

Impacto del ciberostracismo sobre la ansiedad social y uso de Internet en estudiantes universitarios

Impact of cyber-ostracism on social anxiety and Internet use in university students

Cristina López-Ráez ¹ 

Daniel Falla ¹ 

Eva M. Romera ¹ 

¹ Universidad de Córdoba, Spain

* Autor/a de correspondencia. E-mail: daniel.falla@uco.es

Cómo referenciar este artículo/ How to reference this article:

López-Ráez, C., Falla, D., & Romera, E. M. (2025). Impacto del ciberostracismo sobre la ansiedad social y uso de Internet en estudiantes universitarios [Impact of cyber-ostracism on social anxiety and Internet use in university students]. *Educación XX1*, 28(1), 87-102. <https://doi.org/10.5944/educxx1.39706>

Fecha de recepción: 27/01/2024

Fecha de aceptación: 15/06/2024

Publicado online: 07/01/2025

RESUMEN

El uso de las Tecnologías en la Relación, la Información y Comunicación (TRIC) ha cambiado la manera en que los estudiantes universitarios interactúan y se relacionan entre sí, dando lugar a experiencias tanto positivas como negativas, en las que han de enfrentarse a ciberconductas de riesgo. El ciberostracismo es una forma de exclusión social en el espacio virtual que conlleva sentimientos de ansiedad social y que puede darse en estudiantes universitarios, provocando consecuencias perniciosas. Sin embargo, aún no se ha explorado lo suficiente si este sentimiento puede relacionarse con un aumento del uso de Internet al percibir la exclusión online. Tomando este reto como foco, el objetivo de este trabajo es conocer la asociación entre el ciberostracismo y la ansiedad social, así como el posible

efecto indirecto del uso de Internet. En el estudio participaron un total de 1605 estudiantes de diferentes universidades españolas, con edades comprendidas entre los 17 y 25 años ($M = 19.59$, $DT = 1.75$), siendo 66.3% mujeres, el 31.7% hombres y el 2% no indicó su género. Se utilizaron diferentes instrumentos: Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI), Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (SAS-A) y Escala de Experiencia de Ciberostracismo para Adolescentes. Los análisis estadísticos incluyeron la prueba t Student y el análisis de mediación con la macro PROCESS. Los resultados indicaron que los hombres mostraron mayores niveles de ciberostracismo, mientras que en ansiedad social puntuaron más alto las mujeres. El ciberostracismo se asoció con mayor ansiedad social entre estudiantes universitarios, mediado por el uso de Internet. Se discute cómo esta forma de ostracismo virtual continúa progresando y afectando a estudiantes de educación superior y cómo el uso de Internet puede aumentar el riesgo de ansiedad social en víctimas de ciberostracismo. Estos hallazgos tienen importantes implicaciones prácticas en futuros programas de prevención e intervención.

Palabras clave: ansiedad social, exclusión social, redes sociales, ciberostracismo, educación superior

ABSTRACT

The use of Relationship, Information and Communication Technologies (RICTs) has changed the way in which university students interact and relate to each other, giving rise to both positive and negative experiences, in which they must deal with risky cyber-behavior. Cyber-ostracism is a form of social exclusion in the virtual space that leads to feelings of social anxiety and that can occur in university students, causing harmful consequences. However, it has not been sufficiently explored whether this feeling can be related to an increase of Internet use due to perceived online exclusion. Focusing on this, the aim of this paper is to find out the association between cyber-ostracism and social anxiety, as well as the possible indirect effect of Internet use. A total of 1605 students from different Spanish universities participated in the study, aged between 17 and 25 years old ($M = 19.59$, $SD = 1.75$), where 66.3% were women, 31.7% men and 2% did not indicate their gender. The Internet-Related Experiences Scale (CERI), the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A) and the Cyber-ostracism Experience Scale for Adolescents were used. Statistical analyses included Student's t -test and mediation analysis with the macro PROCESS. Results indicated that men showed higher levels of cyber-ostracism, while women scored higher levels of social anxiety. Cyber-ostracism was related with a higher social anxiety among university students, associated to Internet use. We discuss how this form of virtual ostracism continues to increase and how it affects students of higher education. We also discuss how Internet use may increase the risk of social anxiety in victims of cyber-ostracism. These findings have important implications for future prevention and intervention programs.

