

Competencias socioemocionales: reto docente del siglo XXI en estudiantes universitarios peruanos y españoles

Ana Belén Cebollero Salinas. Universidad de Zaragoza
Milagros Gonzales Miñan. Universidad Antonio Ruiz de Montoya

1. Introducción.

1.1. e-Competencias socioemocionales.

Internet se ha convertido en un nuevo espacio en el que cada individuo puede trabajar, entretenerse y socializar lo que supone la adquisición de competencias específicas para este entorno. Ese es el caso de las e-competencias socioemocionales. Estas se definen como los conocimientos, habilidades y actitudes útiles para comprender y gestionar las emociones en línea de cara a tomar decisiones y crear relaciones positivas en ese entorno (Cebollero-Salinas et al., 2022a). La comunicación en línea tiene sus características propias para la expresión y gestión de las emociones (Zych et al., 2017) como muestran los fenómenos específicos en línea de transmisión emocional como son los memes o los retos virales (Paciello et al., 2021).

Los estudios evidencian que algunas de sus dimensiones como la e-regulación emocional (la capacidad de generar respuestas adaptadas al contexto a partir de la identificación de los estados emocionales generados en la comunicación en internet), el e-autocontrol de la impulsividad (competencia que supone inhibir respuestas impulsivas ante estímulos y demandas sociales y de información que aparecen en internet) y la e-autonomía emocional (competencia de sentirse capaz emocionalmente y valorarse en las relaciones sociales virtuales sin depender de los procesos de reconocimiento y negociación del estatus virtual) suponen un factor de protección para conductas del entorno virtual como el phubbing, cybergossip y la multitarea de medios en población adolescente (Cebollero-Salinas et al., 2022b).

1.2. Uso problemático de Internet.

El término «uso problemático de Internet» es uno de los más usados actualmente (Ruckwongpatr et al., 2022) siendo definido como el uso excesivo de Internet que causa una variedad de problemas psicosociales como, por ejemplo, en las relaciones académicas, laborales y sociales (Kircaburun & Griffiths, 2018). Este riesgo cibernético conduce a problemas en la vida social como el ciberacoso

(Cebollero-Salinas et al., 2022), en la salud como el bienestar subjetivo, depresión y ansiedad (Cai et al., 2023) y la procrastinación (Aznar-Díaz et al., 2020).

Por su parte, aunque el uso de Internet se observa en mayor o menor medida en toda la sociedad, es especialmente significativo entre los estudiantes universitarios en diferentes culturas (Tateno et al., 2019; Zhao et al., 2023). En este sentido, los aspectos culturales desempeñan un papel crucial en cómo los universitarios perciben y utilizan Internet (Cabero Almenara et al., 2019).

Una teoría que explica este fenómeno es el modelo compensatorio del uso de Internet (Kardefelt-Winther, 2014), la cual pone de manifiesto que los usuarios se ven impulsados a utilizar, por ejemplo, las redes sociales para aliviar la ansiedad social (Elhai, et al., 2018) y escapar de estados de ánimo negativos y del aburrimiento (Cebollero-Salinas et al., 2021).

En los últimos años, ha habido un creciente interés en investigar la relación entre el uso problemático de Internet y las competencias emocionales evaluadas de forma general destacando que favorece el uso adaptativo de internet (Marino et al., 2019; Nasaescu et al., 2018). Sin embargo, hay ausencia de estudios que analicen la relación entre las competencias socioemocionales en línea con esta conducta de riesgo cibernética y menos en dos países diferentes. De ahí que los objetivos de este trabajo sean:

1. Comparar el nivel de uso problemático de Internet y las e-competencias socioemocionales por país.
2. Analizar si las e-competencias socioemocionales se relacionan con el uso problemático de Internet en población universitaria según el país.

Siendo las hipótesis de trabajo: 1. Existirán diferencias en el nivel de uso problemático de Internet y las e-competencias socioemocionales por país. 2. Las e-competencias socioemocionales se relacionan con el uso problemático de Internet en población universitaria según el país.

2. Método.

2.1. Participantes.

Participaron estudiantes universitarios de dos países diferentes. En concreto 333 peruanos y 388 españoles entre 19 y 45 años. Se realizó un muestreo no probabilístico incidental en el que se seleccionó la muestra por accesibilidad. La distribución por países es muy parecida (46.2% Perú vs. 53,8% España).

