

Regulación parental del uso de las nuevas tecnologías en la adolescencia y conciliación familiar-laboral

Alumno: Jacob Pérez Vega

Tutora: Miriam Álvarez Lorenzo

Máster en Intervención y Mediación Familiar, Social y Comunitaria

Trabajo de Investigación

Julio 2024

Índice

1. Introducción	7
2. Marco Teórico	8
3. Objetivos	15
4. Método	16
4.1.Participantes	16
4.2.Instrumentos de Investigación	16
4.3.Procedimiento	18
4.4.Diseño y Plan de Análisis	18
5. Resultados	19
6. Discusión y Conclusiones	27
7. Referencias	32

Índice de las Tablas

Tabla 1. <i>Estilos de educación parental</i>	12
Tabla 2. <i>Correlaciones significativas entre estilos de regulación y usos</i>	26
Tabla 3. <i>Medias y desviaciones típicas de los factores de conciliación</i>	26
Tabla 4. <i>Coefficientes estandarizados de regresión y nivel de probabilidad de elementos del uso y de la conciliación familiar y laboral sobre los estilos de regulación</i>	27

Índice de las Figuras

Figura 1. <i>Distribución porcentual de la frecuencia con la que los y las adolescentes usan Internet</i>	19
Figura 2. <i>Distribución porcentual de horas que pasan los y las adolescentes utilizando Internet</i>	20
Figura 3. <i>Distribución porcentual de la valoración que hacen los padres y madres del tiempo que pasan sus hijos e hijas en Internet</i>	20
Figura 4. <i>Distribución porcentual sobre las actividades que realizan los y las adolescentes cuando hacen uso de Internet</i>	21
Figura 5. <i>Distribución porcentual sobre la compañía de los y las adolescentes cuando usan Internet</i>	21
Figura 6. <i>Medias de los motivos que perciben los padres y madres por los que los y las adolescentes usan Internet</i>	22
Figura 7. <i>Distribución porcentual del nivel de preocupación de los padres y las madres</i>	22
Figura 8. <i>Distribución porcentual de la percepción que tienen los padres y las madres sobre quién debe educar a los y las adolescentes</i>	23
Figura 9. <i>Distribución porcentual sobre la frecuencia con la que los padres y las madres orientan a sus hijos e hijas</i>	23
Figura 10. <i>Diferencia de medias sobre la relación entre usos y estructura familiar</i>	24
Figura 11. <i>Medias sobre los estilos de regulación</i>	25

Resumen

Hoy en día, el uso de las nuevas tecnologías en la adolescencia se ha convertido en un desafío crucial para las familias, donde la conciliación entre las demandas laborales y la vida familiar juega un papel fundamental en el desarrollo y bienestar de los y las jóvenes.

En el presente Trabajo Fin de Máster (TFM) se pretende analizar la percepción que tienen los padres y las madres con respecto al uso que hacen sus hijos e hijas de Internet y cómo regulan dicho uso. A su vez, se busca conocer cómo la conciliación laboral y familiar puede afectar a los estilos de regulación que los progenitores adoptan.

Este trabajo se ha basado en una investigación cuantitativa en donde se les ha proporcionado a 70 padres y/o madres, con hijos o hijas cursando la Educación Secundaria Obligatoria (ESO), cuatro instrumentos: un cuestionario sociodemográfico, un cuestionario sobre el escenario educativo y el uso de Internet, el Internet Parenting Style Questionnaire y Work and Family Conflict Scale.

Los resultados indican que los niños y las niñas hacen un uso diario de Internet, pasando horas en frente de las pantallas, que el estilo de regulación más frecuente es la calidez parental, pero que la conciliación laboral y familiar tiene influencia negativa en estilos de control parental.

Palabras Clave. Internet, familia, conciliación laboral y familiar.

Abstract

Nowadays, the use of new technologies in teenagers has become a crucial challenge for families, where the balance between work and family life plays a fundamental role in the development and well-being of young people.

This Final Master's Project (in Spanish, TFM) aims to analyse the perception that parents have of their children's use of the Internet and how they regulate this use. At the same time, the aim is to find out how the work-family balance can affect the regulation styles that parents adopt.

This study was based on quantitative research in which 70 parents with children in Secondary Education (in Spanish, ESO) were given four instruments: a socio-demographic questionnaire, the educational scenario and Internet use questionnaire, the Internet Parenting Style Questionnaire and the Work and Family Conflict Scale.

The results indicate that boys and girls make daily use of the Internet, spending hours in front of screens, the most frequent regulation style is parental warmth, but the work-family balance has a negative influence on parental control styles.

Keywords. Internet, family, work-family balance.

1. Introducción

El propósito principal de este Trabajo de Fin de Máster ha sido conocer la percepción que tienen los padres y las madres sobre el uso que hacen sus hijos e hijas de Internet, cómo es la regulación que ejercer y si esta regulación puede estar vinculada a la conciliación laboral y familiar.

Hoy en día, el uso de Internet por parte de niños, niñas y adolescentes ha crecido exponencialmente, generando un impacto significativo en diversos aspectos de la vida cotidiana, incluidas las dinámicas familiares. El acceso cada vez más temprano a las nuevas tecnologías por parte de los niños y las niñas han suscitado preocupación entre los padres y madres, quienes buscan equilibrar su vida profesional con la supervisión y guía del uso digital de sus hijos e hijas.

Desde una perspectiva personal, uno de los principales motivos que me ha llevado a realizar esta investigación es la necesidad de comprender cómo perciben los padres y madres el uso de Internet por parte de sus hijos e hijas. La relación entre la supervisión del uso de Internet y el tiempo que los padres pueden dedicar a sus responsabilidades laborales y familiares es un tema relevante para diseñar políticas y estrategias que promuevan un equilibrio saludable.

Además, desde el punto de vista de mi formación en el Máster en Intervención y Mediación Familiar, considero que en un mundo cada vez más digitalizado, comprender las dinámicas familiares relacionadas con el uso de Internet es esencial para desarrollar intervenciones efectivas y estrategias de mediación. Este conocimiento permite identificar y abordar conflictos familiares relacionados con el tiempo de pantalla y/o la seguridad en línea. Asimismo, los profesionales pueden apoyar a las familias en la creación de normas y acuerdos que fomenten un uso saludable y responsable de Internet.

En la estructura del trabajo se ha comenzado con una revisión teórica para situarnos en trabajos que también han coincidido con la perspectiva que se ha asumido, hablando sobre las nuevas tecnologías, la regulación de estas y la conciliación laboral y familiar. Posteriormente se describió el método, donde se detalla la muestra trabajada y los instrumentos que se han utilizados. Se plasmaron los resultados en base a esos instrumentos y, finalmente, todo esto se discutió y se comentó en base a la fundamentación teórica que se había seguido a lo largo de la investigación, llegando a unas conclusiones finales.

2. Marco Teórico

En la actualidad, las nuevas tecnologías representan uno de los pilares fundamentales de la comunicación a nivel global. Gracias a ellas se puede acceder a la información más reciente prácticamente en tiempo real. Todos estos factores han impactado en la educación, tanto en el entorno escolar como en el familiar, generando modificaciones en la metodología utilizada en los procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto en los centros educativos como en el hogar (Moya, 2009).

En la EU Kids Online, Smahel et al. (2020) señalan que, en España, la participación de los niños y las niñas en actividades en línea ha aumentado exponencialmente desde 2015. Se ha detectado una preferencia por comunicarse con familiares y amistades (70%), actividades de ocio, como escuchar música (63%), ver videoclips (55%) y jugar en línea (46%), mientras se muestra un menor interés en actividades participativas y cívicas. Asimismo, el estudio también muestra que los padres y las madres tienden a restringir con mayor frecuencia las actividades en línea para las niñas y no tanto para los niños.

Es innegable que las nuevas tecnologías tienen numerosos efectos positivos, ya que facilitan la comunicación a distancia y las interacciones personales, permiten realizar llamadas y localizar personas, proporcionan acceso a una amplia variedad de información y apoyan el proceso educativo a través de programas (Fleta y Olivares, 2009).

Otras investigaciones describen estas nuevas tecnologías como un valioso recurso para los y las adolescentes, ya que les proporciona comunicación con familiares y amistades, la realización de trabajos académicos y el entretenimiento (Plaza, 2018). Sin embargo, advierten que ciertas actividades en línea pueden ser problemáticas. (Nielsen et al., 2020).

Relacionado con las dificultades que pueden presentar las nuevas tecnologías, Stockdale et al. (2020, como se citó en Martínez-Roig et al., 2023) hablan del término *tecnoferencia*, que es aquella “problemática que emerge de las intrusiones y perturbaciones ocasionadas por dispositivos tecnológicos en la vida cotidiana de las personas, en virtud de sus comportamientos en línea y su nivel de adicción al teléfono móvil o Internet” (p. 69). En el entorno familiar, la tecnoferencia se manifiesta en comportamientos como la revisión constante de mensajes telefónicos y la rápida respuesta

a llamadas y/o mensajes durante momentos como las comidas, el tiempo de juego o las actividades cotidianas con los hijos, entre otras situaciones (Martinez-Roig et al., 2023).

Echeburúa y de Corral (2010) hablan en su investigación sobre un estudio que se llevó a cabo por la Fundación Pfizer (2009), en el que se establece que el 98% de los jóvenes que residen en España (de 11 a 20 años) usan las TIC. “De ese porcentaje, siete de cada 10 afirman acceder a la red por un tiempo diario de, al menos, 1,5 horas, pero sólo una minoría (en torno al 3% o al 6%) hace un uso abusivo de Internet” (p. 92).