Keywords: social anxiety, social exclusion, social networking, cyber-ostracism, higher education

INTRODUCCIÓN

La etapa universitaria es un periodo importante y crítico para el desarrollo personal y social de los estudiantes, pero también de cierta vulnerabilidad y fragilidad (Lohner & Aprea, 2021). Específicamente, esta etapa se caracteriza por la búsqueda constante del bienestar y está vinculada a la exploración de nuevas relaciones sociales (Silke et al., 2018). Los vínculos que se crean entre iguales y la percepción de pertenencia al grupo van a ser clave en el estado y funcionamiento psicológico de los individuos (Eisenberger et al., 2003). En este sentido, la fuerte presencia de las Tecnologías en la Relación, la Información y Comunicación (TRIC) ha cambiado la forma de relacionarse. El uso de Internet y las redes sociales se ha convertido en una herramienta fundamental en la vida de los jóvenes universitarios (Valerio & Serna, 2018). Sin embargo, así como el uso de Internet puede ayudar a tener experiencias satisfactorias durante su conexión, también puede generar desafíos y dificultades en las relaciones interpersonales (Pyżalski, 2023). La gestión de las relaciones sociales a través de Internet puede facilitar o generar comportamientos de exclusión, en los que la persona es ignorada por los demás, como es el caso del ciberostracismo u ostracismo en línea (Galbava et al., 2021).

El ciberostracismo es una forma de exclusión social en el espacio virtual (Williams & Nida, 2016). Esta ciberconducta no solo puede manifestarse a partir de una falta de interacción social, sino también cuando las personas no reciben la retroalimentación esperada o deseada durante su conexión a través de redes sociales o de otros entornos en línea (Galbava et al., 2021). Este fenómeno se manifiesta entre usuarios y usuarias de todo el mundo, incluida la población joven que ingresa a la educación superior, particularmente durante su primer año académico (Smith et al., 2017). Algunos estudios realizados sobre el ciberostracismo en jóvenes universitarios no han detectado diferencias significativas de género en dicha población (Abrams et al., 2011; Tang & Duan, 2021), a diferencia de lo observado en la adolescencia, donde se evidencian puntuaciones más elevadas de ciberostracismo en chicos que en chicas (Niu et al., 2018).

Si bien el ciberostracismo se configura como una ciberconducta social desagradable, que afecta de forma negativa a la salud mental de quienes lo padecen (Williams & Nida, 2016), los trabajos previos han señalado que cualquier forma de ciberostracismo, incluso las más esporádicas, son dolorosas y tienen consecuencias en las víctimas, pudiendo afectar a su conexión social, así como a su estado anímico (Galbava et al., 2021). Ser excluido o ignorado puede producir sentimientos de ansiedad, asociados con la sensibilidad de la pérdida de estatus (Azoulay & Gilboa-Schechtman, 2022), y con el bienestar social del individuo (Silke et al., 2018). Dados los resultados de estas investigaciones, es esperable que la exclusión y la soledad que provoca el ciberostracismo puedan impulsar la búsqueda de apoyo social

en las redes sociales para compensar el impacto de este tipo de ciberconducta, incrementando por ello las horas de conexión a Internet (O'Day & Gross, 2021) y a su vez generar una mayor ansiedad social. En definitiva, explorar los efectos de este tipo de ciberconducta que merma el bienestar de quienes son excluidos es objetivo de esta investigación, dirigida a examinar si el abuso del tiempo dedicado a Internet por motivos de ciberostracismo puede estar asociado con episodios de ansiedad social en una etapa educativa en la que se construyen nuevas redes y vínculos sociales.

CIBEROSTRACISMO Y ANSIEDAD SOCIAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Las personas, y en mayor medida los jóvenes, sienten la necesidad de estar conectados en diferentes redes sociales (Giraldo-Luque & Fernández-Rovira, 2020). Esta necesidad de conexión con otras personas se ve dañada cuando se ven excluidas o ignoradas socialmente (Smith et al., 2021). Un estudio llevado a cabo con medidas de neuroimagen mostró que el ser excluido activaba las mismas áreas del cerebro que las del dolor físico, y no como consecuencia del rechazo en sí, sino por verse afectado el sentido de pertenencia (Eisenberger et al., 2003). Según la teoría de la identidad de Hogg (2007), esta necesidad de pertenencia hace sentir al ser humano como una parte útil y activa del grupo, además, consigue crear lazos afectivos que generan actitudes positivas hacia el grupo y calma los sentimientos de ansiedad social y de incertidumbre (Videla et al., 2023). Por tanto, las personas que son excluidas del grupo sufren, tanto física como psicológicamente, cuando se ven privadas de esas conexiones (Wesselmann et al., 2022). El dolor social causado por ser excluido o ignorado aumenta el afecto negativo, provocando sentimientos de ansiedad en los individuos que la sufren (Wolf et al., 2015).

