar algún videojuego mediante cualquier plataforma; causando la sintomatología común del síndrome de abstinencia como la ansiedad y la inquietud por conseguir satisfacer dicha necesidad. Torres (2017) lo define como:

“La adicción a los videojuegos es lo que ocurre cuando la dependencia hacia las partidas de videojuegos se vuelve tan intensa que se dedica al menos cuatro horas diarias a esta actividad, suponiendo esto la desatención de todo tipo de obligaciones y responsabilidades.” (p.1)

Meneses (2020) expone que

“Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), el uso de videojuegos con carácter adictivo se considera un trastorno. Así, lo sufren aquellas personas que presentan “un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente que puede ser en línea o fuera de línea”. Los síntomas se manifiestan por el “deterioro en el control sobre el juego”, el “incremento de la prioridad dada al juego”, que llega a anteponerse a “otros intereses y actividades de la vida diaria”, y a la “continuación o incremento de juego a pesar de que tenga consecuencias negativas”. (p.1)

Rodríguez y García (2021) exponen que investigando se dieron cuenta que a corto plazo la utilización de los videojuegos resultaba beneficioso; pero a largo plazo se podía empezar a presentar ansiedad y depresión debido a un uso excesivo y de escape produciendo adicción. En caso de poseer un juego patológico este puede causar efectos negativos en las relaciones familiares, poco interés escolar o académico, cambios de humor extremos e ira permitiendo la entrada de conductas agresivas y compulsivas. Asimismo, la salud sufre un deterioro por la falta de autocuidado; en relación a patrones de alimentación y de sueño irregulares y altas probailidades de obesidad ante la falta de movimiento y ejercicio.

Como complemento, la Fundación Reinicias (2021, p.1) hace mención de algunas problemáticas asociadas a la dependencia o abuso de los videojuegos:

- ✓ Acceso a contenidos inapropiados.
- ✓ Aislamiento social.
- ✓ Riesgo al sobrepeso, desnutrición y reducción de masa muscular.
- ✓ Impulsividad.
- ✓ Bajo rendimiento escolar.
- ✓ Disminución de otras actividades placenteras y de ocio.
- ✓ Interferencia negativa en la vida del adolescente.

Méndez et al. (2023) explican que:

“El cerebro tiene gran implicación en las adicciones a los videojuegos, debido a la acción de un neurotransmisor del placer denominado dopamina, el flujo de esta sustancia produce alegría en el núcleo de accumbens. En consecuencia, el cerebro se habitúa a un determinado nivel de segregación de dopamina, permitiendo así desarrollar una dependencia a dicha sustancia. Esto forja un desperfecto en la interacción del hipocampo y la amígdala, deteriorando los procesos cognitivos del individuo (Baldinelli, 2022)”

Lo anterior, permite conocer a nivel fisiológico como reacciona el cuerpo ante utilización de videojuegos de manera adictiva. A nivel comportamental el Equipo Editorial (2023) dice que se presenta una serie de señales como la focalización: centrando el uso de videojuegos como algo indispensable en su diario vivir; la modificación del estado de ánimo: experimentando estados de ánimo cambiantes en el momento que se juega de euforia /excitación/enojo siendo esta una estrategia para afrontar la adicción; tolerancia y abstinencia: necesidad de sentir lo que le proporciona el juego en forma constante generando un círculo vicioso y provocando irritabilidad, ansiedad u otros hasta no conseguirlo: y cerrando esta el conflicto y recaída: se da el surgimiento de conflictos en diversas áreas, perdiendo el control y queriendo adquirirlo, recayendo en la misma conducta.

El Centro de Neurociencia InfantoJuvenil (2022) manifiesta que existen una serie de factores de riesgo a la adicción a videojuegos los cuales son:

“Personalidad: la impulsividad, la disforia, la intolerancia a estímulos displacenteros físicos o psíquicos, la búsqueda incesante de nuevas sensaciones y dificultades para afrontar los problemas son características personales que aumentan la vulnerabilidad hacia la adicción.

Familiares: los padres son responsables de enseñar a sus hijos a hacer un uso correcto de las Nuevas Tecnologías, así como de poner límites al respecto, de alertar de los posibles peligros y de desarrollar de forma adecuada pautas de comportamiento socialmente adaptadas.

Sociales: es importante que los padres fomenten en sus hijos la búsqueda de amistades que ejerzan una influencia positiva, dado que el uso de internet ha adquirido un importante poder socializador aún más acusado si cabe, en estos últimos años de pandemia. Este problema se hace más evidente en aquellos niños que pasan muchas horas solos, ya que los menores pueden malgastar ese tiempo en consumir contenidos inapropiados para ellos.” (p.1)

Algo que resulta interesante es lo expuesto por Cuesta (2022) que menciona que:

Otra investigación, realizada a partir de una encuesta en Noruega, llegó a la conclusión de que el uso problemático de videojuegos es mayor en personas que se sienten poco satisfechas con la vida y cuentan con niveles elevados de ansiedad y depresión. (p.1)

Cerrando este tema, Torres (2017) menciona que es necesario una terapia para ayudar en la adicción al uso de videojuegos, entre las acciones esta la limitación del uso y compra de videojuegos; la realización de otras actividades que resultan parecidas en cuanto al estímulo y una restrictiva en el tiempo y uso de los videojuegos.

2.7.Orientación

La orientación para Bisquerra (1996) se conoce como un proceso de ayuda durante diversas etapas de la vida en las cuales se involucra la prevención como elemento fundamental y el desarrollo de las diversas áreas de la vida (Personal-Social-Vocacional-otros).

Bausela (2006) comenta que Rodríguez (1986) afirma que la orientación educativa es el empleo científico en el área educativa sobre una serie de fundamentos de la ciencia humana

y social que brinda apertura a la elaboración de un planeamiento, acciones y análisis de los distintos programas de intervención realizados con el fin de favorecer la transformación de las personas estudiantes y el contexto en el que se ven inmersos, consiguiendo la autonomía y realización de forma integral.

Otro de los conceptos de la Orientación es según Pereira (2004):

- ✓ Es una disciplina aplicada
- ✓ Es principalmente de naturaleza preventiva
- ✓ Utiliza y mejora los sistemas existentes donde se ofrece la orientación
- ✓ Requiere de personal preparado (como mínimo, se necesita estar instruido en los aspectos básicos de la dinámica de la adaptación humana y de la conducta individual).
- ✓ Requiere de coordinación

“no es dar consejos, solo informar, interrogar, seleccionar o dirigir” (p.7)

De igual manera, Bausela (2006) menciona que resulta interesante como la orientación educativa está vinculada a la calidad educativa, así lo afirma Rodríguez (1988) entre otros elementos a continuación:

“(i) Favorezca el proceso de autoconocimiento y maduración personal que le permite tomar congruentes decisiones vitales. Las decisiones académicas y vocacionales sólo constituyen una parcela importante de su trayectoria personal. Y(ii) Conseguir que el alumnado desarrolle una personalidad son y equilibrada que le permita actuar con plenitud y eficacia en la sociedad y momento histórico que le toque vivir. La toma de conciencia des función de agente de cambio constituye requisito necesario a para el auténtico progreso social.” (p.2)

Es claro, que la labor de la persona profesional de Orientación resulta indispensable y reflexiva; puesto que es una vocación donde se trata directamente con personas únicas e irrepetibles con el propósito de que desarrollen y proyecten las potencialidades que lo caracterizan; direccionando su vida de manera responsable y libre, alcanzando los objetivos o metas que le permitan mejorar y encontrar un sentido de vida.

Es vital, enfatizar en la orientación y sus diferentes conceptos; pero principalmente en la educativa debido a su vinculo a la realidad de las personas que son parte del estudio realizado; al igual que la investigadora. La misma, también es considerada como orientación

académica, es la encargada de ofrecer a las personas estudiantes información, estrategias y técnicas que sean necesarias para lograr éxito en lo académico, personal y psicosocial; se suele observar la orientación en el contexto educativo el cual es la Institución Gubernamental de Costa Rica conocida como el Ministerio de Educación Pública (MEP) quien contrata a gran cantidad de profesionales de orientación para apoyar a la persona estudiante en lo que necesite dentro de las funciones que le competen. Es por esto que a continuación se citara lo que dice el MEP (2008) mencionado por Ureña y Robles (2015) sobre los propósitos de la Orientación en dicho establecimiento en función de las personas estudiantes:

- ✓ En relación consigo misma y consigo mismo:
 - Una actitud crítica y analítica
 - La capacidad de establecer relaciones sociales.
 - El conocimiento de sus derechos y deberes.
 - La habilidad para tomar decisiones y planificar la vida.
 - La comprensión de sus cambios biológicos, psicológicos y sociales.
 - Un sentido de responsabilidad entre sus actos y decisiones
- ✓ En relación con las compañeras y los compañeros:
 - Conocimiento de las relaciones entre los mismos miembros del grupo.
 - Comprensión de su papel dentro del grupo de compañeros.
 - El desarrollo de habilidades de interacción social.
 - La integración activa, crítica y constructiva de un grupo de iguales.
 - El compromiso en la solución conjunta de conflictos y situaciones que interfieren en el rendimiento y logro de metas
- ✓ En relación con la familia:
 - Un mayor conocimiento y comprensión de la situación social, económica y cultural y del nivel de aspiraciones de la familia
 - Conciencia de la influencia que ejerce la familia en las decisiones vocacionales
 - Responsabilidad y solidaridad en el ejercicio de sus deberes y derechos dentro de una familia.
- ✓ En relación con la institución educativa:
 - El conocimiento de las oportunidades y servicios que ofrece la institución.

