



**CIPE2023**  
XI Congreso Internacional  
de Psicología y Educación  
Bienestar psicológico y digitalización: el gran reto de la Psicología hoy



# El impacto negativo de las redes sociales sobre el bienestar psicológico de los adolescentes, ¿puede ayudar el desarrollo de la inteligencia emocional?

María Teresa Chamizo-Nieto

Lourdes Rey

Universidad de Málaga

@ mtchamizo@uma.es

www.appliedpositivelab.com

Estudio financiado por

Proyecto PID2020-117006RB-I00  
financiado por



Applied Positive Lab



Junta de Andalucía

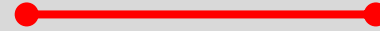
PAIDI CTS-1048



UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

# Adolescentes y redes sociales

Incremento en el uso  
de las tecnologías  
digitales



Alerta de un uso  
problemático de las  
redes sociales (UPRS)



En España

14,17% adolescentes  
presentan un UPRS



(Andrade et al., 2021; Boer et al., 2020)

# Uso problemático de las redes sociales (UPRS)

(p. ej., Andreasen y Pallesen, 2014;  
Arrivillaga et al., 2022;  
Lopez-Zafra et al., 2019;  
Marttila et al., 2021;  
Paakkari et al., 2021)



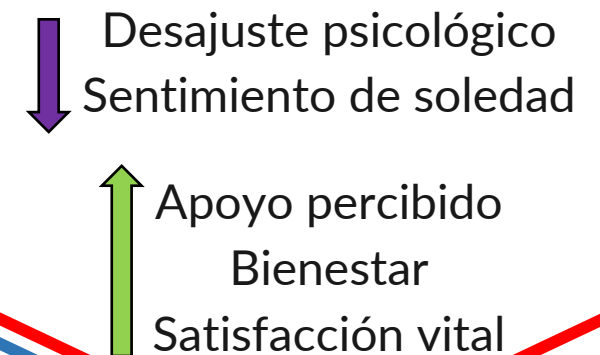
# Inteligencia emocional (IE)

## ¿Qué es?

Habilidad que permite:

- Identificar
- Percibir
- Comprender
- Regular las emociones

## Beneficios



## IE y UPRS

El desarrollo de la IE puede ayudar a prevenir el UPRS y su impacto negativo

● ————— ●  
Pocos estudios realizados

(Arrivillaga et al., 2022; Gracia-Granados et al., 2020; Kircaburun et al., 2019, 2020; Lopez-Zafra et al., 2019; Mayer et al., 2016; Mayer y Salovey, 1997; Schoeps et al., 2019)