La ansiedad social es considerada como el temor intenso o persistente a ser observado y juzgado negativamente por los demás (National Institute of Mental Health, 2022). Este trastorno está asociado con la sensibilidad a la pérdida de estatus (Azoulay & Gilboa-Schechtman, 2022). Según la teoría tridimensional de Lang (1968), la ansiedad social surge a través de un sistema de respuesta tridimensional (cognitiva, fisiológica y conductual), extensible o válido al resto de emociones. La primera dimensión de este sistema se relaciona con el miedo a ser evaluado o juzgado por los demás. La segunda dimensión, la fisiológica, puede provocar momentos de inquietud y angustia que pueden ir acompañados de síntomas corporales. Mientras la tercera dimensión, la conductual, hace referencia a los movimientos o acciones que realiza el individuo cuando sufre ansiedad social, tanto de forma involuntaria (tics o tartamudeo) como de forma voluntaria (por ejemplo: abuso de alcohol o drogadicción, etc.) (Cano-Vindel et al., 2020). Varios estudios confirmaron que dicho trastorno ocurre con más frecuencia en mujeres

que en hombres, obteniendo puntuaciones más altas en adolescentes y en jóvenes emergentes (Hawes et al., 2020).

En el ámbito universitario, etapa en la que se configuran nuevas redes sociales y en las que la conexión con un amplio número de grupos se convierte en un elemento importante en sus relaciones interpersonales, el ciberostracismo es uno de los riesgos que genera mayores niveles de ansiedad social (Lin et al., 2017). El efecto de la exclusión social en la salud mental de los jóvenes universitarios se ve incrementado por las propias características del contexto online, que permiten que el daño sea asincrónico, anónimo y con falta de pistas sociales, promoviendo que la agresión pueda ser ilusoria o irreal y pueda continuarse en la imaginación, aumentando los sentimientos de ansiedad social (Wolf et al., 2015). Sin embargo, la mayoría de los trabajos con población universitaria se han centrado en otras formas de maltrato online como es el cyberbullying, que alude a diferentes formas de violencia a través de la pantalla, además de la exclusión (Souza et al., 2022). En cambio, son escasas las investigaciones en el ámbito universitario que se focalizan en este tipo de ciberconducta específica y, además, los pocos trabajos realizados sobre ciberostracismo utilizaron muestras muy concretas, como en el estudio de Akçay y Kayis (2023), que se realizó con futuros docentes y en una única universidad. Por tanto, es necesario continuar explorando los efectos del ciberostracismo en el comportamiento y bienestar de los jóvenes universitarios que lo padecen, utilizando para ello un amplio número de participantes de diferentes regiones y de diferentes titulaciones, lo que permitiría comprender con mayor profundidad un fenómeno poco explorado.

El efecto mediador del uso de Internet entre las personas jóvenes

Se ha demostrado cómo el uso de Internet impacta en el bienestar de las personas (Páez et al., 2019). Cada vez son más los jóvenes que hacen uso de Internet y de las redes sociales, utilizándolo como principal medio de comunicación (Stockdale & Coyne, 2020). Estudios nacionales señalan que los jóvenes de entre 16 y 24 años, con un 99.7% en hombres y un 99.8% en mujeres hacen uso de Internet (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2022). Si bien el uso de Internet ha facilitado las interacciones interpersonales, también ha generado la necesidad de estar conectado continuamente para no quedarse al margen de lo ocurre en el mundo online (Milán, 2018).

El alto nivel de competencia con las tecnologías digitales ha ocasionado un aumento en las horas de conexión de los jóvenes, en ocasiones, con el objetivo de impulsar la búsqueda de apoyo social (O'Day & Gross, 2021). Esto parece aumentar durante el primer año académico universitario, en el que los jóvenes pueden encontrarse en un periodo inestable y de transición (Smith et al., 2017).