- El reconocimiento de la relación entre la educación y sus planes y metas vocacionales.
- Mayor conciencia de su responsabilidad como estudiante, en el ejercicio de sus derechos y deberes.
- ✓ En relación con la comunidad, la región y el país:
 - La comprensión de factores sociales, económicos, laborales, políticos y culturales de su comunidad, región o país, según su nivel de desarrollo, así como de la relación de estos con sus decisiones vocacionales.
 - La comprensión de sus derechos y responsabilidades ciudadanas (pp.13-14)

A manera de cierre, queda claro que en la lista anterior no solo se verifican los propósitos de la orientación en el sistema educativo; también se examinan las funciones de la persona profesional en el área y su impacto en el desarrollo integral de la persona estudiante definiendo su importancia y el valor de la labor.

- **Áreas de intervención en la Orientación**

La orientación al ser un proceso que interactúa con la integralidad del ser humano, interviene en distintas áreas como parte fundamental del mejoramiento y para una mayor plenitud. En este sentido Fuentes (2016) hace un resumen de las diversas dimensiones a considerar; dentro de las cuales se encuentra la educativa; viéndose como una parte del proceso de orientación; lo que también es válido y contempla otro tipo de perspectiva. Las áreas son las siguientes:

- ✓ Educativa: Carrillo (2019) señala que esta:

“...es una modalidad de enseñanza que trasciende los contenidos regulares de las clases y va más allá de las aulas, para enseñar y orientar a los jóvenes en cuanto a la manera correcta de emplear sus recursos personales. La finalidad exacta de esta modalidad educativa es dirigir al joven a que opte por carreras académicas y profesionales afines con sus fortalezas y capacidades personales.” (p.1)
- ✓ Vocacional: Según Medina et al. (2018) esta es:

“considerada como el medio de acción tradicional de la orientación. Sus principales objetivos para apoyar a los estudiantes son: (1) mejorar la toma de decisiones académicas y laborales, (2) sensibilizar los propios intereses y aptitudes, (3)

relacionar la elección de un trabajo o estudio posterior con las características de aquello que se desea desempeñar (García-Ramírez, 1970), (4) guiar para obtener éxito en el plano laboral o en estudios posteriores (Pérez-Júste, 2010) y (5) facilitar la elección, de empleo o estudio posterior (Casullo, 1996).” (p.5)

- ✓ Personal/Social: Fuentes (2016) la explica a continuación:

“Atiende asuntos relacionados con procesos de emancipación y liberación del potencial humano, desarrollo personal, situaciones disfuncionales, desarrollo de la identidad y autonomía personal, crisis, desastres, eventos estresantes y otras problemáticas relacionadas con la dimensión afectiva de las personas, mediación de conflictos y procesos de paz en las comunidades.”

“Dirigido a las personas con problemas afectivos y conflictos personales. El termino de Orientación Personal se ha denominado posteriormente como Counseling o Asesoramiento. Propicia el desarrollo personal para mantener la estabilidad psicológica y afectiva. Se estimula la motivación de logro.” (p.1)

- ✓ Profesional: Soriano (2023) expone a que hace referencia este punto:

“Su objetivo fundamental es proporcionar a los individuos las herramientas y el conocimiento necesarios para que puedan tomar decisiones informadas y acertadas sobre su carrera. En este sentido, la orientación profesional busca ayudar a las personas a comprender sus propias habilidades, intereses y valores, y cómo estos se relacionan con el mundo laboral. También se centra en brindar información relevante sobre diferentes opciones profesionales, el mercado laboral y las tendencias de empleo.” (p.1)

- ✓ Familiar: Álvarez (S.f.) comenta que:

“Concretamente, la Orientación con familias viene a tomar un carácter de gran valía, específicamente ante circunstancias como las que nos acompañan en este momento, en donde se reconoce la necesidad de proyectar hacia el núcleo familiar, herramientas y estrategias que permitan tanto el crecimiento de los miembros, como de la familia, siendo esta la institución social más importante.”

“Así, la Orientación en el área familiar se puede reconocer como un área de esta disciplina que mediante procesos educativos, interviene en las familias con la finalidad de que estas puedan mejorar su función educativa, su dinámica funcional y

la adaptación ante situaciones difíciles. Además, reconociendo el papel ya mencionado de las familias para la construcción de la sociedad, esta incide en la mejora global (Villarreal, 2007).” (p.1)

- **Enfoque de orientación**

- ✓ **Orientación Racional Emotiva Conductual**

Su creador, es Albert Ellis en los años cincuenta; siendo uno de los primeros en detonar la influencia de la cognición en la conducta humana. Fue fiel seguidor del psicoanálisis y de Sigmund Freud, pero al darse cuenta de las limitaciones de esta teoría; de dedico a crear la propia.

Domínguez (2023) señala que:

“La Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC) es una forma pionera de terapia cognitivo conductual, que sostiene que las personas no solo se trastornan por las cosas desafortunadas (adversidades) que les suceden, a menudo se preocupan considerablemente acerca de estas cosas. Cuando sus metas y deseos son frustrados, se sienten ansiosos y deprimidos actúan en forma derrotista. Su ambiente contribuye significativamente a su estado agitado, pero su sistema de creencias, lo que se dicen a sí mismos sobre su ambiente desafortunado, es también crucial para sus trastornos.”

“La terapia racional emotiva conductual afirma que la gente puede minimizar sus sentimientos y conductas no saludables y de derrotismo, si, claramente ven y se dan cuenta de sus creencias irracionales, científicamente y en forma realista las debaten, hasta que las cambian a simples preferencias, trabajan en sí mismos para sentirse diferente y actúan contra las ideas irracionales de manera persistente.” (p.1)

A continuación, se resumirá lo que expone Naranjo (2011) de esta teoría:

- ✓ **Fundamentos Filosóficos:** Es esencial las concepciones erróneas que las personas poseen sobre ellas mismas y su alrededor. La interpretación hecha sobre estas suele ser equivocada llevando a la perturbación o irracionalidad; siendo esto aprendido en el contexto que se ha desarrollado. Para conseguir una transformación filosófica, es vital que se llegue a ser consciente de su responsabilidad en las creencias irracionales y

absolutistas que ha desarrollado; siendo este el único capaz de modificarlas y así mejorar.

- ✓ Concepción Humana: Se considera al ser humano como complejo, en constante cambio; donde a pesar del posible efecto de la herencia y ambiente en el que creció este posee la capacidad de conducirse hacia otros caminos con determinación y ilusión.
- ✓ Salud Psicológica: Las derivaciones racionales para obtener esta son el analizar o evaluar lo negativo, tolerancia y aceptación. Algunos criterios son el tener interés en sí mismo y social, elegir la autodirección, adquirir tolerar la frustración, tener flexibilidad y aceptación, lograr comprometerse con labores creativas, pensar de manera probatoria, arriesgarse y responsabilidad emocional.
- ✓ Comportamiento racional e irracional: El primero decide vivir con felicidad, aceptar su realidad y vivir en paz formando parte activa de un grupo social y el otro actúa y siente de manera inapropiada, interfiere en la vida de alguien o se causa un daño a sí misma.
- ✓ Modelo ABC de la TREC: A es un acontecimiento activador (discusión familiar o recuerdos) que generan C; que son consecuencias emocionales / conductuales (depresión, hostilidad, agresión, huida). Los causantes de C son los pensamientos o creencias, (esto es B, que son lo que se relacionan con C), por lo que B son las ideas o creencias irracionales; luego se encuentra D, el debate en donde se detectan y vencen los pensamientos irracionales, para lograr llegar a E, (efecto o filosofía final) es la visión más objetiva que sustituya las anteriores y que se presenta de manera menos perturbadora.
- ✓ Creencia Racional: Se indican por medio de deseos o preferencias (quiero ser, no me gusta que...) afines a metas o propósitos que ayudan a lograr una vida plena.
- ✓ Exigencias básicas y creencias irracionales fundamentales: El debo/e o tengo es parte de la exigencia o creencia irracional; por ejemplo; debo tener éxito, solo hay una solución no más, debe de ser fácil y rápido...
- ✓ Ideas irracionales derivadas: Son las creencias irracionales de segundo plano, dirigidas por el drama, el no, la culpa o autodesprecio; como no puedo soportar, porque me pasa todo a mí....

- ✓ Tipos de intervención: Se encuentran los métodos cognitivos: La enseñanza del ABCD - Disputa de creencias irracionales- Sugestión y autosugestión. Los métodos emotivos: Aceptación incondicional - Imaginación racional-emotiva - Ejercicios para atacar la vergüenza. Y los métodos conductuales: Asignaciones para la casa - Reforzadores y sanciones

**CAPITULO III:
MARCO METODOLOGICO**

El presente capítulo metodológico resulta fundamental para esta investigación y para cualquier asunto indagatorio, ya que establece el paradigma, enfoque, métodos y técnicas para la recolección y análisis de los datos a conseguir; asegurando la validez y la confiabilidad necesaria de lo obtenido. Igualmente, este permitirá dictar los pasos a seguir, para obtener los resultados y a su vez lograr los objetivos planteados; proporcionando respuesta la pregunta de investigación y conocer a profundidad los efectos socioemocionales del uso de videojuegos postpandemia en jóvenes estudiantes de 16 a 18 años.

La actual investigación, se diseña desde un paradigma naturalista. De este se tomaron en cuenta diferentes aspectos para la ejecución del presente estudio y para entender el mismo en el que se fundamentó es importante saber la conceptualización de que es un paradigma, que según Gurdián (2007) es:

“...un sistema teórico dominante en la ciencia en cada período de su historia, que organiza y dirige la investigación científica en una cierta dirección, de igual forma permite el surgimiento de ciertas hipótesis e inhibe el desarrollo de otras, así como centra la atención de quién investiga en determinados aspectos del tema de estudio o problema y oscurece otros.” (p.1)

El paradigma de investigación hace referencia a la posición teórica y metodológica que se decide realizar un estudio o investigación; para así ofrecer un marco conceptual y una serie de elementos que orientan la elección y acción de métodos, la interpretación de la información alcanzada y la obtención de conocimiento. Es por esto que el paradigma seleccionado se adecuo al objetivo de la investigación, ya que la persona encargada de la misma tiene una relación directa y cercana la población seleccionada para dicho estudio.

