



Influencia de las redes sociales en la formación de la identidad y el comportamiento académico y social de los estudiantes de la Institución Educativa Dinamarca

Influence of Social Media on the Formation of Identity and the Academic and Social Behavior of Students at Dinamarca Educational Institution



Paulina Osorio Zapata, Grado: 10°1

Daniel Felipe Díaz Giraldo, Grado: 10°3

Afiliación institucional: Grupo de Investigación ODIN

Asesor/a: Francisco Javier Gómez

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo explorar el papel que desempeñaron las redes sociales en la formación de la identidad y en el comportamiento académico y social de los estudiantes de grado 10 y 11 de la Institución Educativa Dinamarca durante el año 2026, se desarrolló mediante un enfoque cualitativo apoyado en entrevistas a estudiantes, encuestas, análisis grupales y charlas con profesionales en psicología, las cuales permitieron recopilar información sobre el uso de las redes sociales, los contenidos consumidos y su posible relación con la autoestima, el autoconcepto y el rendimiento académico. Los resultados evidenciaron que una parte importante de los estudiantes percibió que determinados contenidos influyeron negativamente en su autoestima, identidad y relaciones sociales, además de afectar su desempeño académico y bienestar emocional. Asimismo, se identificó que la problemática trascendió el contexto escolar y requirió el acompañamiento de las familias y de la comunidad educativa. Se concluyó que fue necesario promover estrategias de sensibilización y educación dirigidas a estudiantes, docentes y acudientes para fortalecer la construcción de una identidad saludable, favorecer el desarrollo de una autoestima positiva y fomentar un uso más crítico, responsable y consciente de las redes sociales

Palabras clave: autoestima, autoconcepto, comportamiento, identidad, Redes sociales, rendimiento académico, acompañamiento

Abstract

The present research aimed to explore the role that social media played in the formation of identity and in the academic and social behavior of 10th- and 11th-grade students at Dinamarca Educational Institution during the year 2026. The study was conducted using a qualitative approach supported by student interviews, surveys, group analyses, and discussions with psychology professionals, which made it possible to collect information about the use of social media, the content consumed, and its possible relationship with self-esteem, self-concept, and academic performance. The results showed that a significant number of students perceived that certain types of content negatively influenced their self-esteem, identity, and social relationships, while also affecting their academic performance and emotional well-being. Furthermore, it was found that this issue extended beyond the school context and required the support and involvement of families and the entire educational community. It was concluded that it was necessary to promote awareness-raising and educational strategies aimed at students, teachers, and parents or guardians in order to strengthen the development of a healthy identity, foster positive self-esteem, and encourage a more critical, responsible, and conscious use of social media.

Keywords: self-esteem, self-concept, behavior, identity, social media, academic performance, support.



Introducción

Esta investigación surgió de la necesidad de comprender una realidad que fue identificada dentro de la institución educativa Dinamarca, y que también está presente en muchas otras comunidades educativas. Elegimos este tema porque consideramos que la formación de una autoestima saludable y de una identidad sólida es uno de los procesos más importantes durante la adolescencia, etapa en la que los jóvenes desarrollan habilidades para relacionarse con los demás, tomar decisiones y construir la percepción que tendrán de sí mismos a lo largo de su vida. Cuando este proceso se ve influenciado por comparaciones constantes, estereotipos o estándares poco realistas difundidos en las redes sociales, pueden generarse consecuencias que afectan el bienestar emocional, la convivencia y el desempeño académico.

A través de entrevistas, encuestas y espacios de diálogo con estudiantes, además del acompañamiento de profesionales en psicología, fue posible confirmar que esta preocupación no era únicamente una percepción del equipo investigador, sino una realidad compartida por una gran parte de la comunidad educativa. Estos hallazgos demostraron la necesidad de promover una mayor sensibilización frente

a esta problemática y de involucrarnos, no sólo a los estudiantes, sino también a los docentes y sobre todo a las familias, en la construcción de estrategias de prevención y acompañamiento frente a este tema.