# Considerando

Necesidad de mayor investigación

Evidencias de las consecuencias  
negativas del UPRS

Efectos positivos de la IE

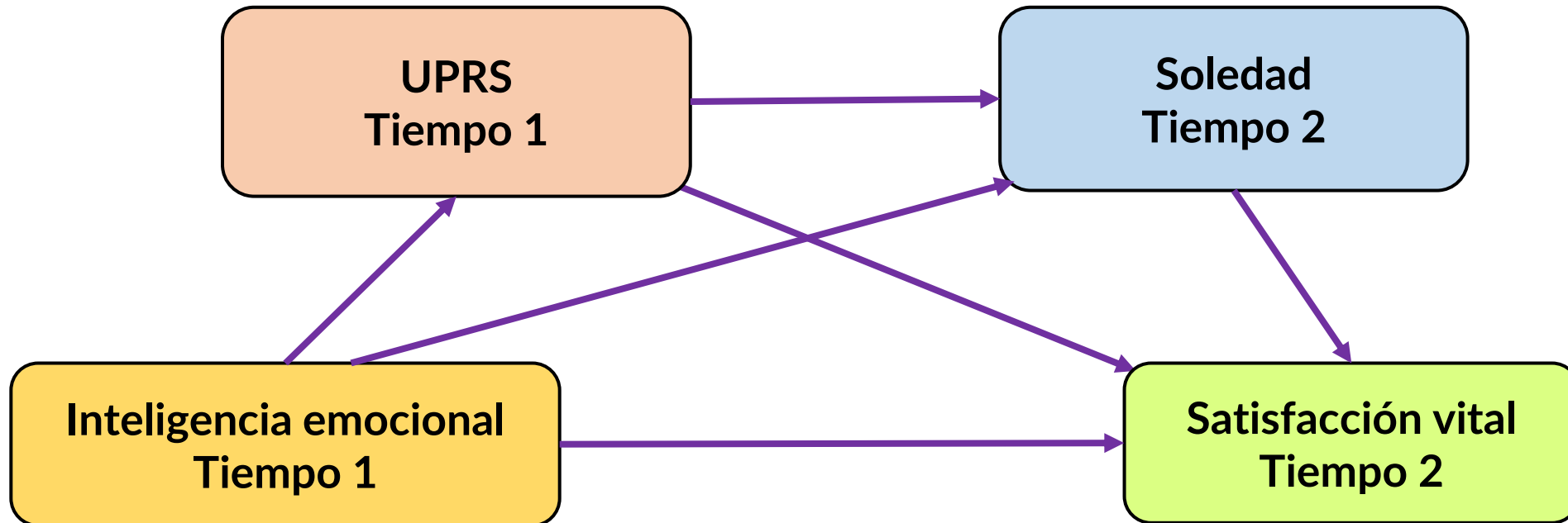


Examinar la relación entre la **IE** y la  
**satisfacción vital** de manera  
prospectiva, a través de dos posibles  
mediadores:

- EI UPRS
- Los sentimientos de soledad

(Arrivillaga et al., 2022; Boer et al., 2020; Davis et al., 2019;  
Gracia-Granados et al., 2020; Marttila et al., 2021;  
Paakkari et al., 2021; Sánchez-Álvarez et al., 2016;  
Youssef et al., 2020)

# Objetivos



# Metodología



440 adolescentes (11-18 años) Andalucía (España)  
Educación Secundaria Obligatoria

## TIEMPO 1

**Escala de inteligencia emocional**  
(Extremera et al., 2019)

**Escala de Adicción a las Redes  
Sociales de Bergen** (Monfil, 2019)

## TIEMPO 2

(5 meses después)

**Escala de soledad** (Versión 3;  
Velarde-Mayol et al., 2016)

**Escala de satisfacción vital**  
(Atienza, 2000)

Comité ético Universidad de Málaga (62-2016-H)  
Declaración de Helsinki (2013)

# Resultados I

	Alfa	Media (Desviación típica)	Mínimo - Máximo	1	2	3
1. IE (T1)	.86	4.60 (0.99)	1 - 7	-		
2. UPRS (T1)	.80	2.08 (0.83)	1 - 5	-.16**	-	
3. Soledad (T2)	.93	2.20 (0.84)	1 - 4	-.21***	.25***	-
4. Satisfacción vital (T2)	.87	4.62 (1.18)	1 - 7	.30**	-.27***	-.41***