Desde este punto, es que el paradigma que guía esta investigación es el naturalista, el cual Gurdián (2007, p.160) menciona que posee varias características las cuales son:

- Se centra en la descripción y comprensión.
- El enfoque en esencia es holístico.
- La situación debe ser respetada en su complejidad natural.
- Considera que la realidad es múltiple, variable y está en continuo cambio.
- La comprensión del contexto es fundamental.

Este paradigma, además de ser sumamente flexible, apoya que todos los fenómenos o situaciones de la vida cotidiana y del mundo puede ser explicados u comprendidos; o que poseen una causalidad natural. Asimismo, este valora la neutralidad del proceso investigativo; mediante la objetividad y la independencia de creencias, valores o ideologías que puedan obstaculizar el estudio y su realidad; dando paso al enfoque de investigación.

3.1 Enfoque de la investigación

El enfoque de esta investigación será gobernado por el cualitativo, el cual es conocido por su interés en la realidad de las personas y comprender las vivencias como únicas e irrepetibles desde su propia percepción; mediante la recolección y análisis de datos no numéricos. Este posee la habilidad de indagar temáticas que pueden resultar complejas, aprobando revelar los pensamientos de las personas participantes y comprender el significado de la vivencia; siendo en este caso la pandemia y los efectos socioemocionales que se pudieron dar por el uso de videojuegos después de esta situación.

Cháriez (2012) indica que Bisquerra (2004) expresa que este tipo de investigaciones conducidas desde el enfoque cualitativo:

“...La idiosincrasia de la investigación cualitativa implica que el diseño de investigación se caracterice por ser inductivo, abierto, flexible, cíclico y emergente; es decir, surge de tal forma que es capaz de adaptarse y evolucionar a medida que se va generando conocimiento sobre la realidad estudiada” (p.51)

Hernández et al., (2014) también aportan detalles del enfoque cualitativo indicando que “Utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación.” (p.7)

Este enfoque resulta ser el adecuado para este estudio, debido a que el mismo pretende analizar los efectos socioemocionales del uso de videojuegos, en donde se resalta la importancia de la cercanía con la población y conocer realidad de cada persona individualmente, para lograr categorizar su relación con la pandemia y así llegar a hallazgos objetivos y neutrales.

Guardián (2007) citando a Taylor y Bogdan (1992), indican que la investigación cualitativa es:

“a) Inductiva. Se relaciona más con el descubrimiento y el hallazgo que con la comprobación o la verificación. b) Holística. La investigadora o el investigador ven la situación o escenario y a las personas en una perspectiva de totalidad. Es un todo integral, que obedece a una lógica propia de organización, de funcionamiento y de significación. c) Interactiva y reflexiva. Las y los investigadores son sensibles a los efectos que ellas y ellos mismos causan sobre las personas que son parte del estudio. d) Naturalista. Se centra en la lógica interna de la realidad que analiza. Quien investiga trata de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas. e) Libre. No impone visiones previas. La investigadora o el investigador cualitativo se apartan temporalmente de sus propias creencias, perspectivas y predisposiciones o las hacen explícitas. f) Abierta. No excluye la recolección y el análisis de datos y puntos de vista antagónicos. Todas las perspectivas son valiosas. Todos los escenarios y personas son dignos de estudio. g) Humanista. El investigador y la investigadora cualitativo/a buscan acceder por distintos medios a lo privado o lo personal como experiencias particulares; captado desde las percepciones, concepciones y actuaciones de quien los protagoniza. h) Rigurosa. Las y los investigadores buscan resolver los problemas de validez y de confiabilidad por las vías de la exhaustividad (análisis detallado y profundo) y del consenso inter-subjetivo (interpretación y sentidos compartidos)” (pp.96 y 97)

3.2 Diseño o tipo de investigación

En lo que respecta al tipo de investigación a ejecutar, explorando un poco, se determinó que la mejor opción es la de tipo narrativo-biográfico, como lo define Salgado (2007) este:

“En los diseños narrativos el investigador recolecta datos sobre las historias de vida y experiencias de determinadas personas para describirlas y analizarlas. Son de interés las personas en sí mismas y su entorno. Creswell (2005) señala que el diseño narrativo en diversas ocasiones es un esquema de investigación, pero también es una forma de intervención, ya que el contar una historia ayuda a procesar cuestiones que no estaban

claras. Se usa frecuentemente cuando el objetivo es evaluar una sucesión de acontecimientos.” (pp.72 y 73)

Los seres humanos a lo largo de la vida se ven envueltos en situaciones o experiencias; tal y como lo fue la pandemia y llegar a conocer los efectos surgidos tanto a nivel emocional y social a causa del uso de videojuegos es uno de los propósitos; tomando en consideración la posibilidad la similitud de rasgos y experiencias entre las personas del estudio; así como el nacimiento de nuevos temas por investigar.

Hernández et al., (2014) explica que este tipo de diseño cualitativo narrativo “...pretenden entender la sucesión de hechos, situaciones, fenómenos, procesos y eventos donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones, a través de las vivencias contadas por quienes los experimentaron...” (p.487)

Igualmente, estos autores explican lo siguiente:

“Diseño Narrativo: El investigador contextualiza la época y lugar donde ocurrieron las experiencias y reconstruye historias individuales, los hechos, la secuencia de eventos y los resultados e identifica categorías y temas en los datos narrativos, para finalmente entretejerlos y armar una historia o narrativa general.” (p.487)

Existe la necesidad de indagar por medio de este diseño y un instrumento una vivencia general en la época de pandemia y sobre la utilización de videojuegos y los efectos socioemocionales que pudieron surgir a causa de esta experiencia; tanto individualmente como a manera grupal, reportando coincidencias y llegado a terminaciones apropiadas para un análisis de aporte.

A manera de cierre, Guardián (2007) menciona un hecho vital de este diseño:

A través del método biográfico se pretende mostrar el testimonio subjetivo de una persona en la que se recojan tanto los acontecimientos como las valoraciones que dicha persona hace de su propia existencia, lo cual se materializa en una historia de vida, es decir, en un relato autobiográfico, obtenido por el investigador mediante entrevistas sucesivas (Pujadas, 1992). En el caso concreto de la Investigación Educativa, a través del método biográfico podemos explorar la dinámica de situaciones concretas a través de la percepción y relato que de ella hacen sus protagonistas. (pp. 33 y 34)

3.3 Método de investigación

El método de investigación, elegido según el problema planteado y los objetivos propuestos es el inductivo debido a que inicia de lo específico a lo general. Parte de observaciones para alcanzar conclusiones; es decir empieza desde lo micro para llegar a lo macro. Dávila (2006) acota sobre este método que:

“el investigador tenía que establecer conclusiones generales basándose en hechos recopilados mediante la observación directa. Bacon aconsejaba observar a la naturaleza directamente, desechar los prejuicios e ideas preconcebidas que él denominada ídolos. Según Bacon, para obtener conocimiento es imprescindible observar la naturaleza, reunir datos particulares y hacer generalizaciones a partir de ellos. Una nueva manera de encontrar la verdad es ir a buscar los hechos en vez de basarse en la autoridad (experto) o en la mera especulación; con el tiempo esa actitud habría de convertirse en el principio fundamental de todas las ciencias.” (pp. 185 y186)

“Según Bacon las observaciones se hacían sobre fenómenos particulares de una clase, y luego a partir de ellos se hacían inferencias acerca de la clase entera. Este procedimiento se denomina razonamiento inductivo y viene a ser lo contrario del que se utiliza en el método deductivo.” (p.186)

Dicho método de investigación, se enfocará en la disciplina científica como lo es la profesión de la orientación; se vincula a experiencia de una situación particular y llegar a conclusiones conjuntas sobre la misma con la flexibilidad necesaria para la ejecución de un análisis para dar respuesta a la pregunta de investigación y a los propósitos y su construcción observacional.

3.4 Fuentes de información

Al tener claridad de que el estudio tendrá un diseño narrativo de método inductivo, se cree que se tendrá en cuenta varias fuentes de información para conocer los datos necesarios y así, darle respuesta a la pregunta de investigación planteada; dándole la importancia a la mayor fuente de información que es el estudiantado del Colegio Nocturno de Limón del circuito 01.

A continuación, se detallará las fuentes que se utilizarán para comprender el fenómeno, proporcionando lo necesario para llegar a los objetivos deseados y poder concluir el estudio:

- Primarias: Revistas científicas, informes de investigación, comunicados de prensa, artículos periodísticos y tesis doctorales.
- Secundarias: Resúmenes de investigaciones, sitios web, y bibliografías
- Terciarias: Bibliografía de bibliografías y guías de obras de referencia

3.5 Sujetos de información

Martínez et al., (2022) mencionan lo siguiente:

Los sujetos de investigación constituyen el medio, la vía mediante la cual será estudiado y conocido un objeto. En la investigación clínica objeto y sujetos de investigación son inseparables hasta el punto de constituir un par dialéctico. La realidad, el objeto, no puede ser estudiada, conocida, sin transitar por los sujetos que forman parte de esa realidad. Por ello, para llegar hasta lo general, a la abstracción, hay que estudiar lo particular y lo singular, que son los individuos. (p.167)

La población participante de la investigación son estudiantes del Colegio Nocturno de Limón. Al menos 3 estudiantes que se tenga conocimiento del uso de videojuegos durante la pandemia expresado por ellos (as) mismos de al menos de 15 a 18 años de edad; siendo la muestra de la investigación.