Éste artículo presenta la pregunta de investigación, los objetivos, el marco teórico, la metodología, los resultados, la discusión y las conclusiones obtenidas durante el estudio. Expresamos Nuestro sincero agradecimiento al asesor **Francisco Javier Gomez** y a los psicólogos **Juan Camilo Osorio** y **Catherine morales**, quienes con su orientación y conocimientos enriquecieron significativamente este proceso investigativo, invitamos al lector, a profundizar en esa investigación y reflexionar sobre la influencia que ejercen las redes sociales en la construcción de la identidad, la autoestima y el comportamiento académico y social de los adolescentes reconociendo la importancia de promover estrategias que fortalezcan su bienestar y desarrollo integral.

Pregunta de Investigación

¿Cómo influyen los estándares promovidos por las redes sociales en la autoestima, el autoconcepto y la formación de la identidad de los estudiantes de los grados 10ºy 11 de la institución educativa Dinamarca y cómo se relacionan con su rendimiento académico y sus dinámicas sociales

Objetivos

Objetivo General

Comprender la relación y problemática entre los estándares de las redes sociales, la autoestima, el autoconcepto, la formación de la identidad y el desempeño académico y social de los estudiantes de los grados 10° y 11 de la institución educativa Dinamarca

Objetivos Específicos

1. Identificar los principales estándares promovidos por las redes sociales que perciben los estudiantes de los grados 10° y 11 de la institución educativa Dinamarca
2. Describir la influencia de dichos estándares, y sus cambios en relación a la autoestima, el autoconcepto y la formación de la identidad de los estudiantes
3. Analizar la relación entre el autoestima, el autoconcepto y la formación de la identidad con el rendimiento académico y las dinámicas sociales de los estudiantes
4. Proponer estrategias de sensibilización y acompañamiento, dirigidas a estudiantes, familias y docentes, que promuevan el fortalecimiento de la autoestima, el autoconcepto, la construcción de una identidad saludable y el uso responsable de las redes sociales en la comunidad educativa

Marco Teórico

Las redes sociales se han convertido en uno de los principales medios de interacción entre los adolescentes, influyendo en la construcción de su identidad, autoestima, bienestar emocional, relaciones sociales y desempeño académico. Diversas investigaciones nacionales e internacionales coinciden en que el impacto de estas plataformas depende del tiempo, la forma de uso y el contenido consumido. Desde la perspectiva de la identidad, **Erving Goffman (1959)**

plantea que las personas construyen una imagen de sí mismas según el contexto social. En la actualidad, este proceso se traslada al entorno digital, donde, según **Valkenburg (2022)** y **Herrera-López, Romera y Ortega-Ruiz,** los adolescentes presentan una **identidad cuidadosamente seleccionada para obtener aceptación y reconocimiento mediante “likes” y comentarios.**

En relación con la autoestima y el autoconcepto, investigaciones de **Fardouly y Vartanian (2022), Hoge, Bickham y Cantor, Vargas-Ramírez y Villalobos-Almonacid (2022)** y **Keles, McCrae y Grealish (2020)** demuestran que la exposición constante a imágenes idealizadas y la comparación social favorecen la insatisfacción corporal, disminuyen la autoestima y aumentan el fenómeno FOMO (miedo a quedarse fuera), afectando el bienestar psicológico. Estos resultados coinciden con los informes publicados por **UNICEF (2021)** y la **American Psychological Association (2023)**, los cuales advierten que el cerebro adolescente es especialmente vulnerable a la validación obtenida en redes sociales.

Por otra parte, el uso excesivo de estas plataformas también repercute en la salud mental. Estudios realizados por **Rojas-Bernal, Ricaurte-Pardo y Galvis-Suescún, Gómez-Tabares y Correa-Duque y Puerta-Cortés y Carbonell** evidencian que la adicción a las redes sociales, el ciberacoso y el uso problemático de Internet incrementan los síntomas de ansiedad, depresión, aislamiento social y dificultades en la **construcción de la identidad.** Asimismo, investigaciones de **Meier y Reinecke (2021), González-Gómez y Díaz-Pardo, Malo-Cerrato, Martín-Perpiñá y Viñas-Poch y Alimoradi, Lin y Pakpour** concluyen que el uso intensivo de las redes sociales disminuye la atención, la memoria de trabajo y la calidad del sueño, afectando directamente el rendimiento académico. De igual forma, **Magis-Weinberg et al. (2021)** y **Ramos-Vidal, Villamil y Uribe (2020)** sostienen que, aunque las redes pueden fortalecer la comunicación cuando se utilizan de forma adecuada, el uso pasivo y compulsivo deteriora las relaciones interpersonales y genera dependencia de la aprobación digital.