\*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

# Resultados II

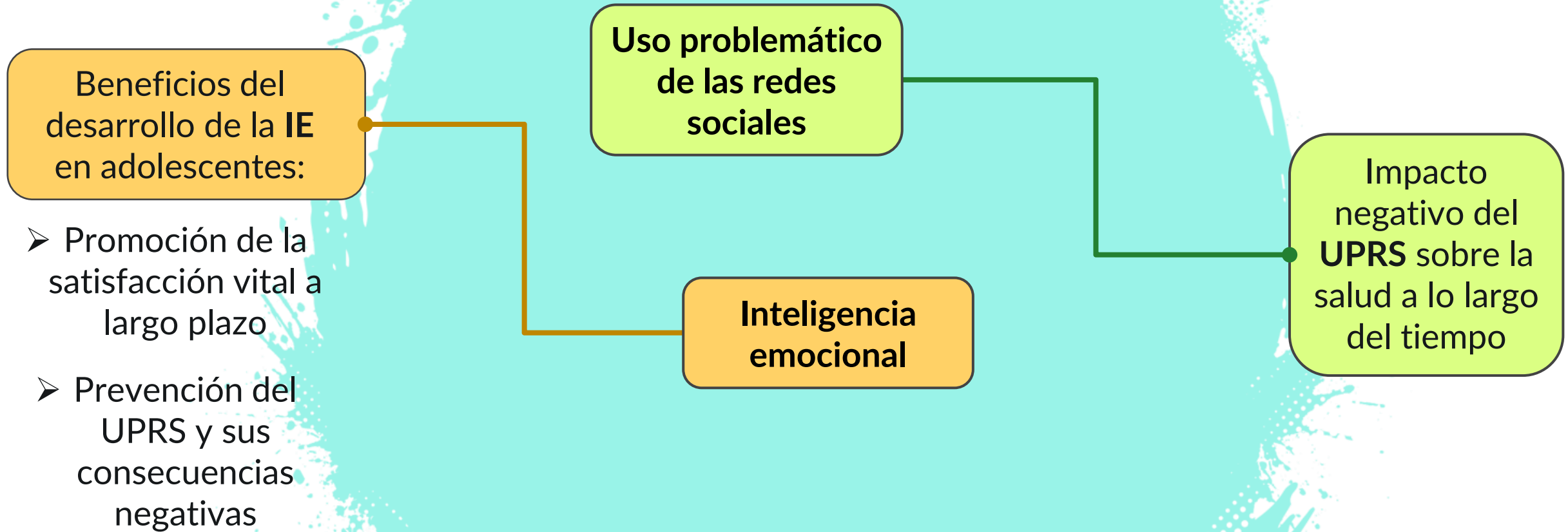
Modelo 6 de la Macro PROCESS  
(Hayes, 2018)

Antecedente	Consecuente					
	M <sub>1</sub> UPRS (Tiempo 1)		M <sub>2</sub> Soledad (Tiempo 2)		VD Satisfacción vital (Tiempo 2)	
	Beta	EE	Beta	EE	Beta	EE
VI = IE (Tiempo 1)	-.11**	.04	-.14***	.04	.31***	.07
M <sub>1</sub> = UPRS (Tiempo 1)			.20***	.05	-.27**	.08
M <sub>2</sub> = Soledad (Tiempo 2)					-.56***	.08
Co = Sexo	.38***	.08	.18*	.08	-.07	.13
Co = Edad	.03	.03	-.02	.03	-.02	.05
Constante	1.56**	.48	2.40***	.49	5.32***	.82
R <sup>2</sup>	.08		.10		.24	
F (gl)	12.293*** (3, 436)		12.486*** (4, 435)		26.920*** (5, 434)	

Nota. Beta (Coeficiente no estandarizado); EE (Error estándar). \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

<b>Efecto directo = .43***</b>
<b>Efecto total = .31***</b>
<b>Efectos indirectos significativos</b>
IE → UPRS → SV = .03
IE → Soledad → SV = .08
IE → UPRS → Soledad → SV = .01

# Principales conclusiones



# Limitaciones e implicaciones



Consecuencias negativas de la  
**UPRS** sobre la satisfacción

**IE** como posible complemento  
útil para prevenir el UPRS y sus  
consecuencias



**CIPE2023**  
XI Congreso Internacional  
de Psicología y Educación  
Bienestar psicológico y digitalización: el gran reto de la Psicología hoy



**El impacto negativo de las redes sociales sobre el bienestar psicológico de los adolescentes, ¿puede ayudar el desarrollo de la inteligencia emocional?**

**Muchas gracias por vuestra atención**

María Teresa Chamizo-Nieto

Lourdes Rey

Universidad de Málaga

@ mtchamizo@uma.es

www.appliedpositivelab.com

Estudio financiado por

Proyecto PID2020-117006RB-I00  
financiado por



Applied Positive Lab



Junta de Andalucía

PAIDI CTS-1048



UNIVERSIDAD DE MÁLAGA