2.2. Instrumentos.

Como instrumentos de recogida de datos se han usado escalas previamente validadas en castellano, pero en la cultura española, por lo que antes de utilizarlas en la muestra mexicana se hizo un estudio de adaptación de los instrumentos al lenguaje de este entorno. Tras este proceso de adaptación lingüística, se han analizado las propiedades psicométricas de las escalas desde la perspectiva de la invarianza factorial entre ambos países.

2.2.1. Cuestionario de las e-competencias socioemocionales (e-COM) (Cebollero-Salinas et al., 2022a).

Se trata de un cuestionario que evalúa las competencias electrónicas socioemocionales en un entorno online. Consta de 25 elementos, a los que los participantes responden en una escala Likert de 11 puntos que van desde 0 (totalmente en desacuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo). El cuestionario tiene cinco subescalas con 5 ítems: e-conciencia emocional, que cuantifica la capacidad de identificar y comprender las propias emociones en un contexto virtual, como, por ejemplo ("Cuando estoy en las redes sociales, leyendo comentarios, viendo videos, explorando las perfiles, etc., puedo ponerle nombre a lo que siento"); e-regulación emocional, evalúa la capacidad de generar respuestas adecuadas a un contexto mediante la identificación de los propios estados emocionales, generados por las características específicas de la comunicación en Internet ("Antes de hacer una broma sobre alguien en las redes sociales, soy capaz de imaginar cómo vas a sentir"); e-autocontrol de la impulsividad, cuantifica la competencia para inhibir respuestas espontáneas ante estímulos, exigencias sociales e información que aparece en Internet ("no puedo evitar hacer clic en enlaces atractivos que aparecen en mi feed"; e-autonomía emocional, evalúa la capacidad de sentirse emocionalmente fuerte en las relaciones sociales virtuales sin depender de la reputación y la negociación virtual del estatus ("Si la gente no reacciona ante mí en las redes sociales, siento que no me consideran parte del grupo"), e-competencia social, cuantifica la competencia para mantener buenas relaciones en un entorno virtual, así como una conducta prosocial ("En las redes sociales, Instagram, WhatsApp, etc., presto atención a las necesidades de los demás"). Tras el proceso de adaptación, los índices de fiabilidad y validez alcanzaron niveles aceptables ($\alpha=80-85$)

2.2.2. Cuestionario de Experiencias relacionadas con Internet (CERI; Casas et al., 2013).

Cuantifica la adicción a internet, contemplando dos factores: la dimensión interpersonal ("¿Te parece más fácil relacionarse con las personas a través de Internet que cara a cara?") y la dimensión intrapersonal de su uso ("¿Cuándo estás en problemas, ¿conectarte a Internet te ayuda a escapar de ellos?"). Los ítems se

distribuyen en una escala Likert de 4 puntos que van de 1 (nunca) a 4 (mucho). Tras el proceso de adaptación, los índices de fiabilidad y validez alcanzaron niveles aceptables ($\alpha=79-83$)

2.3. Procedimiento.

En primer lugar, se obtuvo el acuerdo de las autoridades académicas de ambos países, para lo cual se les remitió un breve informe sobre los objetivos y alcance de la investigación. Posteriormente, a los estudiantes se les explicó el objetivo del estudio, el anonimato de sus respuestas y la voluntariedad de su participación.

2.4. Análisis estadístico.

Se realizaron análisis descriptivos de las variables utilizadas, diferenciando por país, mediante la prueba Anova de un factor. Después, se analizaron las relaciones entre variables, a través de las correlaciones bivariadas de Pearson. Además, se realizaron análisis de diferencias de correlaciones entre países a través de Fisher's Z transformation. Para calcular los resultados se utilizó el programa estadístico SPSS v26.

2. Resultados.

En la tabla 1 se pueden observar las diferencias de medias de las variables. Así, todas las e-competencias socioemocionales han resultado significativamente diferentes, alcanzando mayores valores entre los universitarios peruanos el e-autocontrol de la impulsividad y la e-autonomía emocional mientras que el estudiantado universitario español observa mayores medias en e-conciencia emocional, e-regulación emocional y e-competencia social. Por otro lado, los valores del uso problemático de internet en ambos países son parecidos sin llegar a ser significativas las diferencias.