La muestra la define López (s.f) como:

“un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación. Hay procedimientos para obtener la cantidad de los componentes de la muestra como fórmulas, lógica y otros que se verá más adelante. La muestra es una parte representativa de la población. (p.69)

López (s.f) citando a (PINEDA et al 1994: 119) también contempla la muestra no probabilística con la que se contara en esta investigación; indicando que:

“En este tipo de muestreo, todas las unidades que componen la población no tienen la misma posibilidad de ser seleccionada "también es conocido como muestreo por conveniencia, no es aleatorio, razón por la que se desconoce la probabilidad de selección de cada unidad o elemento de la población”” (p.73)

La muestra no probabilística, se considera accidental debido a que como lo señala López (s.f) que “El investigador acomoda su investigación de acuerdo a los criterios que tiene para su investigación...” (p.73). Es por esto que se consideró la muestra de 3 jóvenes entre 15 a 18 años de edad que se conoció que utilizaron videojuegos durante la pandemia; cumpliendo lo necesario para tomarles en cuenta.

3.6 Consideraciones éticas

Espinoza (2019) explica un punto importante sobre las consideraciones éticas a continuación:

Dar la importancia necesaria a las consideraciones éticas en el proceso de una publicación científica, es un objetivo que precisamente, se podrá lograr con el ejemplo de investiga-dores responsables, que muestren y promuevan una excelente conducta de buenas prácticas en investigación. En la formación ética, más importante que la teoría son los modelos a seguir. (p.229)

En este sentido, cabe mencionar que además de recalcar que se está trabajando con seres humanos; resulta no negociable la parte ética. Tanto a nivel de rigurosidad, confiabilidad, atención y resguardo de datos o información obtenida durante el proceso investigativo y como parte de los derechos humanos que les protege. Igualmente, se tendrá en cuenta las referencias tomadas en consideración para la parte teórica, involucrando los derechos de autor sin incurrir en el plagio, etc... De la misma forma como parte de este punto, se aplicará, un consentimiento para que las personas estudiantes consientan la aplicación de los instrumentos y así a su vez salvaguardar a la persona investigadora. **(Ver Apéndice A)**

3.7 Categorías de análisis

Rebolledo (2020) explica que las categorías son “el supuesto ontológico básico de la investigación cualitativa es que el mundo social está construido por significados y símbolos. La cultura se construye socialmente a través del lenguaje. Las categorías son entonces las que nos orientan en la búsqueda de significados sociales.” (p.1)

Las categorías de análisis, de la presente investigación están derivadas de los objetivos específicos, con la finalidad de dar resultados a la pregunta del estudio. Estas

orientan la investigación y son las siguientes: efectos emocionales y los efectos sociales las cuales serán analizadas mas adelante; pero para una mayor comprensión organizacional se presentará en la Tabla 2.

Tabla 2. Categorías de análisis

Tema: Análisis de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia, en jóvenes estudiantes de 15 a 18 años del Colegio Nocturno de Limón, circuito 01.				
Problema: ¿Cuáles son los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en jóvenes estudiantes de 15 a 18 años, del Colegio Nocturno de Limón, Circuito 01?				
Objetivo general: Analizar los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en jóvenes estudiantes de 15 a 18 años, del Colegio Nocturno de Limón, Circuito 01.				
Objetivo Especifico	Categorías	Subcategorías	Ítems AB	Ítems GF
Identificar los efectos sociales del uso de videojuegos ante el confinamiento post pandemia en los jóvenes estudiantes de 15 a 18 años	Efectos Sociales	Educativo	1	1
		Familiar	2	2
		Personal	3	3
			4	6
			5	7
				8
Determinar los efectos emocionales del uso de	Efectos Emocionales	Educativo Familiar Personal	1	1

videojuegos ante el confinamiento postpandemia en los jóvenes estudiantes de 15 a 18 años			2	2
			3	3
			4	4
			5	5
				8
Conocer el papel de la orientación en la atención de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años	Efectos Socioemocionales	Educativo Familiar Personal	1	
			2	
			3	
			4	
			5	

Importante: Significado de siglas de Tabla 2. AB: Autobiografía - GF: Grupo Focal

Nota: Elaboración Propia.

3.8 Instrumento de investigación

Resulta muy clara la funcionalidad de los instrumentos y es la de brindar datos para lograr resultados que aporten a la respuesta de la pregunta investigativa y alcanzar los propósitos considerados. Es por esto que se contempló la utilización de dos instrumentos aplicados a la población de 3 estudiantes; una en forma individual y otra en forma grupal.

Primeramente, se eligió la historia de vida o autobiografía, focalizada en la utilización de videojuegos, permitiendo tener conocimiento de cada una de las personas estudiantes y su vivencia única de la pandemia y los efectos causados a nivel socioemocional. El método de la historia de vida se pretende que cause impacto y una mayor relevancia en la adquisición de información; pero principalmente como técnica comunicativa de la vivencia y su sentir particular. **(Ver Apéndice B)**

Guardian (2007) enfatiza sobre esta técnica que:

“La historia de vida: es aquella en que la o el sujeto mismo narra a otra persona presente, física y actualmente, que es su interlocutora o su interlocutor. La narración de la historia de vida debe ser grabada y transcrita. Se caracteriza por su espontaneidad, en realidad, es el producto de una relación interpersonal empática. Se utiliza en la investigación cualitativa, como instrumento o técnica para conocer, analizar y comprender la realidad social. Es la mejor manera para aprovechar el potencial heurístico. Se apoya particularmente en dos técnicas: la entrevista en profundidad y la observación participante. Las fases de la historia de vida son: a) La exploración que es el punto de partida, el encuentro de subjetividades. b) La descripción es la fase donde se construye información, se ordena y se le da sentido. c) En esta fase el análisis explicita la vida social en movimiento utilizando la herramienta hermenéutica” (p.206)

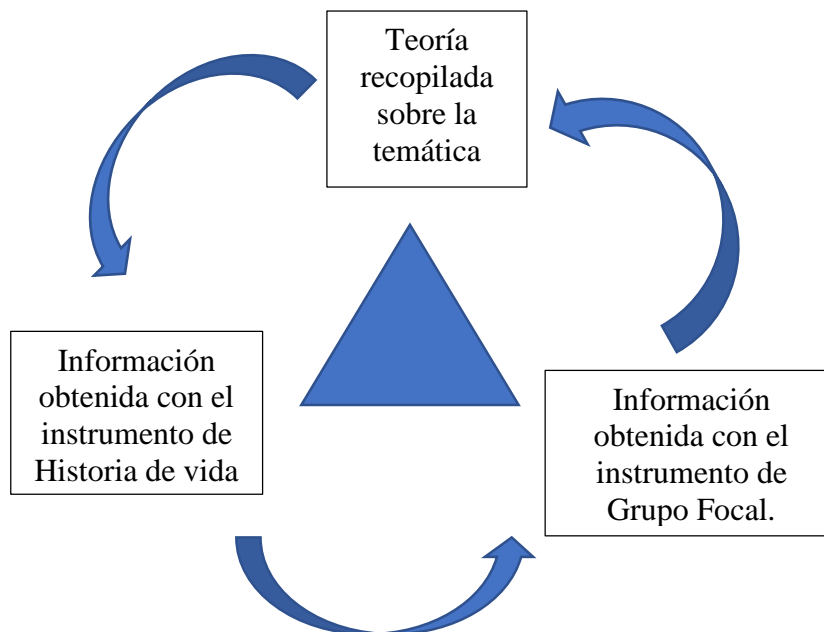
Otro de los instrumentos elegidos para la obtención de datos y es el grupo focal; el cual requiere un espacio de preguntas donde se genera una discusión y se obtendrá información en común o no de una forma interactiva y abierta. También conocido como entrevista grupal sobre un tema en específico en este caso de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia. **(Ver Apéndice C)**

Hernández, Fernández y Baptista (2014) consideran que:

“Algunos autores los consideran como una especie de entrevistas grupales, las cuales consisten en reuniones de grupos pequeños o medianos (tres a 10 personas), en las cuales los participantes conversan a profundidad en torno a uno o varios temas en un ambiente relajado e informal bajo la conducción de un especialista en dinámicas grupales” (pp.408- 409)

3.8 Proceso para la Recolección y Análisis de resultados

Figura 2. Triangulación de resultados



Nota: Elaboración propia

Guardian (2007) explica lo que es y que implica un análisis de datos a continuación:

El análisis de los datos cualitativos representa la arista más ardua de resolver en la investigación cualitativa. Consideramos que el problema, básicamente, radica en ¿Cómo transformar los datos en explicaciones, interpretaciones o valoraciones que se puedan sustentar?... (p.229)

Al iniciar el proceso de ordenamiento, organización y sistematización o agrupación de las descripciones nos enfrentamos con una etapa de reflexión y diálogo con los datos. Es fundamental permitir que “los datos nos hablen” y escucharlos con la mayor apertura y sensibilidad posibles. Debemos estar alerta a cualquier cosa que emerja de ellos. Tengamos siempre presente la condición inductiva y naturalista que caracteriza a este paradigma. (p.230)

La triangulación es un procedimiento imprescindible y su uso requiere habilidad por parte de la investigadora o del investigador, para garantizar que el contraste de las

diferentes percepciones conduzca a interpretaciones consistentes y válidas. Ésta es una herramienta heurística muy eficiente. (p.242)

Dicha triangulación, se efectuará con base a la teoría compilada, junto con los dos instrumentos utilizados: la autobiografía y el grupo focal. El proceso de la triangulación conlleva la exploración sobre un tema, vinculado a un fenómeno que se puede estudiar desde diferentes vertientes investigativas; su propósito es la optimizar los resultados en validez y exhaustividad por medio de la fusión entre los instrumentos y la teoría conseguida. Los mismos, al ser aplicados a 3 estudiantes es indispensable codificarlos de tal forma que no se conozca su identidad; por lo cual se presentara esto a continuación:

Tabla 3. Codificación de participantes

Participantes	Código asignado
Participante 1	JP1
Participante 2	KP2
Participante 3	LP3