En conjunto, todas estas investigaciones respaldan el presente estudio al demostrar que el uso excesivo de las redes sociales influye significativamente en la autoestima, la identidad, la salud mental, las relaciones sociales y el

rendimiento académico de los adolescentes. Por ello, resulta fundamental promover un uso responsable y equilibrado de estas plataformas mediante el acompañamiento de la familia, la escuela y los profesionales de la salud.

Metodología

La investigación se llevó a cabo con un **enfoque mixto**, ya que combinó técnicas **cuantitativas** y **cualitativas**. Fue de tipo **exploratorio** y **descriptivo**, permitiendo conocer y analizar la influencia de las redes sociales en los estudiantes. Participaron **8 estudiantes** de los grados **10°** y **11** de la institución educativa Dinamarca con edades entre **15-17** años, quienes participaron de forma voluntaria.

Para la recolección de la información se emplearon encuestas, entrevistas, conversatorios con el acompañamiento de profesionales en psicología y observaciones realizadas dentro de la institución educativa. Estos instrumentos permitieron recopilar información sobre las experiencias, opiniones y percepciones de los estudiantes frente al impacto de las redes sociales en su vida personal y académica.

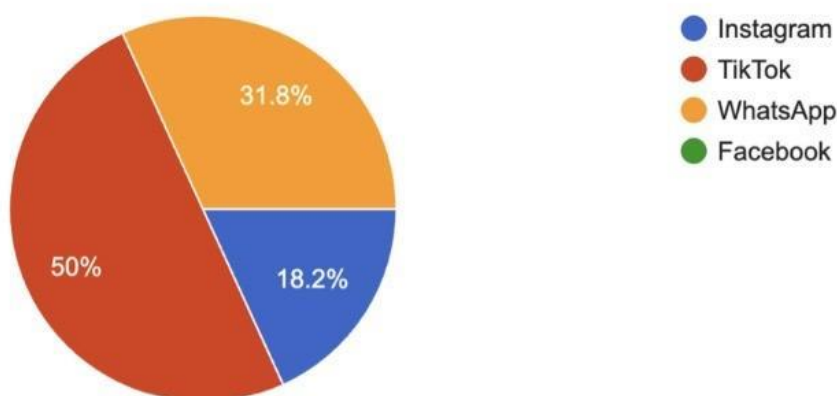
El procedimiento inició con la aplicación de las encuestas, posteriormente se realizaron las entrevistas individuales, los conversatorios orientados por los psicólogos, las observaciones del comportamiento de los estudiantes en diferentes espacios escolares, y finalmente el análisis e interpretación de los resultados para establecer las conclusiones de la investigación. La información obtenida fue organizada y analizada mediante la comparación de las respuestas, la identificación de patrones y la interpretación de las principales tendencias encontradas. Como consideraciones éticas, se garantiza la participación voluntaria de los estudiantes, el respeto por sus opiniones, la confidencialidad de la información suministrada y los exclusivo de los datos con fines académicos.

Resultados

La investigación permitió identificar que el uso de las redes sociales hace parte de la rutina diaria de los estudiantes y que estas influyen en la forma en que perciben su imagen personal, su autoestima y sus relaciones con los demás. Los resultados de la encuesta evidenciaron que **TikTok (50 %)** es la red social más utilizada, seguida de **WhatsApp (31,8 %)** e **Instagram (18,2 %)**, lo que demuestra la alta exposición de los adolescentes a contenidos digitales.

¿Cuál es la red social que más utilizas ?