Variables		M	DT	F	P
e-Conciencia emocional	Perú	29,81	11,21	64,45**	,00
	España	33,85	9,64		
e-Regulación emocional	Perú	38,61	9,03	3,75**	,05
	España	39,71	7,23		
e-Autocontrol impulsividad	Perú	36,88	9,37	241,12**	,02
	España	29,29	10,23		
e-Autonomía emocional	Perú	39,17	10,37	155,29**	,00
	España	33,22	11,99		
e-Competencia social	Perú	23,63	10,65	190,44**	,00
	España	30,10	10,03		
Uso problemático Internet	Perú	19,59	4,65	14,66	,25
	España	20,00	4,86		

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 1. Diferencias de medias por país del uso problemático de internet y e-competencias socioemocionales.

Si analizamos con detalle cada competencia en línea, en la tabla 2 se recogen los ítems de la e-conciencia emocional. En ella, cada una de las manifestaciones de la e-competencia son significativamente diferentes entre los dos países. Las mayores diferencias las encontramos en los ítems “Puedo poner nombre a los que siento cuando veo los perfiles de otras personas y también “Comprendo con claridad lo que siento cuando me llega un emoji, meme, etc.”

e-regulación emocional		M	DT	F
Me doy cuenta de si me enfado, me pongo triste o alegre cuando estoy en internet.	Perú	5,77	3,02	18,18**
	España	6,50	2,88	
Puedo poner nombre a lo que siento cuando veo perfiles, etc.	Perú	5,24	3,54	80,28**
	España	6,67	2,12	
Identifico mis emociones cuando me divierto en Internet (veo o hago videos, etc.)	Perú	6,34	2,02	38,65**
	España	7,26	2,18	
Se distinguir las razones por las que tengo sentimientos en las redes sociales.	Perú	6,56	2,54	18,13**
	España	7,13	1,87	
Comprendo con claridad lo que siento cuando me llega un emoji, meme, comentario, etc.	Perú	6,49	2,33	61,86**
	España	7,53	2,11	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 2. Diferencias de medias por país de la e-conciencia emocional.

Respecto a la competencia e-regulación emocional (tabla 3) los universitarios españoles alcanzan diferencias significativas en los ítems relacionados con la empatía como “Suelo pensar en cómo se va a sentir esa persona antes de hacer o decir una broma por las redes sociales” y “suelo pensar las consecuencias antes de decir alguna cosa por las redes sociales” así como en relación al control emocional.

e-regulación emocional		M	DT	F
Suelo pensar en cómo se va a sentir esa persona antes de hacer o decir una broma por las redes sociales.	Perú	7,67	2,56	13,38**
	España	8,12	1,82	
Controlo las emociones que expreso a través de internet.	Perú	7,67	2,36	2,82
	España	7,87	1,78	
Suelo pensar las consecuencias antes de decir alguna cosa por las redes sociales.	Perú	8,06	2,43	5,27**
	España	8,32	1,29	
Suelo responder de buena manera, aunque algo me haya molestado en las redes sociales.	Perú	7,40	2,04	3,64
	España	7,16	2,19	
Controlo las emociones que expreso a través de internet.	Perú	7,84	2,01	3,93**
	España	8,04	1,63	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 3. Diferencias de medias entre los dos países de la e-regulación emocional.

En los ítems del e-autocontrol de la impulsividad (table 4) los estudiantes peruanos tienen niveles más altos de manera significativa en todos los ítems

destacando “suelo comentar un rumor que se dice por las redes sociales”, “en internet suelo pinchar en los enlaces que me aparecen” y “suelo comentar en las redes sociales incidentes que me pasan en la vida diaria”.

e-autocontrol de la impulsividad		M	DT	F
Suelo comentar un rumor que se dice por las redes sociales	Perú	7,67	2,62	123,31**
	España	5,79	3,03	
En Internet suelo pinchar en enlaces que aparecen, me llegan	Perú	7,46	2,12	126,38**
	España	5,58	2,10	
Suelo reenviar las bromas que me llegan	Perú	6,88	2,14	74,89**
	España	5,46	2,09	
Cuando me sorprende algo (en la vida real o en redes) suelo comentarlo vía online	Perú	7,11	2,13	91,43**
	España	5,50	2,10	
Suelo comentar en las redes sociales cosas que me pasan en la vida diaria	Perú	7,89	2,66	138,45**
	España	5,86	3,08	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 4. Diferencias de medias por país del e-autocontrol de la impulsividad.