Nota: Elaboración propia

CAPITULO IV:
ANALISIS GENERAL DE RESULTADOS

El presente análisis se realiza primeramente con las categorías de análisis, continuando con un estudio mas específico de los objetivos planteados para la presente investigación:

En relación a la primera categoría de análisis, la cual son los **efectos sociales** por la utilización de videojuegos la persona participante **JP1** expresa que desde la niñez el deporte o juego del futbol junto con la tecnología fueron y son hasta en la actualidad su pasión y uno de sus mayores intereses. Suele pasar tiempo en la actividad de los videojuegos por lo que sus momentos de socialización se ejecuta solamente en los momentos que se encuentra en el colegio con los compañeros (as) y en la casa con su familia; sin embargo, estos se ven retenidos por el uso de videojuegos debido a que la misma muestra desagrado a esta actividad; suelen brindarle todas las comodidades tecnológicas pero tal y como lo expresa: *“ellos solo me dan cosas tecnológicas ya que tenemos los medios económicos para comprarlas, y no me prestan atención solo en sus cosas”*; mientras que por el lado de las amistades conectan e interaccionan en el mismo juego tal y como lo indica diciendo *“tengo Playstation 5, cómo me gusta tanto el futbol ahora lo tengo en una nueva generación y en 4K, esto es lo último para mí, pasamos yo y mis compas todo el día si es posible jugando mientras mi mama no está en casa”*; comprendiendo que la relación familiar se encuentra deteriorada, habiendo un poco de diferencia en la relación de pares que a pesar de ser por un medio tecnológico se denota la conexión existente por su manera de expresarse sobre ellos o ellas. En relación a esto Gaete (2015) certifica esto indicando que como parte de la adolescencia:

“El hecho central en este período es el distanciamiento afectivo de la familia y el acercamiento al grupo de pares. Ello implica una profunda reorientación en las relaciones interpersonales, que tiene consecuencias no solo para el adolescente sino también para sus padres.” (p.5)

Con lo anterior podemos correlacionar o encontrar un posible porque de la situación y la desconexión familiar que se da en esta etapa, a pesar de la importancia que esta tiene en el desarrollo social y emocional de las personas. Asimismo se establece que el área educativa es un factor participante del impacto social, el participante **JP1** detalla su aprendizaje en relación a las armas y la gran necesidad sobre este conocimiento por el contexto en el que se desarrolla junto con sus amistades *“aprendí de armas soy más despabilado porque yo vivo en cieguita un barrio de conflicto y debo de estar actualizado con los maes del barrio”*;

comentado que a pesar de saber que las armas son malas ha estado en contacto con ellas por el juego de video que utiliza, reconociendo el sonido y el calibre por la enseñanza del mismo *“los juegos nos enseñaron eso como suenan y como son hasta como se cargan, por eso es que tratamos de pasar de nivel para conocer más de ellas.”* Esto contempla, lo que muchos estudios han determinado y es la necesidad de muchas veces llevar a la realidad lo proporcionado por los videojuegos pudiendo visualizar esta interacción como parte de la normalidad, o el hecho de que nos encontramos en una sociedad devastada por la inseguridad llegando al uso de medidas poco usuales.

La persona participante **KP2** al hacer referencia a la categoría de los **efectos sociales**, podemos interpretar que la niñez utilizó juegos comunes fuera del área de la tecnología; siendo hasta la adolescencia donde obtuvo el celular y el mundo interactivo de los juegos de video: *“me gusto el juego que se llamaba la Manguardía, son dos ciudades que se pelean los territorios uno debía ser más rápido, no tenía consola, así que fue mi celular el protagonista, cree un grupo con mis compañeros”*. En esta categoría las amistades tuvieron un papel primordial a nivel social; al igual que la parte educativa; la familia no surgió como parte de la conversación ni en persona o en lo escrito; por lo que se interpreta una vez más que la familia, pasa a segundo plano y el grupo de pares al primero; llegando a conocer personas por medio de la herramienta de los juegos a pesar de ser poco sociable. La pandemia tuvo mayor impacto en esta área, por ser la tecnología el único medio para relacionarse y así lo menciona Díaz (2020) a continuación: *“La pandemia ha cambiado nuestra manera de socializar debido a que estamos limitados a comunicarnos mediante un dispositivo electrónico...”* (p.1)

En relación a la parte educativa, después de la pandemia y actualmente comenta **KP2** la realidad que gobierna la población estudiantil; donde el jugar en línea o el uso de las redes sociales se hace en las clases, llevándolos a tener problemas de conducta y a nivel académico: *“problemas con los profesores nos ha causado los videojuegos porque las boletas llueven en el aula por el uso del celular y los gritos y chismes que se genera en el ambiente, ni prestamos atención a la lección que están dando.”*

Falcón Informativa (2021) comenta que dentro de las preocupaciones existentes de los posibles efectos negativos de los videojuegos se encuentran el tiempo limitado para socializar, para consumir actividades escolares o de ocio (poca lectura, bajas calificaciones),

para realizar ejercicio (sedentarismo), para dormir y descansar saludablemente (pensamiento y conductas agresivas). Se puede resaltar que la parte de la socialización en la persona participante no es un problema; pero puede verse afectada a como ya se estaba impactando lo académico y conductual.

La persona participante **LP3** en relación a los **efectos sociales** hace énfasis a la transformación de la sociedad en esta última época expresando que *“los tiempos comienzan a cambiar un poco ya que la tecnología nos distrae un poco y los programas favoritos”* al hablar de la niñez y la diferencia del ahora con los tiempos de antes, añorando un poco esas épocas de mayor conexión social y emocional. Como Alegsa (2023) señala:

“En resumen, el mundo digital ha transformado la manera en que vivimos y interactuamos en la sociedad. Sus beneficios son innegables, pero también debemos ser conscientes de los desafíos que enfrentamos en esta era digital y trabajar en conjunto para aprovechar al máximo las oportunidades que nos brinda.” (p.1)

La persona participante **LP3** hace mayor nombramiento del área familiar, teniendo esta una participación activa en el cuidado y vigilancia del uso en tiempos y seguridad de la tecnología o videojuegos. Los grupos de pares, aquí toman un papel secundario, porque a pesar de ser un factor importante en la vida, la familia tuvo y tiene una participación activa en cuanto a la dinámica y relaciones afectivas necesarias para este nivel y su certeza.

La persona participante **JP1** cuando de los **efectos emocionales** se trata, existe una narrativa destacable y a la vez preocupante donde indica el autodescuido por parte de la persona en diversas áreas a continuación: *“El teléfono fue creado para jugadores como yo, adictos y son teléfonos con mucho espacio en la memoria, si yo antes pasaba 4 horas seguidas, ahora paso el doble o triple de horas jugando ya que se me pasa el tiempo volando.”* *“mucho desvelo, eran las dos de madrugada y paso pegado con el teléfono, cómo también en lo negativo hay varios puntos porque yo no como casi, si como, como con el teléfono en la mano o con el control del play en la mano y la comida no me sustenta, creo yo que por eso estoy tal flaco por mi mala alimentación”* *“sin los videojuegos yo estuviera perdido porque no tengo nada más que hacer, estudiar la verdad no es mi prioridad lo hago porque es mi obligación, pero no quiero”* *“pasaba con mucha cólera porque no podía pasar un nivel a veces y uno quería ser el mejor”* . Las citas etnográficas anteriores, explica la presencia de una posible adicción a los videojuegos, por el aporte emocional brindado por

esta actividad y las referencias despectivas ante la pérdida de este por que como lo formula Meneses (2020):

“Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), el uso de videojuegos con carácter adictivo se considera un trastorno. Así, lo sufren aquellas personas que presentan “un patrón de comportamiento de juego persistente o recurrente que puede ser en línea o fuera de línea”. Los síntomas se manifiestan por el “deterioro en el control sobre el juego”, el “incremento de la prioridad dada al juego”, que llega a anteponerse a “otros intereses y actividades de la vida diaria”, y a la “continuación o incremento de juego a pesar de que tenga consecuencias negativas”. (p.1)

Una de las mayores alertas sobre la posible adicción, es la cantidad de horas que realiza la actividad de jugar; así como su comunicación sobre el poco interés en la alimentación y su prioridad a dicha actividad; siendo un caso priorización y de vital atención.

La persona participante **KP2** exhibe, los beneficios de la utilización de videojuegos señalando que dentro de los **efectos emocionales** estos le han proporcionado “*imaginación, entretenimiento, porque uno aprende a como esconderse y hasta trabajamos en equipo, suena irónico, pero si no estamos juntos no podemos ganar el juego*”. Hace énfasis al desarrollo de la habilidad de trabajo en equipo, siendo poco común la connotación de esta cualidad en el uso de videojuegos. Tal como lo menciona Montagud (2020, p.1):

“La colaboración es la capacidad de coordinarse con los demás para conseguir un objetivo en común, beneficioso para todos. No es únicamente conseguir un fin concreto, como puede ser trabajar en un grupo de trabajo para obtener el aprobado o finalizar un proyecto, sino también se colabora para poder tener una adecuada convivencia”

De la misma manera resalto como algo negativo, la existencia de dolores físicos de cabeza y la aparición del insomnio debido a la utilización de los juegos de video en el momento de la pandemia diciendo “*el insomnio dormía muy poco eso trae dolores de cabeza y mala energía, pasaba apática con pereza, y era porque no dormía las horas necesarias*”.

En relación a esto Diario Libre (2023) explica que:

“La privación del sueño se ha asociado con una multitud de efectos indeseables para la salud, incluida la disminución de las habilidades del funcionamiento ejecutivo y el

rendimiento académico, la irritabilidad y los trastornos del estado de ánimo, y la inactividad física.25...” (p.1)

Se subraya, la capacidad de la persona participante **KP2** para determinar y poseer la capacidad de asociar lo negativo a la pandemia y a un uso excesivo de los videojuegos; cambiando dichos hábitos para una mejora en la calidad de vida y la prevención de posibles efectos adversos en el área educativa y otros sustanciales para la calidad de vida.