Sin embargo, a pesar de que solo una pequeña minoría reporta un uso abusivo de Internet, en los últimos años ha habido un aumento progresivo en el número de casos de dependencia, afectando significativamente a una parte especialmente vulnerable de la población, los y las adolescentes. Rial et al. (2015), tras los resultados que obtuvieron en su estudio, pudieron comprobar que “aproximadamente 1 de cada 4 adolescentes de 11 a 17 años (26,6%) podrían estar haciendo un uso problemático o poco saludable de la Red” (p. 33).

Cuando los y las adolescentes desarrollan adicción a las nuevas tecnologías la familia es uno de los sistemas que más afectado se ve, ya que esta situación puede provocar la pérdida de aspectos fundamentales en la dinámica familiar, especialmente en las nuevas maneras de planificar y pasar tiempo juntos, las formas de trabajo y horarios, o la satisfacción familiar, entre otros (Rodríguez et al., 2020).

Como recoge Montoya et al. (2018), esta diferencia de habilidades no solo afecta a la dinámica familiar, sino que también refleja cómo las distintas generaciones perciben y utilizan las nuevas tecnologías. Los y las jóvenes las ven como una oportunidad para nuevas formas de socialización, sin limitaciones de espacio y tiempo, teniendo acceso a infinidad de recursos con un toque en la pantalla. Por otro lado, los padres y las madres sienten que las nuevas tecnologías van en contra de los valores familiares tradicionales, dificultan las interacciones personales y, además, fomentan hábitos poco saludables en los niños, las niñas y adolescentes. De manera que se enfrentan al desafío de no poder mantener a sus hijos e hijas lejos de la tecnología en un mundo donde esta predomina, y al temor de que desarrollen un uso perjudicial y repetitivo (Roca, 2019).

El uso excesivo de las nuevas tecnologías y la adicción que existe hacia Internet se relaciona con diversos problemas de salud, tanto física como psicológica, y puede

influir negativamente en el desarrollo de los y las adolescentes (Kuss et al., 2013; Arab y Díaz, 2015).

Además, (Kawabe et al., 2019) relacionan ese uso excesivo con la pérdida de la noción del tiempo y al descuido de necesidades básicas. Esto también puede causar retraimiento, manifestándose sentimientos de ira, depresión y tensión cuando no se puede acceder a Internet. A su vez, se puede observar una falta de tolerancia, reflejada en la necesidad de contar con más tiempo de uso o mejores herramientas. Este comportamiento puede tener también repercusiones negativas, como discusiones, malos resultados académicos y/o aislamiento social. Mayoritariamente, los y las estudiantes que pasan más tiempo con las nuevas tecnologías tienden a dormir menos y a sentir mayor cansancio.

A pesar de todas las consecuencias que han sido evidenciadas en los estudios anteriores, Lindenberg et al. (2020) mencionan que un obstáculo frecuente que se suele encontrar en las terapias dirigidas a jóvenes que presentan adicción a las tecnologías es la escasa percepción y la resistencia evidente de que el uso de Internet sea realmente problemático.

Regulación de las Nuevas Tecnologías por parte de padres y madres

Muchos padres y madres tratan de guiar a sus hijos e hijas basándose en sus propias inquietudes. Con frecuencia, intentan establecer reglas y controlar el uso que hacen de las tecnologías, aunque generalmente poseen menos habilidades tecnológicas que los y las adolescentes, lo que a menudo les impide lograr los comportamientos deseados, generándose una brecha que puede impactar en las funciones parentales (Solano y Viñarás, 2013; Carrasco et al., 2017). A los progenitores les resulta más complicado saber a qué acceden sus hijos e hijas a través de Internet, qué contenidos consumen, con quién se comunican o para qué utilizan el ordenador (Gabelas y Lazo, 2008).

Además, a algunos padres y madres les preocupa la posibilidad de que sus hijos e hijas se adentren en las nuevas tecnologías a edades tempranas, provocando aislamiento y afectando negativamente en el desarrollo de sus habilidades sociales. Muchos consideran que los mayores problemas surgen con la conexión a Internet, una herramienta excelente para la información y la comunicación, pero que puede traer numerosos riesgos si los niños y las niñas la usan sin supervisión (Iriarte, 2007).

En este contexto, resulta esencial comprender cómo los padres y las madres abordan la regulación del uso de Internet y cómo sus estilos educativos influyen en esta tarea. De la Torre et al. (2014, como se citó en Glasgow et al., 1997) definen estos estilos educativos como “un compendio de actitudes, conductas y expresiones no verbales que caracterizan la naturaleza de las relaciones mantenidas entre padres e hijos en diferentes escenarios” (p. 150).

La propuesta de estilos educativos busca establecer un marco de regulación que incluya estrategias y mecanismos de socialización y educación que los padres y las madres utilicen con sus hijos e hijas. Estos estilos, reflejados en creencias, valores y/o comportamientos, tienen como objetivo influir en el desarrollo integral de los niños y de las niñas (Aroca y Cánovas, 2012).

Para comprender plenamente la eficacia de estos estilos educativos, es esencial analizar las relaciones entre los comportamientos de los padres y los hijos e hijas. Aunque las investigaciones han detallado el uso de los estilos educativos por parte de los padres y las madres (Inda et al., 2023), lo fundamental es intentar comprender las relaciones entre los comportamientos de los padres y los hijos e hijas. El comportamiento surge de cómo un individuo interactúa con su entorno, influenciado por sus características únicas y por el contexto en el que se desarrolla (Marchena, 2022).

En este sentido, es interesante observar cómo los estilos educativos varían según la etapa de desarrollo de los hijos y de las hijas. Rosen et al. (2008) llegaron a la conclusión de que los progenitores de adolescentes suelen adoptar más estilos permisivos y negligentes que los progenitores de preadolescentes. Asimismo, Álvarez et al. (2015), relacionan el estilo autoritario por parte de los padres y de las madres con bajos comportamientos de riesgo en línea por parte de los niños y las niñas.

Además, diversos estudios (ej. Marchena, 2022; Torío et al., 2008) muestran que existen cuatro estilos educativos diferentes. En la Tabla 1 se pueden observar estos estilos con las consideraciones específicas de cada uno. A su vez, se reflejan los rasgos de conducta que realizan los padres y las madres y las posibles consecuencias que tendrá este comportamiento sobre los niños y las niñas.

Tabla 1*Estilos de educación parental, a partir de Torío et al. (2008) y Marchena (2022)*

Estilo educativo	Rasgos de conducta	Consideraciones	Consecuencias sobre los/as hijos/as
Asertivo	No atiende los ensayos de respuesta del menor, no presta atención a casi ningún comportamiento.	Considera que ya aprenderán, que cada uno/a tiene que aprender por sí mismo.	Aprenden al azar, se retrasan los aprendizajes, se adquieren hábitos inadecuados.
Inhibicionista	Impide que el/la menor ensaye respuestas de manera autónoma. Siempre se adelanta a hacer lo que él/ella debería realizar.	Considera que los niños y las niñas son débiles, incapaces y que comportándose así evitamos que se equivoquen.	Los niños y las niñas se despreocupan de las cosas, tienen ausencia de iniciativas, son inseguros y, a la larga, baja su autoestima.
Punitivo	Ignora el comportamiento normal, solamente elogia lo excepcional, castiga la más mínima desviación.	Considera que los niños y las niñas deben actuar de la manera que el adulto cree, olvida que los aprendizajes llevan un proceso.	Los niños y las niñas tienen rencor, toman decisiones solo para evitar ser castigados, pueden surgir temores...
Sobreprotector	Valora el comportamiento normal. Destaca la conducta excepcional. Ignora pequeñas desviaciones o errores. Corrige y castiga desviaciones mayores.	Considera que las personas tienen unas capacidades para aprender, pero de manera progresiva. La manera en que les tratemos mientras aprende es de gran importancia.	Tienen alta autoestima, autonomía personal, aprecio y respeto por el/la padre/madre, iniciativa para aprender cosas nuevas, confianza en sus posibilidades...

Complementando esta visión de los estilos educativos, Wisniewski et al. (2017) identifican tres estrategias principales de mediación parental (monitoreo, restricción y mediación activa) y tres estrategias similares de autorregulación en los y las adolescentes (automonitoreo, control de impulsos y afrontamiento de riesgos) que pueden ser utilizadas para fomentar la seguridad en línea. Tras esto, encontraron que el 89% de las características se identificaban con el control parental y, sin embargo, solo el 11% con la autorregulación adolescente.

Kirwil (2009, como se citó en Soh et al., 2018) define la mediación parental en el uso de las nuevas tecnologías como aquella que “se refiere a la participación de estrategias y actividades utilizadas por los padres para aumentar los beneficios y mitigar los riesgos (potenciales impactos negativos) de la influencia de los medios” (p. 227).

En este sentido, los padres y madres no solo se preocupan por la capacidad que tienen sus hijos e hijas para utilizar las nuevas tecnologías en el ámbito escolar, sino también por el uso seguro de estas. En general, las familias sienten incertidumbre acerca de su habilidad para proteger a los niños y las niñas (Sánchez et al., 2018).

En referencia a lo anterior, los y las adolescentes mencionan como una de las medidas más reconocidas que los progenitores realicen una supervisión del uso de las tecnologías, inicialmente a edades tempranas, permitiendo así el desarrollo gradual de la autonomía y disminuyendo la adicción (Plaza, 2018; Soh et al., 2018). Sin embargo, la influencia que tienen los compañeros y las compañeras hace que incremente la adicción a Internet en los y las jóvenes (Soh et al., 2018).