En la tabla 5 podemos observar que el estudiantado peruano alcanza mayores valores en todos los ítems de e-autonomía emocional, en especial en situaciones como “Me siento poco exitoso/a cuando mis propuestas no son aceptadas en las redes sociales”.

e-autonomía emocional		M	DT	F
Me siento torpe socialmente si los demás son más comentados en las redes sociales	Perú	7,43	2,64	64,55**
	España	5,99	2,59	
Si no me contestan en las redes sociales siento que no me consideran parte del grupo	Perú	7,47	1,98	35,76**
	España	6,41	1,88	
Me siento poco exitoso/a si mis contactos comentan algo negativo de mí en las redes sociales	Perú	7,30	2,86	103,62**
	España	5,53	2,98	
Me siento poco exitoso/a cuando mis propuestas no son aceptadas en el grupo de WhatsApp, etc.	Perú	8,02	2,54	201,63**
	España	5,74	2,31	
Me afecta ver la cantidad de comentarios que tienen otros/as amigos/as en las redes sociales	Perú	8,30	2,17	187,79**
	España	6,08	2,19	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 5. Diferencias de medias entre países de la e-autonomía emocional.

Por último, entre el estudiantado universitario español encontramos una mayor e-competencia social en cada ítem, especialmente en “cuando nadie contesta a una petición en el grupo ofrezco mi ayuda, calmo a los contactos cuando se enfadan y ayudan a través de las redes sociales.

e-competencia social		M	DT	F
Cuando nadie contesta a una petición en el grupo de WhatsApp, etc, ofrezco mi ayuda	Perú	4,56	2,45	216,43**
	España	6,65	2,54	
Suelo ayudar a resolver los problemas que surgen en las redes sociales	Perú	4,86	2,63	77,90**
	España	6,17	2,47	
Presto atención en las redes sociales a las necesidades de los demás y me ofrezco antes de que pidan ayuda	Perú	5,72	2,99	5,21**
	España	6,04	2,53	
Suelo calmar a mis contactos cuando se enfadan en las redes sociales	Perú	4,21	1,63	190,27**
	España	6,36	1,78	
Suelo saber cómo ayudar a quien lo necesita en las redes sociales	Perú	4,21	3,93	226,78**
	España	6,30	6,19	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 6. Diferencias de medias entre países de la e-competencia social

En relación al uso problemático de internet (tabla 7) no todos los ítems resultan significativamente diferentes. En concreto el estudiantado universitario español es el que alcanza mayores valores en estar preocupado o agitado cuando no puede conectarse y los peruanos en utilizar internet para evadirse de los problemas o no ser conscientes de cómo pasa el tiempo cuando están conectados. Sin embargo, en ambos países abandonan lo que están haciendo por estar más tiempo conectado y piensan que el rendimiento académico se ha visto afectado por utilizar Internet en niveles similares.

Variables		M	DT	F	p
¿Con qué frecuencia haces nuevas amistades	Perú	1,62	,70	1,72	,189
¿Con personas conectas a internet?	España	1,69	,76		
¿Con que frecuencia abandonas las cosas que estás haciendo para estar más tiempo conectado a la red?	Perú	1,99	,77	0,28	,595
	España	1,96	,72		
¿Piensas que tu rendimiento académico se ha visto afectado negativamente por el uso de la red?	Perú	2,05	,76	0,36	,544
	España	2,09	,71		
Cuándo tienes problemas ¿conectarse a internet te ayuda a evadirte de ellos?	Perú	2,35	,89	7,04	,007
	España	2,01	,83		
¿Con qué frecuencia anticipas tu próxima conexión a la red?	Perú	2,18	,75	0,64	,423
	España	2,21	,88		
¿Piensas que la vida sin internet es aburrida, vacía y triste?	Perú	1,96	,92	31,81	,000
	España	1,75	,97		
¿Te enfadas o te irritas cuando alguien te molesta mientras estas conectado?	Perú	1,58	,37	3,09	,079
	España	1,73	,44		
¿Cuándo no estás conectado a internet te sientes agitado o preocupado?	Perú	1,73	,05	123,77	,000
	España	2,11	,04		
¿Cuándo navegas por internet te pasa el tiempo sin darte cuenta?	Perú	2,93	,86	99,15	,000
	España	1,02	,98		
	Perú	1,87	,93	0,31	,579

¿Te resulta más fácil o cómodo relacionarte con la gente a través de internet que en persona?	España	2,53	,55		
---	--------	------	-----	--	--

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 7. Diferencias de medias según el país del uso problemático de Internet.