La persona participante **LP3** en cuanto a los efectos emocionales hace asunción a que los videojuegos favorecieron el desarrollo de la imaginación diciendo “mi *imaginación volaba con el juego porque todo lo cree a mi gusto, yo tenía una imaginación que la aplicaba hasta en la escuela*”; pero de igual manera afecto de manera negativa la disminución de la vista “tuve como consecuencia que ahora mis antejos tengo que estar cambiándolos no veo bien eso afecto mi vista mucho,” lo que implicó un menor uso de los videojuegos y mayor atención a los usos incorrectos de la tecnología. Para cada función, el beneficio y la desventaja le prosigue una cita: Rojas et al. (2021) comenta lo que dice Estallo (1995) a continuación:

“él considera que los videojuegos son una forma de ejercicio cognitivo y gimnasia mental, realizado por el usuario para satisfacer necesidades intrínsecas y disfrutar del tiempo de ocio jugando con objetos interactivos que permiten: alcanzar un determinado objetivo, un estado de ánimo, algunas metas, ejecutar acciones fantásticas y adquirir algunos niveles de control y destreza.” (p.4)

Moncada y Chacón (2012) explican que los niveles de vista y atención visual se han visto degradados por el uso de videojuegos; causando miopía u otras afecciones.

Para cerrar este análisis, los objetivos serán interpretado a continuación:

El **objetivo 1** sobre identificar los efectos sociales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años; dio como resultado:

- El uso de videojuegos como la mayor forma de entretenimiento durante y después de la pandemia
- El uso de videojuegos como forma de relacionarse con otras personas a pesar de la dificultad para coincidir y conectar con otros
- Los grupos de pares, poseen la mayor función social dentro del contexto de las personas de este estudio

- La familia posee un papel secundario y poco relevante o participativo en el área social en la vida de las personas participantes.
- En el proceso educativo la tecnología y lo videojuegos poseen un papel relevante en relación a ser un factor distractor y potencialmente generador de conductas inadecuadas

El **objetivo 2** de determinar los efectos emocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años, dio como resultado:

- El uso de videojuegos fue un medio para salir de la realidad y disminuir el estrés durante y después de la pandemia.
- El uso de los videojuegos causó impactos físicos lo que a su vez afectaron a nivel emocional; insomnio, dolores de cabeza, desatención, descuido en la alimentación y problemas en la vista.
- El uso de videojuegos trajo consigo beneficios como el desarrollo de la imaginación, trabajo en equipo y organización.

El **objetivo 3** conocer el papel de la orientación en la atención de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos en los jóvenes estudiantes de 16 a 18 años, dio como resultado:

- Necesidad de talleres y charlas a los padres y madres de familia sobre la prevención y riesgos del uso de la tecnología en el hogar y las personas menores de edad.
- Necesidad de informar a las personas encargadas de menores de edad y ellas mismas, los posibles impactos a nivel integral del uso de la tecnología y los videojuegos.
- Necesidad del uso actualizado de la tecnología, como medio educativo para las nuevas generaciones.
- Necesidad de informar y crear un plan preventivo y de intervención para las personas profesionales en orientación.

**CAPITULO V:
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Conclusiones

Resulta algo claro que los videojuegos traen consigo impactos a nivel emocional y social que requieren de apoyo de las personas cercanas a su alrededor; así como el hecho que dichos efectos pueden ser positivos o negativos; dependiendo del tipo o genero del juego, las cualidades de la persona que lo juega y el contexto o medio en el que se desarrolla.

El impacto social o sus diversos efectos se producen en el ámbito familiar y educativo, siendo estos contextos los mas destacados en el uso de videojuegos, por su incidencia en la conducta de la persona al igual que su permisividad. Las personas al ser seres sociales y mayor aun en la etapa de la adolescencia, se ven permisiva ante los grupos de pares, siendo estos lo de mayor vestigio social; la familia también, pero poseen poca interacción con las personas adolescentes por la etapa y una generación llena de cosas fuera de lo común, como la tecnología.

El impacto emocional se da mayormente a niveles físicos lo que puede repercutir a nivel emocional; tales como el insomnio, emociones cambiantes, alimentación poco adecuada, o adiciones a uso de los videojuegos; lo cual por si solo va a traer implicaciones a nivel emocional y conductual, pudiendo consolidarse en una situación patológica e inestable.

La orientación debe apoyar a los padres y madres de familia a estar atentos a la realidad actual de la tecnología y los distintos desafíos, riesgos y prevenciones a los que las personas hoy en día se ven expuestos; sin caer en situaciones alarmantes que causen mayor alejamiento de las personas menores de edad.

Recomendaciones

Es recomendable que las personas profesionales de orientación además de informar e intervenir a los padres de familia en las diversas situaciones de la actualidad; también favorezcan a las personas educadoras que necesitan una guía de acción para procurar por el bienestar del estudiantado; mas aun en situaciones como la tecnología que en muchas ocasiones esta fuera de nuestro conocimiento; percibiendo la exigencia de mayor información, acciones preventivas, actualización e innovación del material educativo de enseñanza de materias regulares y de habilidades socioemocionales que permiten un ejercicio saludable de la personalidad cromática que nos caracteriza.

REFERENCIAS

- Alanko, D. (2023). Efectos de los videojuegos en la salud de niños y adolescentes. IntraMed. <https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoid=104495>
- Alegsa, L. (2023). Definición de mundo digital. https://www.alegsa.com.ar/Dic/mundo_digital.php#gsc.tab=0
- Aprender Compartiendo. (2016). Mundo Digital, nuestro presente o nuestro futuro. Era Digital, Mundo Digital. <https://aprendercompartiendo.com/mundo-digital-presente-futuro/>
- Álvarez, K. (S.f.). La Orientación en el área familiar: sinergias entre la intervención y el desarrollo de las familias. Colegio de Profesionales en Orientación (CPO). <https://www.cpocr.org/la-orientacion-en-el-area-familiar-sinergias-entre-la-intervencion-y-el-desarrollo-de-las-familias/>
- Ballesteros, J.C. y Picazo, L. (2018). Las TIC y su influencia en la socialización de adolescentes. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD). https://fad.es/wp-content/uploads/2019/05/investigacion_conectados_2018.pdf
- Basco, R. (2017). Importancia de la Educación. Escuela Secundaria. <https://www.cereso.org/edu/importancia-de-la-educacion.html>
- Bausela, E. (2006). Áreas, contextos y modelos de orientación en intervención psicopedagógica. Revista Electrónica Diálogos Educativos. España. <https://revistas.umce.cl/index.php/dialogoseducativos/article/view/1198/2751>
- Bertran, P. (S.f.). Las 20 habilidades socioemocionales más importantes (y sus características). Psicología. Medicoplus. <https://medicoplus.com/psicologia/habilidades-socioemocionales>
- Bisquerra, R. (1998). Modelos de Orientación e Intervención Psicopedagógica. España: Praxis.
- Cajal, A. (2022). Habilidades socioemocionales: desarrollo, ejemplos y actividades. Lifeder. <https://www.lifeder.com/habilidades-socioemocionales/>

- Carrillo, A. (2019). Orientación educativa: qué es y cómo ayuda a los estudiantes. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/desarrollo/orientacion-educativa>
- Chárriez, M. (2012). *Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa*. Universidad de Puerto Rico. *Revista Griot*. Volumen 5, Número. https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metodologia_d_e_investigacion_cualitativa.pdf
- Cedeño, C. (2022). Brecha digital: ¿cómo nos afecta y cómo se pueden reducir sus terribles efectos? *Cinconoticias*. <https://www.cinconoticias.com/brecha-digital/>
- Centro de Neurociencia InfantoJuvenil. (2022). ¿Cómo afectan los videojuegos a los jóvenes? *Neuropsique*. <https://www.neuropsipe.com/blog/como-afectan-los-videojuegos-a-los-jovenes/>
- Cristancho, A.M. (2024). *Conectados pero Solitarios: Explorando el Impacto de la Tecnología en la Socialización de los Jóvenes*. Fepropaz Fundación. <https://fepropaz.com/tecnologia-y-socializacion-juvenil/>
- Cordero, M. (2021). *Semanario Universidad*. La otra epidemia: Costa Rica supera crecimiento mundial de casos por depresión y ansiedad. Universidad de Costa Rica. <https://iip.ucr.ac.cr/es/noticias/la-otra-epidemia-costa-rica-supera-crecimiento-mundial-de-casos-por-depresion-y-ansiedad>
- CETYS. (S.f.). *Importancia de la educación: el camino para una mejor sociedad*. <https://www.cetys.mx/trends/educacion/importancia-de-la-educacion-el-camino-para-una-mejor-sociedad/>
- Cuesta, L. (2022). *Videojuegos: ¿perjudiciales para la salud?* *La Vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20220803/8445607/influencia-videojuegos-salud.html>
- Da Silva, E. (2020). ¿Qué es el desarrollo psicosocial y cuáles son sus etapas? *Triunfo Salud*. <https://www.tuinfosalud.com/articulos/desarrollo-psicosocial/>
- Dávila, G. (2006). *El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales*. Universidad Pedagógica Experimental