Relacionado con la influencia que podrían tener los padres y las madres, Colás et al. (2013) realizaron un estudio con casi 1500 adolescentes. “El 90% de ellos hacen un uso habitual de las redes sociales. Solo el 22,3% tiene unas normas de uso; el resto puede acceder a la Red sin ningún tipo de limitación” (p. 21).

Esta influencia que tienen los padres y las madres en la regulación de las nuevas tecnologías muchas veces se ve afectada. Según Pucuji y Cañizares (2023), en el hogar los padres y las madres buscan la manera adecuada de inculcar valores y establecer normas para gestionar la conducta de sus hijos e hijas. Sin embargo, algunas veces sucede lo contrario, ya que los progenitores no muestran interés en el entorno familiar debido a sus largas jornadas laborales y a la poca conciliación entre el trabajo y la familia. Estos niños y niñas carecen de vínculos afectivos y atención, por lo que cuando crecen resulta difícil controlar las conductas inapropiadas que desarrollan, recurriendo a estilos educativos negligentes.

Ante estos desafíos, la educación parental se presenta como un recurso psicoeducativo esencial, el cual permite lograr mejoras significativas en las habilidades parentales, contribuyendo así a un ejercicio positivo de la parentalidad y proporcionando las herramientas necesarias para guiar a sus hijos en el uso seguro y constructivo de las nuevas tecnologías (Martín et al., 2015).

Conciliación Laboral y Familiar

Hoy en día, surgen diferentes y novedosas perspectivas en relación a los roles de género, considerando los cambios que han aparecido en cuanto a la conciliación, la educación de los hijos e hijas y la distribución de las tareas del hogar (Gómez y Jiménez, 2015).

Esa conciliación laboral y familiar, según Sicre (2023), se refiere a la participación equitativa que lleva a cabo una persona, tanto en el ámbito familiar como en el laboral.

Esto se basa en una serie de medidas legales que, con el tiempo, han ganado mayor relevancia y profundidad. De igual modo, López (2013) señala que la conciliación de la vida familiar y laboral, junto con la corresponsabilidad en el hogar, están estrechamente vinculadas y son esenciales para ejercer una parentalidad positiva, asegurando así el bienestar y la protección de los niños y las niñas.

La normativa española que promueve la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras es la Ley 39/1999, de 5 de noviembre, en la que se permite que los empleados puedan disfrutar de su vida familiar, consiguiendo un avance hacia la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres. Asimismo, siguiendo lo descrito en el Real Decreto 5/2023, de 28 de junio, en el que se habla de la conciliación de la vida familiar y la vida profesional de los progenitores y los cuidadores, toda aquella persona trabajadora tiene el derecho de adaptar la distribución y duración de su jornada laboral.

En este sentido, el conflicto entre el trabajo y la familia, Chiang et al. (2022), surge cuando una de estas áreas demanda más tiempo y energía, disminuyendo la capacidad para desempeñarse en la otra. Esto, por ejemplo, puede reducir la satisfacción y el compromiso del empleado con su empresa. Además, cuando una organización implementa políticas que promueven la conciliación entre la vida familiar y laboral, se obtienen diversos beneficios como un aumento de la productividad, una mayor motivación y compromiso organizacional, y una reducción del estrés laboral, entre otros muchos.

Por el contrario, Martínez-Pampliega y Ugarte (2011) señalan que el clima familiar se ve afectado por la conciliación laboral, por lo que el estrés laboral de los padres y de las madres puede afectar negativamente a la relación con sus hijos e hijas. Un aumento en el estrés de los progenitores puede llevar a un mayor número de discusiones, lo que impacta de dos maneras. Por un lado, puede impactar directamente, deteriorando las relaciones afectivas entre padres y adolescentes. Por otro lado, indirectamente, mediante un estilo de disciplina más negativo e inconsistente.

En este contexto, según Lorente (2002), los padres y las madres esperan que los móviles llenen el vacío comunicativo con sus hijos e hijas, ese vacío generado por largas jornadas laborales y la poca conciliación existente. Al mismo tiempo, los niños y las niñas buscan obtener cierta libertad y autonomía a través de estos dispositivos, sin conseguirlo tampoco.

Relacionado con la forma en la que puede afectar esta conciliación en los niños y las niñas, Martínez y de Andrés (2011) hablan de importantes efectos negativos sobre el bienestar infantil, siendo la escasa presencia en el hogar de padres y madres a causa de sus prolongadas jornadas laborales uno de los principales factores. Estos efectos negativos pueden ser sobre el bienestar físico (sedentarismo, falta de horas de sueño), sobre el bienestar emocional (sensación de abandono, carencias emocionales), sobre el rendimiento escolar (bajo rendimiento académico) y/o sobre la relación de los niños y de las niñas con los medios (utilización no responsable).

A pesar de todos los impactos que tiene la conciliación en la vida de los niños y de las niñas, esta debe posibilitar a las personas encontrar un equilibrio entre sus responsabilidades laborales y la atención adecuada a sus hijos e hijas (Frone et al., 1997; López, 2013), gestionando ambas áreas de manera óptima, lo cual resultaría en un ejercicio positivo de la parentalidad.

No obstante, el enfoque de la conciliación en España y la tendencia a relegar las necesidades y derechos de los niños y de las niñas han hecho que no se les haya considerado lo suficiente en la formulación de políticas de conciliación, a pesar de que deberían ser los principales beneficiarios (López, 2013).

3. Objetivos

El objetivo general de este trabajo es conocer la percepción que tienen los padres y las madres sobre el uso que hacen sus hijos e hijas de Internet y su relación con la conciliación laboral y familiar. Este objetivo se concreta en los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los tipos de uso que realizan los y las adolescentes en Internet y su relación con las variables sociodemográficas.
- Analizar los estilos de regulación y su relación con las variables sociodemográficas y con los usos.
- Analizar la influencia de la conciliación familiar y laboral y los usos sobre los estilos de regulación.

4. Método

4.1. Participantes

La muestra está compuesta por un total de 70 participantes, 74,3% madres y 25,7% padres de adolescentes cursando cualquier curso de Educación Secundaria Obligatoria.

La edad media de las personas participantes es de 46,6 (*D.T.* = 9), mientras que la de los hijos e hijas es de 14,20 (*D.T.* = 1,8). Más de la mitad de los padres y madres que participan en la encuesta (55,7%) tienen 2 hijos o hijas, el 34,3% solamente uno/a y el 10% tiene 3 o más.

Con respecto a los niveles de estudios de los progenitores, existe una gran parte (45,7%) con estudios universitarios, seguido de los y las que tienen estudios medios (30%), como por ejemplo bachiller o formación profesional, y de padres y madres con niveles de estudios bajo (24,3%), teniendo estudios primarios o simplemente el graduado escolar.

En cuanto a la situación laboral, más de la mitad de las personas encuestadas (51,4%) trabajan para una empresa, el 25,7% lo hace para el Estado y el 10% son trabajadores/as autónomos/as. Además, un 12,8% de las personas se encuentran en situación de desempleo.

Asimismo, el 68,6% de las personas participantes en la encuesta residen en un municipio con más de 20.000 habitantes, mientras que el 31,4% lo hace en un municipio con menos de 20.000 habitantes.

4.2. Instrumentos de Investigación

El instrumento que se ha empleado para llevar a cabo esta investigación ha sido un cuestionario, el cual ha aportado los datos cuantitativos necesarios para el análisis.

Cuestionario sociodemográfico.

El cuestionario sociodemográfico fue diseñado *ad hoc* y contemplaba variables como el sexo o la edad de las personas participantes, aunque también el nivel de estudios o la situación laboral. Asimismo, se analizó quienes convivían en el domicilio familiar, así como el número de hijos o hijas y la edad de estos/as.

Escenario educativo y uso de Internet

El cuestionario sobre el escenario educativo y el uso de Internet (Padilla et al., 2015) permitió conocer la percepción que tienen los padres y las madres sobre el uso que hacen los y las adolescentes de Internet. El instrumento aborda las siguientes variables:

- Frecuencia de uso de Internet, siendo 1 (sólo los fines de semana) - 2 (uno a dos días entre semana) - 3 (tres a cuatro días entre semana) - 4 (diario).
- Horas que pasan los niños y las niñas en Internet, 1 (una hora o menos) - 2 (dos a cuatro horas) - 3 (más de 4 horas).
- Consideración sobre el tiempo que utilizan Internet los niños y las niñas, 1 (muy poco) - 2 (poco) - 3 (bastante) - 4 (mucho) - 5 (excesivo).
- Actividades que los niños y las niñas suelen realizar en Internet, para que los padres y las madres comentasen si las hacían o no (trabajos escolares, visualización de vídeos, búsqueda de información, leer noticias, jugar online y/o uso de redes sociales).
- Compañía en el uso de Internet (sólo/a, con algún progenitor, con hermanos/as, otros familiares, amigos/as).
- Labor de educar a los niños y las niñas (progenitores, centro educativo, medios de comunicación, amigos/as, hermanos/as).
- Frecuencia con la que orienta al menor, de 1 (nunca) a 5 (siempre).
- Preocupación por lo que se puede ver en Internet, de 1 (nada) a 5 (totalmente).
- Motivaciones sobre el uso de Internet por parte de los niños y las niñas (para que esté entretenido, para aprender, porque no tiene otra cosa que hacer, para que se sienta acompañado, relajado, para que hable con amistades y/o para conocer gente), pudiendo seleccionar desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo).