En cuanto a la asociación existente entre las variables de estudio (table 8) se puede observar que, en ambos países, el e-autocontrol de la impulsividad y la e-autonomía emocional se relacionan con el uso problemático de internet de forma negativa mientras que la e-competencia social en España y Perú y la e-conciencia social solo en Perú lo hacen de forma positiva. Las mayores diferencias encontradas entre los valores significativos de ambos países son en relación al e-autonomía emocional donde la relación es más fuerte en Perú mientras que el e-autocontrol de la impulsividad alcanzan valores similares y la e-regulación emocional es mayor entre los universitarios españoles. Ninguna de estas diferencias llega a ser significativa.

	1	2	3	4	5	6
1. Uso problemático de Internet		.204**	.035	-.266**	-.424**	.120*
2. e-conciencia emocional	.035	1	.442**	-.243**	-.099	.268**
3. e-regulación emocional	-.140**	.322**	1	.042	.172**	.238**
4. e-autocontrol impulsividad	-.269**	-.152**	.085	1	.475**	-.229**
5. e-autonomía emocional	-.360**	-.167**	.117*	.434**	1	-.116*
6. e-competencia social	.164**	.352	.198**	-.257**	-.217**	

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 8. Correlaciones entre variables de estudio diferenciada por países.

3. Discusión.

El presente estudio tuvo como objetivos, por un lado, comparar el nivel de e-competencias socioemocionales y el uso problemático de internet por país en población universitaria de Perú y España, así como, analizar si las e-competencias socioemocionales se relacionan con el uso problemático de internet en cada grupo. A continuación, se discuten los principales resultados.

Respecto al primer objetivo, los resultados indican que existen diferencias significativas entre los dos países respecto a las e-competencias socioemocionales, pero no en el uso problemático de internet. En concreto, encontramos el estudiantado universitario peruano desarrolla mayor nivel del e-autocontrol de la impulsividad y la e-autonomía emocional. Eso significa que los españoles reaccionan con más frecuencia ante los diferentes inputs que llegan a la pantalla como las notificaciones, anuncios, memes, etc. (Paciello et al., 2021). Sin embargo, el estudiantado peruano carece en mayor medida de competencias como e-conciencia emocional o identificación y comprensión de las emociones, la e-regulación emocional o gestión emocional para una respuesta adecuada

según el contexto en línea y e-competencia social o establecimiento de buenas relaciones en internet (Cebollero-Salinas et al., 2022 a). Estas diferencias muestran que efectivamente el desarrollo socioemocional está influenciado por las diferencias en la socialización que adquiere formas distintas según la familia y valores culturales (Gong et al., 2018). Estas diferencias no las encontramos en el uso problemático de internet que se realiza en ambos países de manera global, aunque si en alguna situación concreta. Así el estudiantado universitario español es el que alcanza mayores valores en estar preocupado o agitado cuando no puede conectarse y los peruanos en utilizar internet para evadirse de los problemas. Estos resultados se alinean con otros que manifiestan que internet es utilizado como método de evasión, entretenimiento o alivio personal (Cebollero-Salinas et al., 2021; Elhai, et al., 2018).

El segundo objetivo de este trabajo era analizar la relación existente entre las e-competencias socioemocionales y el uso problemático de internet. Así los resultados muestran que, en ambos países, el e-autocontrol de la impulsividad y la e-autonomía emocional serían factores de protección del uso problemático de internet. Estos resultados confirmarían otros anteriores en población adolescente (Cebollero-Salinas et al., 2022b). Es decir, potenciar en el alumnado la competencia de controlar la gran cantidad de inputs que recibimos online, así como no depender del estatus que tenemos en línea podría potenciar la prevención de este riesgo en línea de ambos países. Como se sabe, el uso problemático de internet es un problema global y no solo de una cultura concreta (Tateno et al., 2019; Zhao et al., 2023). En contraste con lo anterior, los resultados también muestran que la e-competencia social tanto en España como en Perú y se relaciona de forma positiva con el uso problemático de internet. Esto parece razonable ya que en la medida que me preocupo por el bienestar de mis contactos en línea esto me llevaría a aumentar la frecuencia de comunicación.