- Libertador. Caracas, Venezuela. Revista de Educación. Laurus, vol. 12, núm. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76109911>
- Diario Libre. (2023). Efectos positivos y negativos de los videojuegos en los adolescentes. <https://www.diariolibre.com/revista/buena-vida/evergreen/2023/05/11/videojuegos-su-impacto-en-el-desarrollo-de-los-adolescentes/2311471>
- Díaz, E. (2020). El efecto de la Socialización limitada en tiempos de Pandemia. Instituto Superior de Estudios Psicológicos (ISEP). <https://www.isep.es/actualidad/efecto-socializacion-limitada-pandemia/>
- Domínguez, V. (2023). Función y objetivos de la Terapia Racional Emotivo Conductual. PsicoActiva. <https://www.psicoactiva.com/blog/la-terapia-racional-emotivo-conductual-de-albert-ellis/>
- EcuRed. (S.f.). Videojuego. <https://www.ecured.cu/Videojuego>
- Educahistoria. (2023). La Historia de los Videojuegos. <https://educahistoria.com/la-historia-de-los-videojuegos/>
- Equipo Editorial Etecé. Enciclopedia Humanidades. (2023). Educación. <https://humanidades.com/educacion/>
- Equipo Editorial. (2023). Adicción a los videojuegos: síntomas y tratamientos. La mente es maravillosa. Psicología. <https://lamenteesmaravillosa.com/adiccion-a-los-videojuegos-sintomas-tratamientos/>
- Equipo Editorial. (2019). Los videojuegos en la adolescencia. Eres mamá. <https://eresmama.com/los-videojuegos-en-la-adolescencia/>
- Equipo de Enciclopedia Significados. (2024). Adolescencia. <https://www.significados.com/adolescencia/>
- Equipo Panda Cinemático. (2020). ¿Qué es un Videojuego? Definición y Características. <https://pandacinematico.com/videojuego-definicion-caracteristicas/>
- Espinoza, D.M. (2019). Consideraciones éticas en el proceso de una publicación científica. Revista Médica Clínica las Condes. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-pdf-S0716864019300380>

- Fagale, B. (2023). Así influyen los celulares, las redes sociales y los videojuegos en los niños. LIFE & STYLE. <https://futbol.radioformula.com.mx/life-style/2023/09/12/asi-influyen-los-celulares-las-redes-sociales-y-los-videojuegos-en-los-ninos/>
- Falcon Informativa. (2021). ¿Cómo afectan los videojuegos a los adolescentes? <https://falconinformativa.com/como-afectan-los-videojuegos-a-los-adolescentes/>
- Fuentes, E.M. (2016). Áreas de Intervención en la Orientación. Presentación Prezi. <https://prezi.com/038dd0is0edl/areas-de-intervencion-en-la-orientacion/>
- Fundación Reinicias. (2021). Los videojuegos y la adolescencia. <https://fundacionreinicias.org/los-videojuegos-y-la-adolescencia/>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. Revista Chilena de Pediatría. <https://www.scielo.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf>
- Gómez, S. (S.f.). Fortaleciendo habilidades socioemocionales: Claves para el desarrollo personal. Psicologíasplencia. https://psicologiasplencia.es/blog/desarrollo-de-habilidades-socioemocionales/?expand_article=1&expand_article=1
- Gurdián, A. (2007). *El Paradigma Cualitativo en la Investigación Socio – Educativa*. Colección: Investigación y Desarrollo. Educación Regional (IDER). San José, Costa Rica. <http://repositorio.inie.ucr.ac.cr/bitstream/123456789/393/1/paradigama%20cualitativo.pdf>
- Hernández, S.; Fernández, C & Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación (6ª ed.). <https://drive.google.com/file/d/0B7fKI4RAT39QeHNzTGh0N19SME0/view?resourcekey=0-Tg3V3qROROH0Aw4maw5dDQ>
- Hidalgo, M.I. y Ceñal, M.J. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Anales de Pediatría Continuada. Madrid, España. DOI: 10.1016/S1696-2818(14)70167-2
- Hinojosa, J.I. (S.f.). Desarrollo psicosocial en la adolescencia. Desarrollo Humano. https://www.academia.edu/33309458/DESARROLLO_PSICOSOCIAL_EN_LA_ADOLESCENCIA_pdf

- Jiménez, P. (2019). La educación como derecho social, humano y fundamental: principios y perspectivas de la educación moderna. <https://www.redalyc.org/journal/5340/534066765006/html/>
- Imaginario, A. (2019). Educación. Enciclopedia Significados. <https://www.significados.com/educacion/>
- Lehrer, L. (2021). Definición de Educación. Su clasificación, su importancia y sus dimensiones. <https://definicion.com/educacion/>
- Leonor, J. (2020). ¿La pandemia nos ha cambiado? Diario Libre. <https://www.diariolibre.com/estilos/buena-vida/la-pandemia-nos-ha-cambiado-DA21656072>
- López, P.L. (s.f). Población muestra y muestreo. Artículo. Punto Cero. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rpc/v09n08/v09n08a12.pdf>
- Luna, C. (2018). ¿Qué son las habilidades socioemocionales? Gestión de las emociones. Amadag. <https://amadag.com/que-son-las-habilidades-socioemocionales/>
- Mansilla, M.E. (2000). Etapas del Desarrollo Humano. Revista de Investigación en Psicología, Vol.3 No.2. [file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-EtapasDelDesarrolloHumano-8176557%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-EtapasDelDesarrolloHumano-8176557%20(3).pdf)
- Martínez, L.A; Hernández, M.F & Álvarez, Y.A. (2022). El objeto y el sujeto en la investigación científica. Facultad de Ciencias Médicas de Cienfuegos. MediSur, vol. 20, núm. <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v20n1/1727-897X-ms-20-01-166.pdf>
- Medina, F; Hiraes, M y Vázquez, J. (2018). La Orientación y la Tutoría desde las perspectivas: oficial, conceptual y práctica en la Educación Secundaria en México. Revista Mexicana de Orientación Educativa. <https://remo.ws/wp-content/uploads/2018/12/a424.pdf>
- Meneses, C. (2020). Influencia e impacto de los videojuegos en la sociedad. <https://www.interempresas.net/Juguetes/Articulos/337244-Influencia-e-impacto-de-los-videojuegos-en-la-sociedad.html>
- Méndez, C.R; Palacios, N.A y Méndez, D. (2023). Uso de videojuegos y su incidencia en la

- juventud actual. Revista Killkana Sociales. Vol. 7, No 1. pp. 83 - 94, enero-abril.
<https://doi.org/10.26871/killkanasocial.v7i1.1242>
- Ministerio de Educación Pública (2020). Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica. Comunicado de prensa.
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/746-noticias-2021/2041-vulnerabilidad-socioeconomica-incide-en-la-salud-mental-de-la-poblacion-de-costa-rica>
- Moncada, J y Chacón, Y. (2012). El efecto de los videojuegos en variables sociales, psicológicas y fisiológicas en niños y adolescentes. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, núm. 21, enero-junio.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732287009>
- Montseny, F. (2022). Desarrollo psicosocial durante la adolescencia: Principales Perspectivas Teóricas. <https://kibbutzpsicologia.com/el-desarrollo-psicosocial-durante-la-adolescencia-principales-prespectivas-teoricas/>
- Montagud, N. (2020). Habilidades socioemocionales: características, funciones y ejemplos. Psicología. <https://psicologiaymente.com/psicologia/habilidades-socioemocionales>
- Morales, J. (2020). El rol del orientador como agente dinamizador del escenario educativo y social. Revista Innovaciones Educativas. DOI:
<https://doi.org/10.22458/ie.v22i32.2903>
- Muñoz, E. (2022). La salud mental es prioridad en el período de pospandemia. Universidad de Costa Rica. Publicaciones. <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2022/10/10/la-salud-mental-es-prioridad-en-el-periodo-de-pospandemia.html>
- Naranjo, M.L. (2011). Enfoques Conductistas, Cognitivos y Racional Emotivos. Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia. Resumen Científico.
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/354393/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental-health-2022.1-spa.pdf?sequence=1>

- Osa, N. (2018). Efectos de los videojuegos en adolescentes a nivel emocional. Universidad de las Islas Baleares. Facultad de Enfermería y Fisioterapia. <https://dspace.uib.es/xmlui/handle/11201/150348>
- Páez, A. (2023). Recomendaciones para el buen uso de la tecnología. Droiders. <https://www.droiders.com/recomendaciones-buen-uso-de-tecnologia/>
- Parra, D.S; Chiluzza, W.P y Castillo, S.A. (2022). Inclusión Tecnológica en Época de Pandemia: Una Mirada al Constructivismo como Fundamento Teórico. Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0 (RTED), 13(2), 16-25. <https://doi.org/10.37843/rted.v13i2.28>
- Pellicer, D. (2024). ¿Cómo estimulan los videojuegos al cerebro? Esto dice la ciencia. https://www.nationalgeographic.com.es/ciencia/como-estimulan-videojuegos-cerebro-esto-dice-ciencia_21312
- Pérez, R y Torres D. (2012). Intensidad de demanda de los videojuegos y su efecto sobre el estado de ánimo y la activación percibida. Universidad de Costa Rica. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v13n4/v13n4a21.pdf>
- Pérez, R; Giusti, G y Soto, K. (2019). Aspectos sociocognitivos asociados al uso de videojuegos colaborativos y violentos. <https://www.iip.ucr.ac.cr/sites/default/files/contenido/10223-59959-2-PB%20%282%29.pdf>
- Programa de Promoción de la Salud Mental. (2020). El impacto emocional de la pandemia. Madrid Salud. <http://w3-originpre.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud/Coronavirus/Ficheros/GuiaImpactopsicologico.pdf>
- Real Academia Española. (2023). Videojuego. <https://dle.rae.es/videojuego>
- Rebolledo, A. (2020). Las categorías en la investigación cualitativa. Academia. Edu https://www.academia.edu/78803037/Las_categor%C3%ADas_en_la_investigaci%C3%B3n_cualitativa