Internet Parenting Style Questionnaire

Los estilos educativos parentales fueron evaluados a través del cuestionario Internet Parenting Style (Valcke et al, 2010, versión española de Álvarez et al., 2013). Este cuestionario incluye dos dimensiones, la calidez parental y el control parental, con sus respectivas subescalas.

El control parental fue medido mediante 11 ítems, con 4 afirmaciones sobre “supervisión” (p. ej. observo cuando mi hijo/a navega en Internet), 2 sobre “parar el uso de Internet” (p. ej. hago que mi hijo/a pare la visita de un sitio web poco adecuado) y 5 que tenían que ver con las “reglas de uso” (p. ej. limito el tipo de sitios web que mi hijo/a puede visitar).

Por otro lado, la calidez parental fue medida con 14 ítems, existiendo 11 afirmaciones relacionadas con la “comunicación” (p. ej. mi hijo/a me hace preguntas cuando se sorprende por las cosas que él/ella ha visto en Internet) y 3 ítems con el “apoyo” (p. ej. me siento junto a mi hijo/a en el ordenador para navegar en Internet).

Work and Family Conflict Scale

Para conocer la conciliación existente entre el trabajo y la familia se utilizó el cuestionario Work and Family Conflict Scale (Haslam et al., 2015), mediante el cual las personas encuestadas calificaban su nivel de acuerdo con cada uno de los ítems propuestos en una escala de 7 puntos, del 1 (totalmente en desacuerdo) al 7 (totalmente de acuerdo). El cuestionario cuenta con dos factores: la conciliación trabajo-familia (p. ej. mi trabajo me impide pasar suficiente tiempo de calidad con mi familia) y la conciliación familia-trabajo (p. ej. es difícil concentrarme en el trabajo porque estoy muy agotado por las responsabilidades familiares).

4.3. Procedimiento

Para llevar a cabo la investigación se difundieron los instrumentos por medio de la herramienta de Google Form. En la presentación se añadió la explicación del estudio y el consentimiento inicial a participar en él. Posteriormente, se difundió el enlace del mismo utilizando la técnica de bola de nieve, también conocida como muestreo en cadena o por recomendación por medio de las siguientes redes sociales: WhatsApp e Instagram.

4.4. Diseño y Plan de Análisis

La investigación se acogió a una metodología cuantitativa para alcanzar los objetivos propuestos. Se llevó a cabo una investigación de corte transversal con un diseño descriptivo y correlacional, en donde se han realizado análisis descriptivos, correlaciones bivariadas de Pearson, análisis univariados de varianza (ANOVAS) y regresiones lineales. Además, se consideró un nivel de significación de $p < .05$ en todos los análisis.

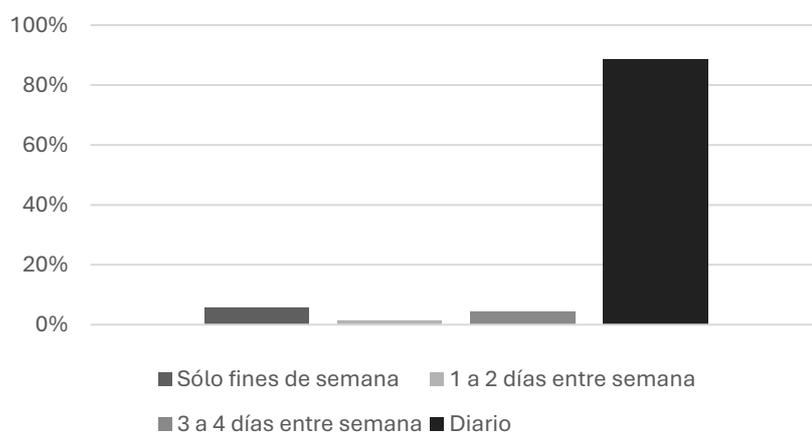
El análisis de la información se realizó una vez obtenidos todos los datos que se habían recogido por medio de Google Form. Para ello se volcaron los datos a una tabla Excel y, posteriormente, se exportó al paquete estadístico SPSS 29 (Statistical Package for the Social Sciences) en donde se realizaron los análisis correspondientes.

5. Resultados

Para dar respuesta al primer objetivo, identificar los tipos de uso que realizan los y las adolescentes en Internet y su relación con las variables sociodemográficas, se realizaron análisis descriptivos. En la Figura 1 se puede observar la frecuencia de uso diario de Internet entre los hijos y las hijas de las personas encuestadas, con una mayoría que accede a la red todos los días (88,6%). Las otras categorías, con uso menos frecuente, están muy por detrás en términos de número de personas, lo que refuerza la idea de que el Internet se ha convertido en una herramienta indispensable en nuestro día a día.

Figura 1

Distribución porcentual de la frecuencia con la que los y las adolescentes usan Internet



Con respecto a la cantidad de horas que pasan los y las adolescentes usando las nuevas tecnologías, más de la mitad de las personas encuestadas (64,3%) mencionan que pasan de 2 a 4 horas diarias. Sin embargo, también hay un número importante de personas (27,1%) que afirman que sus hijos o hijas pasan más de 4 horas diarias haciendo uso de Internet (ver Figura 2).

Figura 2

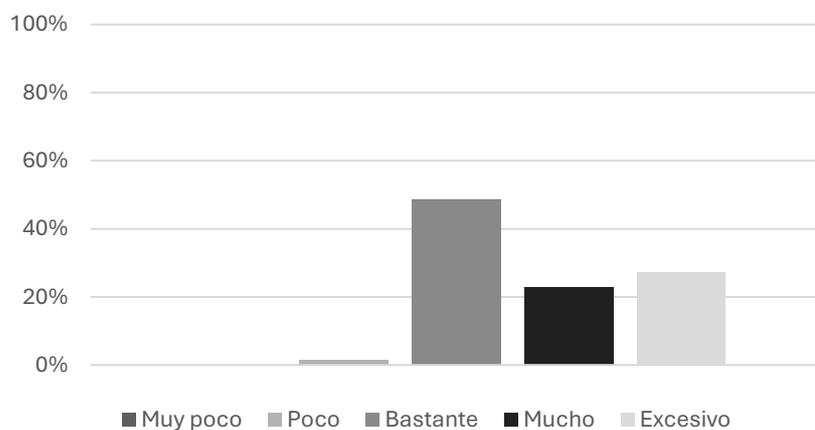
Distribución porcentual de horas que pasan los y las adolescentes utilizando Internet



Por otro lado, a la hora de explorar cómo valoran el tiempo que sus hijos o hijas utilizan los dispositivos electrónicos, gran parte de las personas encuestadas consideran que el tiempo es “bastante” (48,6%), seguido de “excesivo” (27,1%) y “mucho” (22,9%) (ver Figura 3).

Figura 3

Distribución porcentual de la valoración que hacen los padres y madres del tiempo que pasan sus hijos e hijas en Internet

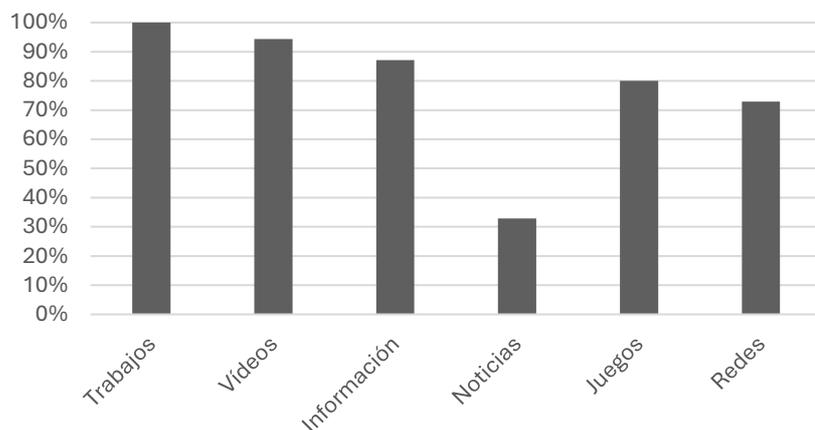


Con respecto a las actividades que suelen realizar los y las adolescentes cuando hacen uso de las nuevas tecnologías, todos los padres y las madres están de acuerdo que las usan para realizar trabajos académicos, así como en menor medida para ver vídeos o buscar información en general. Otros de los usos que hacen los y las adolescentes es jugar a juegos online y usar redes sociales, aunque no existe un porcentaje tan alto como con

las demás actividades. Por el contrario, la actividad que menos realizan es la de leer noticias, tan solo el 33% (ver Figura 4).

Figura 4

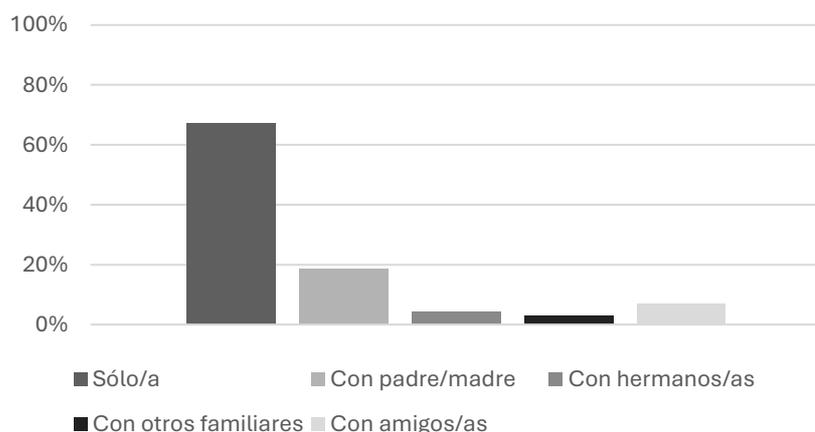
Distribución porcentual sobre las actividades que realizan los y las adolescentes cuando hacen uso de Internet



En la Figura 5 aparece con quién suelen utilizar los y las adolescentes los dispositivos electrónicos para acceder a Internet, existiendo un porcentaje bastante alto de padres y madres (67,1%) que aseguran que sus hijos o hijas hacen un uso individual, sin que nadie intervenga. Esto va seguido, aunque en menor medida (18,6%), de usarlo con alguno de los progenitores y del uso con amistades (7,1%).