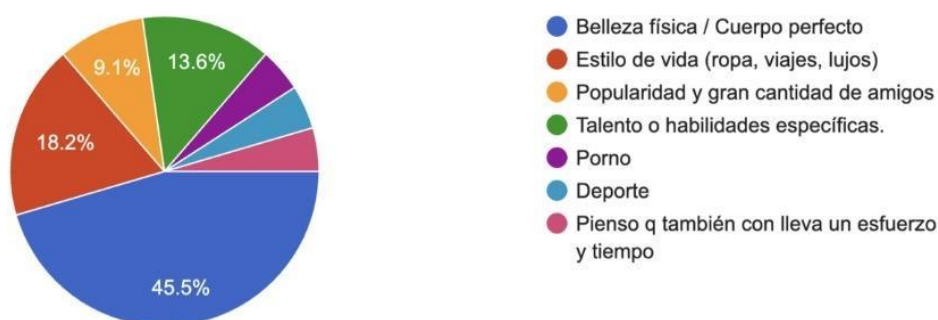
22 respuestas



Asimismo, el **45,5 %** de los participantes considera que el contenido que recibe mayor reconocimiento en redes sociales es el relacionado con la belleza física o el cuerpo perfecto, seguido del estilo de vida y la popularidad. Estos resultados coinciden con las investigaciones analizadas, las cuales indican que la constante comparación con modelos de belleza irreales puede afectar la autoestima, el autoconcepto y la estabilidad emocional de los adolescentes.

¿Qué tipo de contenido crees que es más valorado o recibe más "likes" en redes (Puedes marcar varias)

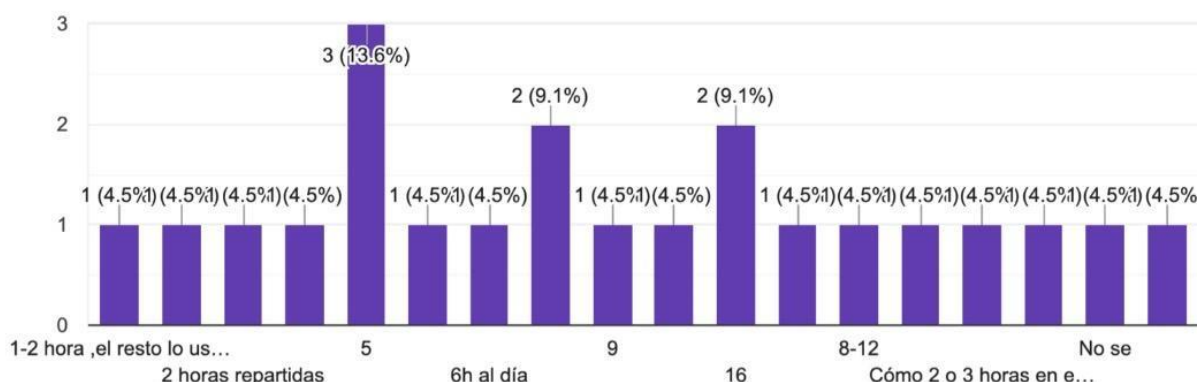
22 respuestas



Las respuestas también muestran que una parte importante de los estudiantes permanece varias horas al día conectada a las redes sociales, lo que evidencia que estas ocupan un espacio significativo en su vida cotidiana. Los estudios revisados señalan que el uso excesivo de estas plataformas puede relacionarse con problemas como ansiedad, depresión, alteraciones del sueño, disminución del rendimiento académico y mayor dependencia de la aprobación social.

Cuántas horas al día pasas en las redes sociales ?

22 respuestas



Durante el desarrollo de la investigación se identificó que esta problemática es una realidad presente entre los adolescentes. Muchos estudiantes manifestaron sentirse influenciados por los estándares de belleza, éxito y popularidad que circulan en las redes sociales, lo que genera comparaciones constantes e inseguridad respecto a su apariencia y forma de vida. Esta situación demuestra

que el impacto de las redes sociales va más allá del entretenimiento y puede afectar el bienestar emocional.

Otro aspecto relevante es que aún existe poca orientación por parte de algunas familias frente al uso responsable de las redes sociales. En muchos casos, los padres desconocen los riesgos asociados al uso excesivo de estas plataformas o no mantienen una comunicación constante con sus hijos sobre los contenidos que consumen, lo que dificulta la prevención de problemas relacionados con la autoestima, la salud mental y el ciberacoso.