De todas las relaciones que se han evidenciado, la e-autonomía emocional y el e-autocontrol de la impulsividad son las asociaciones más fuertes con este riesgo, lo que significa que priorizando el desarrollo de estas competencias podemos más fácilmente paliar este riesgo en línea que los españoles. Estos resultados confirman que las competencias socioemocionales en línea favorecen el uso adaptativo de internet (Marino et al., 2019; Nasaescu et al., 2018).

Los resultados de este estudio tienen diversas limitaciones que deberán tenerse en cuenta para posibles estudios futuros. Por un lado, los datos fueron obtenidos a través de autoinformes lo que puede llevar asociado ciertos sesgos de deseabilidad y por otro la muestra fue de carácter incidental. Convendría en

futuros trabajos utilizar otros instrumentos de carácter cualitativo y aleatorizar la muestra, así como tener en cuenta otras posibles variables como las competencias emocionales en el entorno presencial. Aun así, el estudio tiene gran relevancia por su novedad.

Como conclusión, el presente estudio ha permitido confirmar la relación de las e-competencias socioemocionales y el uso problemático de Internet en estudiantes universitarios de dos países distintos, que hasta la fecha no habían sido analizadas. De cara a la práctica docente universitaria y de acuerdo con nuestros resultados, los presentes hallazgos son de especial relevancia al permitir un mayor entendimiento de este fenómeno, de cara a su potencial prevención o intervención, ajustada a la idiosincrasia cultural de cada país. En esta lógica, podría ser beneficioso educar y formar al estudiantado para que adquiera competencias digitales y habilidades emocionales

Agradecimientos.

A la Universidad Antonio Ruiz de Montoya, ya que este estudio se realizó gracias a una estancia de investigación y docencia de la Universidad de Zaragoza en dicha universidad y al grupo de investigación Educativa S57_23R.

Referencias bibliográficas.

- Aznar-Díaz, I., Romero-Rodríguez, J. M., García-González, A., & Ramírez-Montoya, M. S. (2020). Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PLoS ONE*, 15(5), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Bautista, P., Cano-Escoriaza, J., Sánchez, E. V., Cebollero-Salinas, A., & Orejudo, S. (2022). Improving adolescent moral reasoning versus cyberbullying: An online big group experiment by means of collective intelligence. *Computers and Education*, 189, 104594. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104594>
- Cabero Almenara, J., Martínez Pérez, S., Valencia Ortiz, R., Leiva Nuñez, J. P., Orellana Hernández, M. L., & Harvey López, I. (2019). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 1–12. <https://doi.org/10.5209/rced.61722>
- Cai, Z., Mao, P., Wang, Z., Wang, D., He, J., & Fan, X. (2023). Associations between problematic internet use and mental health outcomes of students: A Meta-

analytic Review. *Adolescent Research Review*, 8(1), 45–62.
<https://doi.org/10.1007/s40894-022-00201-9>

Casas, J. A., Ruiz-Olivares, R., & Ortega-Ruiz, R. (2013). Validation of the internet and social networking experiences questionnaire in Spanish adolescents. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13(1), 40–48.
[https://doi.org/10.1016/S1697-2600\(13\)70006-1](https://doi.org/10.1016/S1697-2600(13)70006-1)

Cebollero-Salinas, A., Cano-Escoriaza, J., & Orejudo, S. (2022a). Are emotional e-competencies a protective factor against habitual digital behaviors (media multitasking, cybergossip, phubbing) in Spanish students of secondary education? *Computers and Education*, 181, 104464.
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104464>

Cebollero-Salinas, A., Cano-Escoriaza, J., & Orejudo, S. (2022b). Social Networks, Emotions, and Education: Design and Validation of e-COM, a Scale of Socio-Emotional Interaction Competencies among Adolescents. *Sustainability (Switzerland)*, 14(5), 2566. <https://doi.org/10.3390/su14052566>