Figura 5

Distribución porcentual sobre la compañía de los y las adolescentes cuando usan Internet

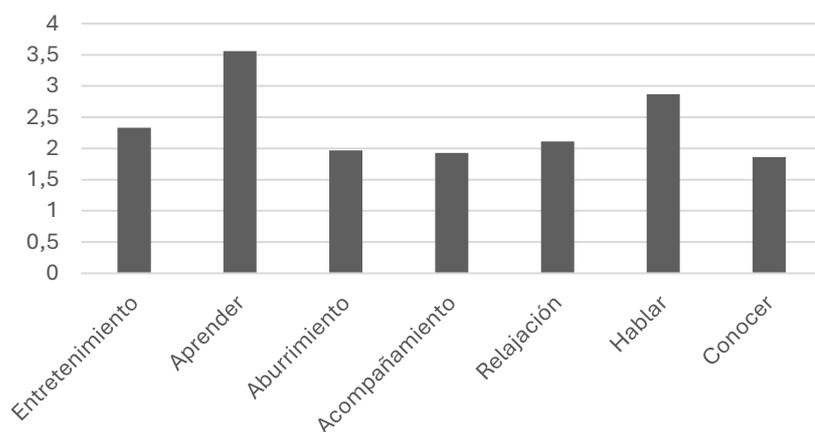


En relación con los motivos por los que los y las adolescentes hacen uso de Internet existe una disparidad de opiniones al respecto. Donde más personas encuestadas se han puesto de acuerdo ha sido en la variable “aprender”, coincidiendo más de la mitad

de los y las participantes y teniendo una media de 3,56. Asimismo, en otras opciones como conocer gente, sentirse acompañado/a o usar el Internet por aburrimiento no están de acuerdo en que sea un motivo para hacer uso de las tecnologías (ver Figura 6).

Figura 6

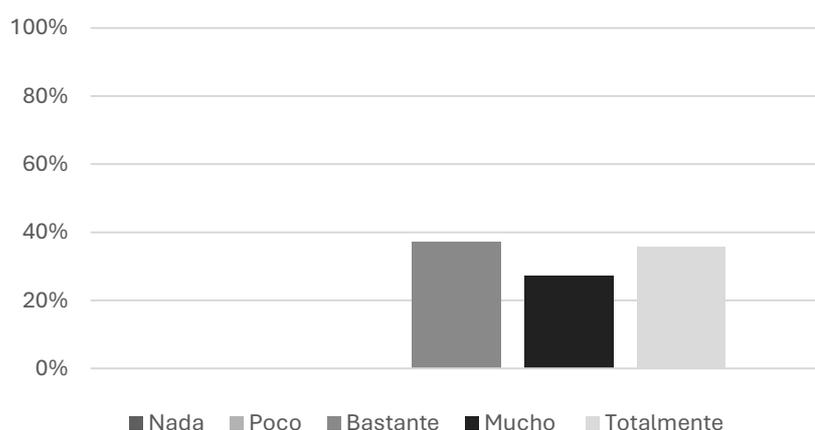
Medias de los motivos que perciben los padres y madres por los que los y las adolescentes usan Internet



Con respecto a la preocupación que tienen las personas encuestadas cuando sus hijos e hijas pasan tiempo con las nuevas tecnologías se puede observar como a todas, en mayor o en menor medida, les preocupa el uso que se pueda hacer de las mismas, ya sea “bastante” (37,1%), “totalmente” (35,7%) o “mucho” (27,1%) (ver Figura 7).

Figura 7

Distribución porcentual del nivel de preocupación de los padres y las madres

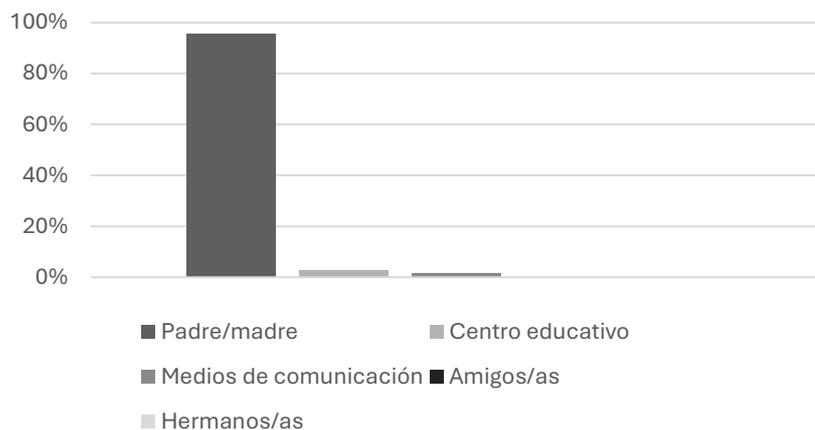


En la Figura 8 se puede observar cómo casi la totalidad de las personas encuestadas (95,7%) están de acuerdo en que los progenitores deberían ser los encargados

de educar a los y las adolescentes con respecto al uso de Internet, teniendo un porcentaje muy bajo tanto el centro educativo (2,9%) como los medios de comunicación (1,4%).

Figura 8

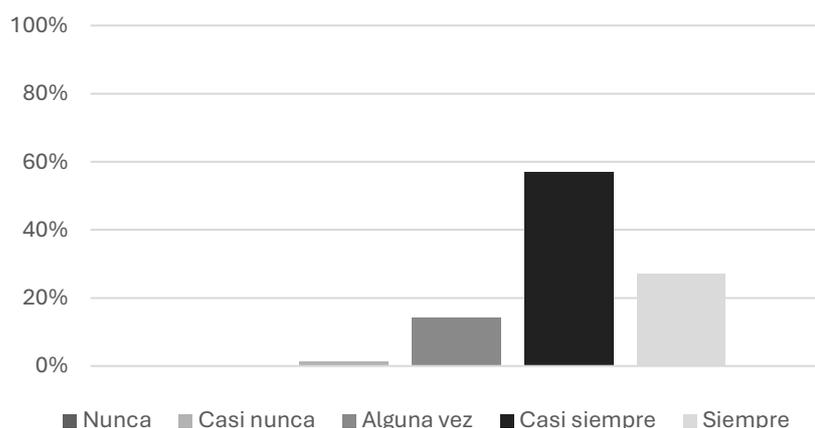
Distribución porcentual de la percepción que tienen los padres y las madres sobre quién debe educar a los y las adolescentes



Como se puede observar en la Figura 9, la mayoría de los padres y las madres están de acuerdo en que siempre (27,1%) o casi siempre (57,1%) suelen orientar a sus hijos e hijas cuando hacen uso de Internet. En menor medida (14,3%) se sitúan aquellos progenitores que solo lo hacen en algunas ocasiones.

Figura 9

Distribución porcentual sobre la frecuencia con la que los padres y las madres orientan a sus hijos e hijas



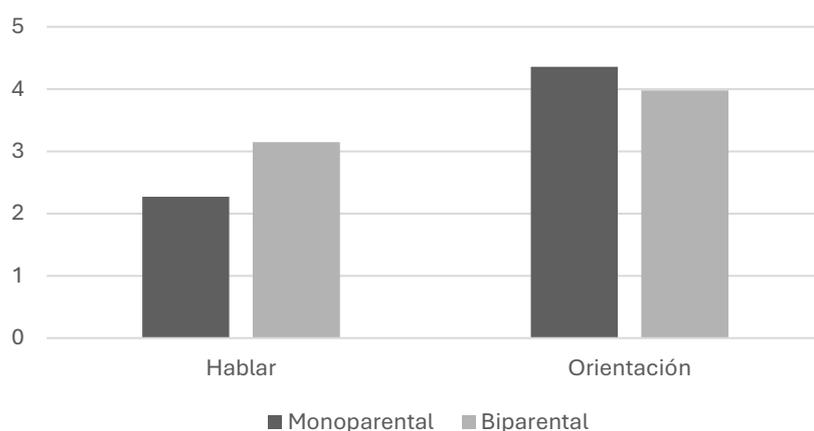
Para analizar la relación entre los usos y las variables sociodemográficas también se realizaron análisis de correlación de Pearson y ANOVAS. Los resultados mostraron que aquellos padres y aquellas madres que consideran que los y las adolescentes usan

Internet porque no tienen otra cosa que hacer, o simplemente porque están aburridos, son los que tienen un menor número de hijos o hijas ($r = -.259$; $p = .030$).