Discusión

Los resultados obtenidos en esta investigación confirman que las redes sociales ejercen una influencia significativa en la vida de los adolescentes, especialmente en la construcción de su autoestima, autoconcepto y bienestar emocional. Los datos de la encuesta evidenciaron que **TikTok** es la red social más utilizada y que la mayoría de los estudiantes considera que el contenido más valorado en estas plataformas está relacionado con la **belleza física y los estilos de vida idealizados**. Esto coincide con investigaciones como las de **Hoge, Bickham y Cantor, Herrera-López, Romera y Ortega-Ruiz y Valkenburg, Meier y Beyens**, las cuales señalan que la comparación constante con **estándares**

irreales puede afectar negativamente la autoestima y la percepción que los adolescentes tienen de sí mismos.

Podemos decir que el uso excesivo de las redes sociales se relaciona con ansiedad, depresión, alteraciones del sueño y mayor dependencia de la aprobación social. Aunque la encuesta realizada no evaluó directamente estos trastornos, sí evidenció hábitos de uso que pueden convertirse en factores de riesgo cuando no existe un adecuado control.

A partir de la revisión de la literatura y de la interpretación de los resultados, se observa que muchos padres aún desconocen el impacto que las redes sociales pueden tener en la salud mental de sus hijos o no mantienen una comunicación constante sobre el uso responsable de estas plataformas. Esto limita la prevención de situaciones como el ciberacoso, la baja autoestima y la presión por cumplir con estándares sociales. Entre las principales limitaciones de esta investigación se encuentra el tamaño de la muestra, ya que solo participaron 22 estudiantes, por lo que los resultados no pueden generalizarse a toda la población adolescente. Sin embargo, los datos obtenidos permiten identificar tendencias que coinciden con investigaciones nacionales e internacionales, fortaleciendo la importancia del problema estudiado.

Finalmente, se considera necesario seguir implementando variables como la salud mental, el rendimiento académico, la comunicación familiar y las



estrategias de prevención. Asimismo, se recomienda que las instituciones educativas desarrollen programas de educación digital y fortalecimiento de la autoestima, promoviendo un uso responsable de las redes sociales y una mayor participación de las familias en este proceso.

Conclusiones

La presente investigación permitió evidenciar que las redes sociales ejercen una influencia significativa en la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes. Los resultados obtenidos, junto con las investigaciones analizadas, demuestran que la exposición constante a estándares de belleza, éxito y popularidad puede generar inseguridad, comparación social y una mayor necesidad de aprobación, afectando el desarrollo **personal y emocional** de los estudiantes de la Institución Educativa Dinamarca.

Así mismo, se concluye que el uso excesivo de las redes sociales puede repercutir en otros aspectos de la vida de los adolescentes, como la salud mental, el rendimiento académico, la calidad del sueño y las relaciones interpersonales a corto y largo plazo, e incluso a lo largo de su vida como adultos. Por ello, es fundamental promover un uso responsable y consciente de estas plataformas, y prestar atención y darle la mayor importancia a estos trastornos y problemas emocionales desde edades tempranas. Como parte de las estrategias de intervención, se propone desarrollar talleres y charlas dirigidas a estudiantes sobre autoestima, inteligencia emocional, aceptación personal, pensamiento crítico frente a los contenidos digitales y uso responsable de las redes sociales. Estas actividades podrían realizarse con el apoyo de la psicóloga de la institución educativa, quien brindaría orientación profesional y acompañamiento a los estudiantes, y como parte fundamental se recomienda implementar charlas de padres o jornadas de capacitación para las familias, con el fin de fortalecer la comunicación entre padres e hijos y sensibilizar sobre la importancia de acompañar el uso de las redes sociales,

reconocer señales de afectación emocional y promover una autoestima saludable desde el hogar.

Referencias bibliográficas

American Psychological Association. (2023). Health advisory on social media use in adolescence. <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/health-advisory-adolescent-social-media-use>

Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2022). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101289. Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Doubleday.

Gómez-Tabares, A. S., & Correa-Duque, D. A. (2022). Ciberacoso y salud mental en adolescentes: Una revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 20(2), 1-20.

Keles, B., McCrae, N., Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93.

UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF.

Valkenburg, P. M., Meier, A., & Beyens, I. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 58-68.

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. World Health Organization. Ramos-Vidal, I., Villamil, S., & Uribe, A. (2020). Relaciones interpersonales y apoyo social en jóvenes usuarios de redes sociales. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento*, 11(2), 45-59.



NO ESCRIBIR AQUÍ NI BORRAR ESTE TEXTO.