- Regader, B. (2015). La Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-del-desarrollo-psicosocial-erikson>
- Rodríguez, A. (2021). Cambios psicosociales en los adolescentes. Lifeder. <https://www.lifeder.com/cambios-psicosociales/>
- Rodríguez, M y García, F.M. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. Enfermería Global. <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v20n62/1695-6141-eg-20-62-557.pdf>
- Rojas, C.D; Chirinos, Y del V; Moreno, J.A; Barbera, N y Bracho, N.O. (2021). Influencia de los videojuegos en el comportamiento de los adolescentes. Capitulo X. Universidad, ciencia, tecnología e innovación. <https://alinin.org/wp-content/uploads/2021/11/LIBRO-UMAFIS.9-172-190.pdf>
- Romero, E.D. (S.f.). ¿Qué es el desarrollo psicosocial? Desarrollo Personal. <https://www.psonrie.com/noticias-psicologia/que-es-el-desarrollo-psicosocial>
- Salazar, M y Espinal, N. (2020). Efecto del tipo de tendencias de uso de videojuegos sobre el autoconcepto de estudiantes universitarios. [Tesis de licenciatura, Universidad de Costa Rica]. <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/bitstream/123456789/16766/1/45764.pdf>
- Salgado, A.C. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. Universidad de San Martín de Porres. Artículo. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v13n13/a09v13n13.pdf>
- Sanchis, S. (2022). Las 8 dimensiones del ser humano. Crecimiento personal y autoayuda. Psicología-Online. <https://www.psicologia-online.com/las-8-dimensiones-del-ser-humano-5994.html>
- Sans, D.J. (2019). Adolescencia y consumo de videojuegos: una revisión narrativa del estado del arte. Universidad de Buenos Aires. Anuario de Investigaciones, vol. XXVI, pp. 171-176. <https://www.redalyc.org/journal/3691/369163433017/html/>
- Significados Web. (S.f.). Concepto de Videojuegos. Significado y Definición. <https://significadosweb.com/concepto-de-videojuegos-definicion-y-que-es/>

- Ssociologos. Blog de Actualidad y Ciencias Sociales. (2022). Impacto de industria del videojuego en la interacción social. <https://ssociologos.com/2022/05/11/impacto-de-industria-del-videojuego-en-la-interaccion-social/>
- Soriano, J. (2023). ¿Cuáles son las funciones de la Orientación Profesional? Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/organizaciones/funciones-de-orientacion-profesional>
- TecnoDigital. (2023). Tecnología Digital: Transformando el Mundo Actual. <https://informatecdigital.com/tecnologia/que-es-la-tecnologia-digital/>
- TecnoMagazine. (S.f.). Los Riesgos de la Tecnología. <https://tecnomagazine.net/riesgos-de-la-tecnologia/>
- TecnoMagazine. (S.f.). Tecnología Digital. <https://tecnomagazine.net/tecnologia-digital/>
- Tejeiro, R; Pelegrina, M y Gómez, J.L. (2009). Efectos psicosociales de los videojuegos. Revista Comunicación, N° 7, Vol.1. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/58204/a16_Efectos_psicosociales_de_los_videojuegos.pdf?sequence=1
- Torres, A. (2017). Adicción a los videojuegos: síntomas, causas y tratamiento. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/adiccion-a-videojuegos>
- Universidad Europea. (2022). La evolución de los videojuegos a lo largo de la historia. Creative Campus. <https://creativecampus.universidadeuropea.com/blog/evolucion-videojuegos/>
- Universidad de Monterrey (UDEM). (2019). Reflexionan sobre el impacto social de los videojuegos. <https://www.udem.edu.mx/es/institucional/noticia/reflexionan-sobre-el-impacto-social-de-los-videojuegos>
- UNICEF de Costa Rica. (2020). Ansiedad, aburrimiento y depresión experimentan las personas adolescentes y jóvenes durante la pandemia del Covid-19. Comunicado de prensa. <https://www.unicef.org/costarica/comunicados-prensa/ansiedad-aburrimiento-depresion-personas-jovenes-ureport>
- Ureña, V y Robles, J. (2015). La Orientación en el Ministerio de Educación Pública

- Costarricense. Revista Electrónica “Actualidades Investigativas en Educación”. Universidad de Costa Rica. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v15n1/a34v15n1.pdf>
- Uildigital. (S.f.). Tecnología digital. <https://uildigital.com/tecnologia-digital/>
- Verdugo, M. (2021). La historia de los videojuegos. Academia. https://www.academia.edu/45127896/La_historia_de_los_videojuegos
- Villanueva, R. (2012). El verdadero impacto de los videojuegos en la vida diaria. Level up. <https://www.levelup.com/articulos/164186/El-verdadero-impacto-de-los-videojuegos-en-la-vida-diaria>
- Visortecnologico. (2023). ¿Cómo prevenir y controlar los riesgos en el uso de la tecnología? <https://www.visortecnologico.com/novedades/prevenir-controlar-riesgos-tecnologia/>
- Vinueza, P.A. (2023). Evolución tecnológica: el impacto de la pandemia del COVID-19 en la sociedad. SAE Capacita. <https://es.linkedin.com/pulse/la-pandemia-del-covid-19-como-catalizador-cambio-tecnol%C3%B3gico>

APÉNDICES

Apéndice A: Consentimiento

Universidad Central

Facultad de Ciencias de la Educación

Carrera o Escuela de Orientación

Licenciatura en Orientación

Consentimiento

Yo, (nombre completo) _____, con número de identificación (número de cedula/pasaporte) _____, como persona estudiante, accedo a formar parte de la investigación llamada: Análisis de los efectos socioemocionales del uso de videojuegos ante el confinamiento postpandemia, en jóvenes estudiantes de 16 a 18 años del Colegio Nocturno de Limón, Circuito 01.

Es importante mencionar lo siguiente:

- Se aplicará diferentes instrumentos o herramientas que permitan obtener información importante, en base al tema de investigación.
- La información obtenida será de carácter confidencial y solo se utilizará con fines académicos.
- Pueden solicitar información, sobre los distintos procesos que se ejecutaran y se estará atenta a brindar la información requerida o responder cualquier duda o consulta

Con antelación se agradece su permiso colaboración.

Firma _____ Fecha _____

Nombre _____

Contacto Número Telefónico _____

Apéndice B: Guía de Autobiografía

Universidad Central

Facultad de Ciencias de la Educación

Carrera o Escuela de Orientación

Licenciatura en Orientación

Instrumento Individual

Instrucciones:

El presente documento, es una guía para realizar la autobiografía por lo que se pide que por favor exponga lo solicitado de forma amplia y honesta. Lo escrito en el mismo será confidencial, por lo que no debe colocar su nombre; solo las iniciales del mismo. Ante cualquier duda o consulta, puede apoyarse con la persona encargada.

Guía de Autobiografía

La autobiografía es un escrito donde se cuentan acontecimientos importantes de la vida desde los primeros años de vida hasta la actualidad; sin embargo, la misma por razones investigativas, se solicita que sea redactada haciendo énfasis en los siguientes puntos a continuación:

1. Actividades recreativas ejercidas en la niñez y adolescencia...
2. Uso de videojuegos en el momento de la pandemia: género, medio tecnológico y tiempo
3. Uso de videojuegos en la actualidad: género, medio tecnológico y tiempo
4. Aportes positivos y negativos del uso de videojuegos a nivel:
 - Personal
 - Familiar
 - Educativo
5. Aportes del uso de videojuegos en la vivencia de la pandemia

Muchas gracias

Apéndice C: Instrumento de Grupo Focal

Universidad Central

Facultad de Ciencias de la Educación

Carrera o Escuela de Orientación

Licenciatura en Orientación

Instrumento Grupal

Grupo Focal

Este Grupo Focal cumple con el propósito principal de indagar de crear una zona segura para investigar sobre los efectos socioemocionales generados por el uso de videojuegos en el momento de la pandemia de 3 jóvenes estudiantes del Colegio Nocturno de Limón.

Instrucciones (Leído por la facilitadora)

Es necesario que respondan las preguntas que se harán, de forma clara y honesta; y de no comprender algunas de las consultas, por favor expresárselo a la facilitadora a cargo.

Con antelación se agradece su participación.

Datos
Fecha: _____ Lugar: _____ Hora de empiece: _____ Hora de desenlace: _____
Facilitadora
- Ambary Willis Flores
Distribución
<ul style="list-style-type: none"> - Presentación y bienvenida - Explicación del propósito de la actividad - Exposición de las normas de la sesión: <ol style="list-style-type: none"> 1. Por favor comunicar a la facilitadora si debe retirarse de manera breve de la actividad 2. Por favor se les agradece no usar en celular en el momento de la actividad; solo en caso de una situación de emergencia. 3. Por favor mantener el respeto en todo momento.

4. Por favor para hacer uso de la palabra, levantar la mano.
 5. Por favor escuchar y seguir las instrucciones, para el orden de la actividad.
- Explicación y aprobación para grabar el audio de la sesión.
 - Al pasar 45 minutos, se brindará un receso de 15 minutos.

Proceso de la sesión:

- Explicación breve sobre el tema investigado y el área socioemocional, lo que está conlleva, igualmente se proyecta un video para una mayor comprensión de la temática.
- Link de video: <https://youtu.be/LfxEVHY7Ex0> (2 min)
- Ejecución de preguntas generadoras:
 1. Expliquen ¿Qué videojuegos suelen utilizar y mediante que herramienta tecnológica?
 2. Comenten ¿En el momento de la pandemia que videojuegos fueron de mayor interés? Y ¿Por qué?
 3. Expliquen ¿Qué les motivo a utilizar videojuegos como parte de las actividades recreativas; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?
 4. Expliquen ¿Qué beneficios emocionales consideran ustedes que les apporto los videojuegos; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?
 5. Comenten ¿Qué desventajas emocionales consideran ustedes que les apporto los videojuegos; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?
 6. Expliquen ¿Qué beneficios sociales consideran ustedes que les apporto los videojuegos; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?
 7. Comenten ¿Qué desventajas sociales consideran ustedes que les apporto los videojuegos; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?
 8. Comenten ¿Qué otras actividades recreativas realizaron; tanto en el momento de la pandemia como actualmente?

Personas participantes

1. Persona 1
2. Persona 2
3. Persona 3