A continuación, en la Figura 10, se pueden observar las diferencias de medias que existen entre la estructura familiar y los usos. En concreto, los ANOVAS mostraron diferencias significativas en el uso de hablar ($F(1,68) = 7.09$; $p = .010$), destacando que las familias biparentales permiten un mayor uso de Internet para que los y las adolescentes hablen con sus amistades ($M = 3.15$; $D.T. = 1.24$) que las familias monoparentales ($M = 2.27$; $D.T. = 1.35$). Asimismo, la frecuencia con la que los padres y las madres orientan a sus hijos e hijas con respecto a los contenidos convenientes para su edad también mostró diferencias significativas según la estructura familiar ($F(1,68) = 5.04$; $p = .028$), mostrando mayor frecuencia en las familias monoparentales ($M = 4.36$; $D.T. = .58$) que las biparentales ($M = 3.98$; $D.T. = .70$).

Figura 10

Diferencia de medias sobre la relación entre usos y estructura familiar



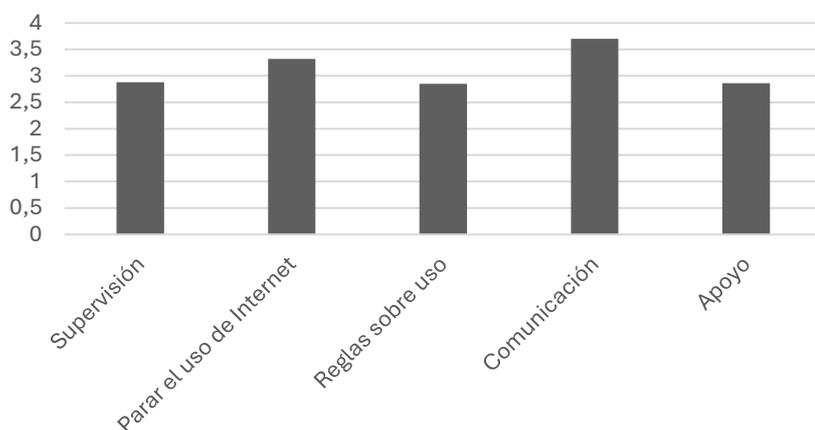
Asimismo, la correlación de Pearson mostró que aquellos padres y aquellas madres que tienen un mayor número de hijos o hijas se comunican menos con ellos/as. ($r = -.271$; $p = .023$).

Con relación al objetivo de analizar los estilos de regulación y su relación con las variables sociodemográficas y con los usos, los resultados de los análisis descriptivos se recogen en la Figura 11. Tal y como se puede observar, el factor de comunicación ha sido el que presenta la media más alta (3,70), mientras que la media más baja se ha dado en el factor de las reglas sobre el uso de Internet (2,85). Destacar que estos estilos de regulación

se dividen en dos grandes factores: el control parental (supervisión, parar el uso de Internet y reglas sobre el uso) y la calidez parental (comunicación y apoyo).

Figura 11

Medias sobre los estilos de regulación



En relación con el segundo objetivo, en el que se pretende analizar los estilos de regulación y la relación que estos tienen sobre las variables sociodemográficas y con los usos, se realizaron ANOVAS. Los resultados mostraron diferencias significativas entre la variable de apoyo y el nivel de estudios ($F(2,67) = 3.681; p = .03$). La prueba Post hoc mostró que los padres y las madres con niveles bajos de estudio brindaban menos apoyo a sus hijos e hijas que los padres y las madres de nivel medio ($DM = -.87; p = .037$).

Por otro lado, como se muestra en la Tabla 4, los resultados del análisis de correlación mostraron varias relaciones significativas entre los estilos y los usos. El tiempo de uso mostró una relación significativa y negativa con todos los estilos. El uso de redes sociales por parte de los y las adolescentes también mostró una relación positiva con todos los estilos. Asimismo, variables como las horas o la búsqueda de información cuando se usa Internet mostraron relación con todos los estilos excepto con la comunicación.

Tabla 2*Correlaciones significativas entre estilos de regulación y usos*

		Supervisión	Parar el uso de Internet	Reglas sobre uso Internet	Comunicación	Apoyo
Horas de uso	Correlación de Pearson	-,274	-,354	-,368		-,278
	Sig. (bilateral)	,022	,003	,002		,020
Tiempo de uso	Correlación de Pearson	-,385	-,355	-,394	-,304	-,423
	Sig. (bilateral)	,001	,003	<,001	,010	<,001
Buscar información	Correlación de Pearson	-,302	-,313	-,317		-,287
	Sig. (bilateral)	,011	,008	,007		,016
Uso de redes sociales	Correlación de Pearson	,609	,397	,625	,426	,568
	Sig. (bilateral)	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001
Uso de Internet para relajarse	Correlación de Pearson	-,245		-,269		
	Sig. (bilateral)	,041		,024		
Labor de educar	Correlación de Pearson				-,269	
	Sig. (bilateral)				,024	
Frecuencia con la que se orienta	Correlación de Pearson	,385		,289	,330	,324
	Sig. (bilateral)	<,001		,015	,005	,006

Por otra parte, en relación con los factores de conciliación, en la Tabla 4 se muestran las medias y la desviación típica de cada uno de ellos. Como se observa, el factor trabajo-familia es el que cuenta con una mayor media (2,67), mostrando el factor familia-trabajo una media de 1,84.

Tabla 3*Medias y desviaciones típicas de los factores de conciliación*

Factores	Medias	Desviación estándar
Trabajo-familia	2,67	1,33
Familia-trabajo	1,84	1,34

Para dar respuesta al objetivo de averiguar la influencia de la conciliación familiar y laboral y los usos sobre los estilos de regulación se realizaron regresiones lineales. El modelo propuesto incluyó la variable nivel de estudios, tiempo de uso y los dos factores de la dimensión de conciliación familiar y laboral. El modelo resultó significativo a la hora de predecir el estilo de regulación “parar el uso de Internet” ($F(4,55) = 4.89$; $p = .002$) explicando un 21% de la varianza. En concreto, un alto nivel de percepción de tiempo de uso de Internet y de dificultades de conciliación familia-trabajo predicen un menor uso del estilo de regulación “parar el uso de Internet”. Asimismo, el modelo también resultó significativo para el estilo “reglas de uso” ($F(4,55) = 4.64$; $p = .003$), explicando el 26% de la varianza. De forma específica, al igual que en el factor anterior,

el tiempo de uso y los problemas de conciliación familia-trabajo predicen un menor nivel del estilo reglas sobre el uso de Internet (ver Tabla 5).

Tabla 4

Coefficientes estandarizados de regresión y nivel de probabilidad de elementos del uso y de la conciliación familiar y laboral sobre los estilos de regulación

	Parar el uso de Internet		Reglas sobre uso Internet	
	Beta	Sig.	Beta	Sig.
Estudios	,080	,505	-,032	,789
Tiempo	-,436	<,001	-,407	,001
Trabajo-familia	,167	,201	,147	,264
Familia-trabajo	-,287	,030	-,288	,030

6. Discusión y Conclusiones

El presente estudio examina la percepción que tienen los padres y las madres sobre el uso que hacen sus hijos e hijas de Internet y su relación con la conciliación laboral y familiar. Los resultados han mostrado que a las personas encuestadas les preocupa el uso excesivo que realizan sus hijos e hijas de Internet. Asimismo, ha quedado demostrado que el estilo de regulación más común es la calidez parental, debido a que la conciliación entre el trabajo y la vida familiar impacta negativamente en los estilos de control parental.

En relación con el primer objetivo, en el que se pretendía contrastar los tipos de uso que realizan los y las adolescentes en Internet y su relación con las variables sociodemográficas, al igual que los datos del informe EU Kids Online (Smahel et al., 2020), se ha detectado por parte de los y las adolescentes una preferencia por realizar actividades de ocio en línea (trabajos académicos, visualización de vídeos y/o juegos).

Además, se observó que la frecuencia con la que los padres y las madres orientan a sus hijos e hijas con respecto a los contenidos convenientes para su edad es mayor en las familias monoparentales que en las biparentales. Sin embargo, Solano y Viñarás (2013) afirman que los padres y las madres deben anticiparse a las inquietudes de sus hijos e hijas y fomentar el diálogo sobre el uso de las nuevas tecnologías. Esto podría ser esencial para mitigar el fuerte impacto de las tecnologías desde una edad temprana y asegurar un equilibrio saludable entre la interacción social real y la virtual, algo que las familias biparentales se demostró que hacen menos.

Asimismo, con respecto a la cantidad de hijos e hijas que tienen las familias, los resultados mostraron que aquellos padres y aquellas madres que tienen un mayor número

de hijos o hijas se comunican menos con ellos/as. Por el contrario, los padres y las madres que piensan que los y las adolescentes utilizan Internet por aburrimiento son aquellos que tienen un menor número de hijos o hijas. Esto se relaciona con el estudio de Duimel y de Haan (2007), quienes encontraron una relación negativa entre el número de hijos y el nivel de control ejercido por los progenitores. Según los hallazgos de Godoy (2017), los padres y madres con mayor cantidad de hijos o hijas no pueden concentrar tanto su atención en cada uno de ellos/as, ya que deben dividirla entre todos/as.

En cuanto al segundo objetivo, de analizar los estilos de regulación y su relación con las variables sociodemográficas y con los usos, el estilo de regulación “supervisión” por parte de los padres y de las madres se ha observado que se relaciona con la mayoría de los usos. En este sentido, los estudios de Plaza (2018) y Soh et al. (2018) complementan esta observación al señalar que los y las adolescentes reconocen la importancia de que sus padres supervisen el uso de las tecnologías. Esta supervisión, según los estudios, contribuye significativamente a disminuir la adicción tecnológica, especialmente en edades tempranas. Así, se destaca la relevancia de la supervisión parental como un factor crucial en la regulación y uso saludable de la tecnología entre los y las adolescentes.