Cebollero-Salinas, A., Cano Escoriaza, J., & Orejudo Hernández, S. (2021). Internet abuse and teenagers: Gratifications, family supervision, and responsible use. Educational and family implications. *Digital Education Review*, 39, 42–59.
<https://doi.org/10.1344/der.2021.39.42-59>

Elhai, J. D., Vasquez, J. K., Lustgarten, S. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2018). Proneness to Boredom Mediates Relationships Between Problematic Smartphone Use with Depression and Anxiety Severity. *Social Science Computer Review*, 36(6), 707–720.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0894439317741087>

Gong, X., Wong, N., & Wang, D. (2018). Are Gender Differences in Emotion Culturally Universal? Comparison of Emotional Intensity Between Chinese and German Samples. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 49(6), 993–1005.
<https://doi.org/10.1177/0022022118768434>

Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351–354.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>

Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). The dark side of internet: Preliminary evidence for the associations of dark personality traits with specific online

- activities and problematic internet use. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(4), 993–1003. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.109>
- Kuss, D. J., Kristensen, A. M., & Lopez-Fernandez, O. (2021). Internet addictions outside of Europe: A systematic literature review. *Computers in Human Behavior*, 115(March 2020), 106621. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106621>
- Li, G., Hou, G., Yang, D., Jian, H., & Wang, W. (2019). Relationship between anxiety, depression, sex, obesity, and internet addiction in Chinese adolescents: A short-term longitudinal study. *Addictive Behaviors*, 90, 421–427. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.12.009>
- Marino, C., Gini, G., Angelini, F., Vieno, A., & Spada, M. M. (2020). Social norms and e-motions in problematic social media use among adolescents. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100250. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100250>
- Marino, C., Caselli, G., Lenzi, M., Monaci, M. G., Vieno, A., Nikčević, A. V., & Spada, M. M. (2019). Emotion Regulation and Desire Thinking as Predictors of Problematic Facebook Use. *Psychiatric Quarterly*, 90(2), 405–411. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09628-1>
- Nasaescu, E., Marín-López, I., Llorent, V. J., Ortega-Ruiz, R., & Zych, I. (2018). Abuse of technology in adolescence and its relation to social and emotional competencies, emotions in online communication, and bullying. *Computers in Human Behavior*, 88(June), 114–120. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.036>
- Paciello, M., D'Errico, F., Saleri, G., & Lamponi, E. (2021). Online sexist meme and its effects on moral and emotional processes in social media. *Computers in Human Behavior*, 116, 106655. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106655>
- Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y., & Sun, W. (2019). Computers in Human Behavior School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence ☆. *Computers in Human Behavior*, 98(April), 111–121. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.011>
- Ruckwongpatr, K., Chirawat, P., Ghavifekr, S., Gan, W. Y., Tung, S. E., Nurmala, I., Nadhiroh, S. R., Pramukti, I., & Lin, C.-Y. (2022). Problematic Internet use (PIU) in youth: a brief literature review of selected topics. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 46, 101150. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2022.101150>

- Shokri, O., Potenza, M. N., & Sanaeepour, M. H. (2017). A Preliminary Study Suggesting Similar Relationships Between Impulsivity and Severity of Problematic Internet Use in Male and Female Iranian College Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15(2), 277–287. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9738-y>
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W., Kanazawa, J., Katsuki, R., Kubo, H., & Kato, T. A. (2019). Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network. *Frontiers in Psychiatry*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00455>
- Zhao, F., Zhang, Z. H., Bi, L., Wu, X. S., Wang, W. J., Li, Y. F., & Sun, Y. H. (2017). The association between life events and internet addiction among Chinese vocational school students: The mediating role of depression. *Computers in Human Behavior*, 70, 30–38. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.057>
- Zhao, Y., Qu, D., Chen, S., & Chi, X. (2023). Network analysis of internet addiction and depression among Chinese college students during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 138, 107424. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107424>
- Zych, I., Ortega-Ruiz, R., & Marín-López, I. (2017). Emotional content in cyberspace: Development and validation of E-motions Questionnaire in adolescents and young people. *Psicothema*, 29(4), 563–569. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.340>