Sin embargo, desde los resultados descritos se mostraron diferencias significativas entre la variable de apoyo y el nivel de estudios, siendo los padres y las madres con niveles bajos de estudios los que brindaban menos apoyo hacia sus hijos e hijas. Esto queda evidenciado en estudios como los de McLaren y Zappala (2002) y Razeto (2016), en donde se demuestra que las familias con bajos recursos, o con una menor formación educativa, suelen tener menor capacidad de apoyar a sus hijos e hijas. Esto ocurre porque las familias en situación de vulnerabilidad no se encuentran distribuidas de manera equitativa, ya que el nivel educativo y/o la pobreza impactan en el desarrollo y el abandono escolar de niños, niñas y adolescentes.

Este comportamiento, tal y como mencionan Kawabe et al. (2019), repercute negativamente en los niños y las niñas, quienes a su vez tendrán malos resultados académicos, aislamiento social e incluso tenderán a dormir menos al pasar más tiempo con las tecnologías. Jadue (2003) también indica que los estudiantes provenientes de familias con bajo nivel socioeconómico y cultural tienen un mayor riesgo de enfrentar problemas, tanto en su desempeño académico como en su vida personal, debido al entorno en el que crecen.

Asimismo, este bajo nivel de apoyo que realizan los padres y las madres con bajos niveles de estudios podría estar relacionado con la brecha digital, ya que los progenitores tienen menos competencias, tecnológicamente hablando, que los y las adolescentes (Carrasco et al., 2017; Solano y Viñarás, 2013).

Por último, el tercer objetivo pretendía analizar la influencia de la conciliación familiar y laboral y los usos sobre los estilos de regulación. Los resultados mostraron que las familias que tienen problemas de conciliación laboral y familiar van a tener un menor uso de control parental hacia sus hijos e hijas, lo que significa que no encontrarían ese equilibrio entre las responsabilidades laborales y la atención hacia los y las adolescentes que menciona López (2013).

Aquellos padres y aquellas madres que tienen una alta percepción del tiempo de uso de Internet por parte de sus hijos e hijas, pero que tienen dificultades de conciliación entre la familia y el trabajo se relacionan con un menor uso del estilo de “parar el uso de Internet” y también con un menor estilo relacionado con las “reglas de uso de Internet”. Esos resultados significativos, tal y como indican Martínez y de Andrés (2011), pueden tener efectos negativos en los niños y en las niñas, ya sean físicos, emocionales o en el centro educativo, entre otros.

Además, como señalan Martínez-Pampliega y Ugarte (2011), cuando el clima familiar se ve afectado por la conciliación laboral, el estilo de disciplina parental se vuelve más negativo e inconsistente. Esta alteración en el ambiente familiar subraya la importancia de la calidad en las interacciones, más allá de la cantidad de tiempo que se pasa juntos. Aunque a menudo estos dos conceptos están relacionados, esta repetida falta de personas a las que acudir, especialmente en situaciones estresantes, está relacionada con un cierto vacío emocional en los niños y en las niñas.

Asimismo, de acuerdo con lo descrito en el estudio de Pucuji y Cañizares (2023), hay ocasiones en las que debido a la conciliación laboral y familiar los padres y las madres no pueden prestar suficiente atención a las necesidades de sus hijos e hijas, tal y como se muestra en los resultados obtenidos. Esto acabará condicionando el estilo educativo que ejerzan los progenitores, debido al poco control que tendrán ante las conductas inapropiadas.

En este contexto de poca atención y supervisión parental resalta el impacto de la conciliación en la regulación de las nuevas tecnologías, un factor relevante a considerar,

ya que una mejor conciliación podría permitir a los padres supervisar y guiar de manera más efectiva el uso de estas tecnologías por parte de sus hijos.

Limitaciones

Los hallazgos obtenidos podrían haber permitido una mayor generalización a medida que se hubiese ampliado la muestra o contar con una mayor diversidad de la misma, algo que hubiera aportado también mayor solidez a los resultados finales.

Asimismo, sería importante incluir otros elementos descriptivos del entorno familiar, como el grado de competencia que poseen los padres y las madres en el uso de internet. Se puede anticipar que, cuanto mayor sea la disparidad entre los conocimientos de los hijos e hijas y los de los padres y madres, más complicado resultará para estos últimos desempeñar la función de regulación en el contexto educativo familiar.

En futuras investigaciones podría ser interesante conseguir la muestra a través de centros educativos, lo que facilitaría no solo la recogida de datos en la investigación, sino que también permitiría acceder a grupos más representativos y diversos de participantes. Trabajar con centros educativos permitiría acceder a una amplia variedad de contextos socioeconómicos y culturales, algo crucial para asegurar que los resultados de la investigación sean aplicables a una población más amplia.

Este trabajo podría continuar abriendo líneas de estudio si se hiciera un seguimiento con los padres y las madres, para conocer si los estilos de regulación cambian con respecto al uso de las nuevas tecnologías por parte de los niños y las niñas.

Además, podría ser interesante conocer la percepción que tienen los hijos y las hijas con respecto a la regulación que hacen sus padres y madres del uso de Internet, ya que en este estudio solo se llega a conocer la opinión de los progenitores.

Implicaciones prácticas

Este estudio resalta importantes implicaciones prácticas, destacando cómo los padres y las madres han creado escenarios educativos para regular el uso de Internet, a pesar de ser un ámbito de socialización relativamente nuevo.

Es crucial ayudar a los padres a reflexionar sobre varios aspectos fundamentales de esta regulación. Primero, deben considerar las decisiones sobre dónde y con quién sus hijos acceden a Internet. Segundo, es importante que evalúen sus actitudes respecto a su

rol en esta regulación. Finalmente, deben analizar sus motivos para permitir que sus hijos usen Internet. Estos elementos son esenciales para que los padres puedan guiar adecuadamente a sus hijos en el mundo digital.

Conclusiones

Atendiendo a los objetivos que se fijaron para realizar esta investigación se puede concluir que la mayoría de los y las adolescentes hacen un uso diario de los dispositivos electrónicos, mayoritariamente realizando trabajos académicos o con actividades de ocio, pasando horas en frente de las pantallas.

Aunque los padres y las madres consideran que el tiempo que pasan sus hijos e hijas es excesivo y la preocupación es alta, la gran mayoría considera que la educación del uso de Internet debe ser a través de los progenitores.

Por último, analizados los estilos de regulación de los padres y de las madres, se pudo observar que existe mayor calidez parental que control parental. Con respecto a la conciliación laboral y familiar, esta tiene influencia negativa en estilos de control parental, pero no en los de calidez, por lo que la poca conciliación que tienen los padres y las madres hace que no puedan controlar las reglas de uso por parte de sus hijos e hijas, pero sí mostrarles apoyo y comunicación.

7. Referencias

- Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e Internet en adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.
<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001>
- Álvarez, M., Torres, A., Rodríguez, E., Padilla, S. y Rodrigo, M. J. (2013). Attitudes and parenting dimensions in parents' regulation of Internet use by primary and secondary school children. *Computers & Education*, 67, 69–78.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2013.03.005>
- Aroca, C. y Cánovas, P. (2012). Los estilos educativos parentales desde los modelos interactivo y de construcción conjunta: revisión de las investigaciones. *Teoría De La Educación. Revista Interuniversitaria*, 24(2), 149-176.
<https://doi.org/10.14201/10359>
- Carrasco, F., Droguett, R., Huaiquil, D., Navarrete, A., Quiroz, M. J. y Binimelis, H. A. (2017). El uso de dispositivos móviles por niños: entre el consumo y el cuidado familiar. *Revista CUHSO*, 27(1), 108-137.
<http://dx.doi.org/10.7770/cuhso-v27n1-art1191>
- Chiang, M. M., Rivera, M. J. y Hidalgo, J. P. (2022). Work-family conciliation, its effect on organizational commitment and job satisfaction in chilean municipalities. *Cuadernos de administración*, 38(72), 1-16.
<https://doi.org/10.25100/cdea.v38i72.11123>
- Colás, P.; González, T. y de Pablos, J. (2013). Juventud y redes sociales: motivaciones y usos preferentes. *Comunicar*, 20(40), 15-23.
<http://dx.doi.org/10.3916/C40-2013-02-01>
- De la Torre, M. J., García, M. C. y Casanova, P. F. (2014). Relationship between Parenting Styles and Aggressiveness in Adolescents. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(1), 147-170.
<http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.32.13118>
- Decreto 5/2023, de 28 de junio, por el que se adoptan y prorrogan determinadas medidas de respuesta a las consecuencias económicas y sociales de la Guerra de Ucrania, de apoyo a la reconstrucción de la isla de La Palma y a otras situaciones de vulnerabilidad; de transposición de Directivas de la Unión Europea en materia de

modificaciones estructurales de sociedades mercantiles y conciliación de la vida familiar y la vida profesional de los progenitores y los cuidadores; y de ejecución y cumplimiento del Derecho de la Unión Europea. *Boletín Oficial del Estado*. España, 29 de junio de 2023. Núm. (154), pp. 1–206.

Duimel, M. y de Haan, J. (2007). *Nieuwe links in het gezin*. Sociaal en Cultureel Planbureau. <http://dx.doi.org/10.48592/906>

Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.
<https://doi.org/10.20882/adicciones.196>

Fleta, J. y Olivares, J. L. (2009). Adolescencia y adicción a las nuevas tecnologías. *Boletín de la Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, 39(3), 84-90.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7244193>

Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1997). Relation of work–family conflict to health outcomes: A four-year longitudinal study of employed parents. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 70(4), 325-335.
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.1997.tb00652.x>

Gabelas, J. A. y Lazo, C. M. (2008). Modos de intervención de los padres en el conflicto que supone el consumo de pantallas. *Revista Latina de Comunicación Social*, (63), 238-252. <https://doi.org/10.4185/RLCS-63-2008-763-238-252>

Godoy, M. J. (2017). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en familias numerosas y no numerosas*. [Trabajo de Fin de Máster, Universidad de Comillas].
<http://hdl.handle.net/11531/23226>

Gómez, V. y Jiménez, A. (2015). Corresponsabilidad familiar y el equilibrio trabajo-familia: medios para mejorar la equidad de género. *Polis, Revista Latinoamericana*, 14(40), 377-396.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682015000100018>

Haslam, D., Filus, A., Morawska, A., Sanders, M. R. y Fletcher, R. (2015). The Work-Family Conflict Scale (WAFCS): Development and initial validation of a self-report measure of work-family conflict for use with parents. *Child Psychiatry & Human Development*, 46, 346-357. <http://dx.doi.org/10.1007/s10578-014-0476-0>

- Inda, M., Fernández, C. M. y Viñuela, M. P. (2023). Parental educational styles from parent's and children's perspectives. *Bordón*, 75(3), 85-101.
<https://doi.org/10.13042/Bordon.2023.94551>
- Iriarte, F. (2007). Los niños y las familias frente a las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TICS). *Psicología desde el Caribe*, (20), 208-224.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21302010>
- Jadue, G. (2003). Transformaciones familiares en Chile: riesgo creciente para el desarrollo emocional, psicosocial y la educación de los hijos. *Estudios Pedagógicos*, (29), 115-126. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052003000100008>
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Oka, Y. y Ueno, S. (2019). Association between Sleep Habits and Problems and Internet Addiction in Adolescents. *Psychiatry Investigation*, 16(8), 581-587. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.03.21.2>
- Kirwil (2009). Parental Mediation Of Children's Internet Use In Different European Countries. *Journal of Children and Media*, 3(4), 394-409.
<https://doi.org/10.1080/17482790903233440>
- Kuss, D. J., van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D. y van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(2), 1987-1996. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.002>
- Ley 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras. *Boletín Oficial del Estado*. España, 6 de noviembre de 1999. Núm. (266), pp. 38934-38942.
<https://www.boe.es/eli/es/l/1999/11/05/39>
- Lindenberg, K., Kindt, S. y Szász-Janocha, C. (2020). *Internet Addiction in Adolescents: The PROTECT Program for Evidence-Based Prevention and Treatment*. Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-3-030-43784-8>
- López, M. J. (2013). *La conciliación de la vida laboral y familiar en España: Una oportunidad para promover y proteger los derechos de la infancia*. Save the children. <https://lc.cx/BsaVRV>
- Lorente, S. (2002). Juventud y teléfonos móviles: algo más que una moda. *Revista Estudios de Juventud*, (57), 9-24. <https://lc.cx/ZLyNxa>

- Marchena, R. (2022). *Estilos educativos y resolución de conflictos* [diapositivas de PowerPoint]. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
<https://www.ulpgc.es/campusvirtual>
- Martín, J. C., Alemán, J., Marchena, R. y Santana, R. (2015). Educación parental y competencias parentales para prevenir el abandono escolar temprano. *Bordón*, 67(4), 73-92. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2015.67402>
- Martínez, R. y de Andrés E. (2011). *Impacto de la conciliación de la vida familiar y laboral sobre el bienestar de la infancia*. Fundación Másfamilia.
<https://lc.cx/jwL2LR>
- Martínez-Pampliega, A. y Ugarte, I. (2011). Estilos educativos y bienestar psicológico de los adolescentes. Importancia de la conciliación entre la vida laboral y familiar. *Familia*, (43), 135-144. <https://summa.upsa.es/pdf.vm?id=30612&lang=es>
- Martinez-Roig, R., Domínguez-Santos, A. y Sirignano, F. M. (2023). La tecnoferencia en el ámbito familiar. La percepción de los padres en torno al uso del teléfono móvil y las interacciones con los hijos. *Research in Education and Learning Innovation Archives*, (31), 66-80. <https://doi.org/10.7203/realia.31.27160>
- McLaren, J. y Zappala, G. (2002). The 'Digital Divide' among financially disadvantaged families in Australia. *First Monday*, 7(11). <https://doi.org/10.5210/fm.v7i11.1003>
- Montoya, Y. D. V., Castro, J. C. y Bonilla, M. H. (2018). Más allá del control parental: redefiniendo a la familia digital. *Cultura digital*, 1-10. <https://lc.cx/jV-ztH>
- Moya, A. M. (2009). Las nuevas tecnologías en la educación. *Innovación y experiencias educativas*, (24), 1-9. <https://lc.cx/iWPCJt>
- Nielsen, P., Favez, N. y Rigter, H. (2020). Parental and Family Factors Associated with Problematic Gaming and Problematic Internet Use in Adolescents: a Systematic Literature Review. *Current Addiction Reports*, 7, 365-386.
<https://doi.org/10.1007/s40429-020-00320-0>
- Padilla, S., Rodríguez, E., Álvarez, M., Torres, A., Suárez, A. y Rodrigo, M. J. (2015). The influence of the family educational scenario on Internet use of primary and secondary school children / La influencia del escenario educativo familiar en el

- uso de Internet en los niños de primaria y secundaria. *Journal for the Study of Education and Development*, 38(2), 402–434.
<https://doi.org/10.1080/02103702.2015.1016749>
- Plaza, J. (2018). Ventajas y desventajas del uso adolescente de las TIC: visión de los estudiantes. *Revista Complutense de Educación*, 29(2), 491-508.
<http://dx.doi.org/10.5209/RCED.53428>
- Pucuji, K. G. y Cañizares, L. A. (2023). Importancia de los estilos de crianza para padres de familia de educación inicial. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 3(21), 1-18. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i3.3605>
- Razeto, A. (2016). El involucramiento de las familias en la educación de los niños. Cuatro reflexiones para fortalecer la relación entre familias y escuelas. *Páginas De Educación*, 9(2), 190–216. <https://doi.org/10.22235/pe.v9i2.1298>
- Rial, A., Golpe, S., Gómez, P. y Barreiro, C. (2015). Variables related with problematic Internet use among adolescents. *Health and Addictions*, 15(1), 25-38.
<https://doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>
- Roca, C. (2019). Adicción a las Tecnologías: Adolescencia, familias y Trabajo Social. Revisión teórica del fenómeno. *AZARBE, Revista Internacional de Trabajo Social y Bienestar*, (8), 71-80. <https://doi.org/10.6018/azarbe.395081>
- Rodríguez, M. V., Martín, J. C. y Alemán, P. F. (19-20 de noviembre de 2020). *Función educativa de la parentalidad y la tecnología digital: propuestas para el desarrollo de las competencias digitales desde el padre. Una revisión narrativa*. VII Jornadas Iberoamericanas de Innovación Educativa en el Ámbito de las TIC y las TAC, Las Palmas de Gran Canaria. <http://hdl.handle.net/10553/76435>
- Rosen, L. D., Cheever, N. A. y Carrier, L. M. (2008). The association of parenting style and child age with parental limit setting and adolescent MySpace behavior. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 459–471.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.005>
- Sánchez, P., Andrés, C. y Paredes, J. (2018). El papel de la familia en el desarrollo de la competencia digital. Análisis de cuatro casos. *Digital Education Review*, (34), 44-58. <https://doi.org/10.1344/der.2018.34.44-58>

- Sicre, L. (25 de agosto de 2023). *Conciliación familiar y laboral: qué es, medidas y novedades*. Wolters Kluwer. <https://lc.cx/4PFInd>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S. y Hasebrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids Online. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo>
- Soh, P. C-H., Chew, K. W., Koay, K. Y. y Ang, P. H. (2018). Parents vs peers' influence on teenagers' Internet addiction and risky online activities. *Telematics and Informatics*, 35(1), 225-236.
<https://doi-org.accedys2.bbt.ull.es/10.1016/j.tele.2017.11.003>
- Solano, M. y Viñarás, M. (2013). *Las nuevas tecnologías en la familia y la educación: retos y riesgos de una realidad inevitable*. CEU Ediciones.
- Stockdale, L. A., Porter, C. L., Coyne, S. M., Essig, L. W., Booth, M., Keenan-Kroff, S., y Schvaneveldt, E. (2020). Infants' response to a mobile phone modified still-face paradigm: Links to maternal behaviors and beliefs regarding technofence. *Infancy*, 25(5), 571–592. <https://doi.org/10.1111/infa.12342>
- Torío, S., Peña, J. V. y Rodríguez, M. C. (2008). Estilos educativos parentales. Revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría De La Educación. Revista Interuniversitaria*, 20, 151-178. <https://doi.org/10.14201/988>
- Valcke, M., Bonte, S., De Wever, B. y Rots, I. (2010). Internet parenting styles and the impact on Internet use of primary school children. *Computers & Education*, 55(2), 454–464. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2010.02.009>
- Wisniewski, P., Kumar, A., Xu, H., Beth, M. y Carroll, J. M. (25 de febrero-1 de marzo de 2017). *Parental Control vs. Teen Self-Regulation: Is there a middle ground for mobile online safety?* CSCW '17: Proceedings of the 2017 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing, Portland, USA.
<https://doi.org/10.1145/2998181.2998352>