Según Poon (2018), las personas que sufren exclusión social tienen una capacidad limitada para controlar sus impulsos, pudiendo llegar a emplear una gran cantidad de su tiempo navegando por Internet. A ello se une que la exclusión social altera la manera en que una persona procesa la información, motivándole a cambiar su conducta con el fin de buscar aceptación entre sus iguales (Kawamoto et al., 2015). Los problemas de exclusión y aislamiento sufridos pueden inducir a la búsqueda activa de respaldo social a través de redes sociales, con el objetivo de compensar su carencia, lo que a su vez se traduce en un aumento de horas de conexión a Internet (O'Day & Gross, 2021) y de los problemas asociados, como la ansiedad social. En esta línea, algunos autores hallaron que el uso abusivo de Internet influye en determinadas características relacionadas con el bienestar de los estudiantes como la ansiedad social (Romero-Rodríguez et al., 2021). Las personas con ansiedad social encuentran en Internet un refugio donde poder encontrar apoyo social, por lo que explorar el efecto mediador del uso problemático de Internet es uno de los objetivos de estudio de este trabajo. Conocer el impacto del ciberostracismo en el uso de Internet en los jóvenes universitarios aportará claves importantes para reducir los efectos en los niveles de ansiedad de quienes son víctimas de este tipo de ciberconductas.

Objetivos e hipótesis del estudio

Los objetivos de este estudio son: (1) analizar la relación entre el ciberostracismo y la ansiedad social, y (2) explorar el efecto de mediación que tiene el uso de Internet en la relación entre el ciberostracismo y la ansiedad social en estudiantes universitarios.

Para ello, se propusieron las siguientes hipótesis:

- (H1) Existirá relación entre el ciberostracismo y la ansiedad social. Esta hipótesis está basada en resultados previos que señalan que aquellas personas que son excluidas socialmente durante sus interacciones pueden experimentar una combinación de emociones negativas, generando sentimientos de ansiedad social (Akçay & Kayış, 2023).
- (H2) El uso de Internet tendrá un efecto indirecto entre ciberostracismo y ansiedad social, de acuerdo con estudios previos que subrayan que el uso de Internet puede generar un posible aumento de estrés, ansiedad y falta de comunicación e interacción social (Romero-Rodríguez et al., 2021).

MÉTODO

Participantes

El presente trabajo utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia (Singleton & Straits, 2004). Durante el estudio participaron un total de 1605 estudiantes de diferentes universidades españolas. Hubo una mayor presencia de mujeres, con una representatividad del 66.3%, frente al 31.7% que fueron hombres y el 2% que prefirió no indicar su género. El rango de edad del alumnado estuvo comprendido entre 17 y 25 años, siendo la media 19.59 años ($DT = 1.75$). Respecto a la rama formativa de la titulación, el 57.8% del alumnado era de ciencias sociales y jurídicas, el 12.2% de artes y humanidades, el 12.2% de ciencias de la salud, el 6.7% de ciencias y el 11.1% de ingeniería y arquitectura.

Instrumentos

Se realizaron una serie de preguntas sociodemográficas sobre género, edad y rama formativa. Además, se utilizaron las siguientes escalas:

Cuestionario de Experiencias Relacionadas con Internet (CERI), desarrollado por Beranuy et al. (2009). Este instrumento consta de 10 ítems con respuestas tipo Likert organizadas en cuatro niveles, que van desde *nunca* (1) a *bastante* (4). El cuestionario cubre dos factores: conflictos intrapersonales (ej.: «cuando no estás conectado/a a Internet, ¿te sientes agitado/a o preocupado/a?») y conflictos interpersonales (ej.: «¿te resulta más fácil o cómodo relacionarte con la gente a través de Internet que en persona?»). Dicho cuestionario obtuvo buenos índices de fiabilidad con la muestra de este estudio ($\alpha = .74$).

Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A), adaptada por Jiménez et al. (2013) de la versión original (La Greca & López, 1988). La escala contiene 18 ítems y está organizada en cinco niveles, comprendidos entre el valor *nunca* (1) y *siempre* (5). SAS-A mide los tres mismos factores que la original: miedo a la evaluación negativa (ej.: «me preocupa lo que los demás piensen de mí»), ansiedad y evitación social en situaciones nuevas (ej.: «me pone nervioso/a hablar con gente de mi edad que no conozco bien»), y ansiedad y evitación social en general (ej.: «me cuesta trabajo pedir a los demás que hagan cosas conmigo»). Este cuestionario presentó buena fiabilidad con la muestra de este estudio ($\alpha = .95$).

Cyber-ostracism Experience Scale for Adolescents (Niu et al., 2018). La escala está formada por 14 ítems, cuyas opciones de respuesta oscilan entre *nunca* (1) y *siempre* (5). La escala tiene tres dimensiones: ciberostracismo en chat personal (ej.: «no obtengo respuesta cuando intento chatear con alguien online»),

ciberostracismo en chat grupal (ej.: «pocos miembros o ninguno responde cuando comienzo una pequeña conversación en un grupo online») y ciberostracismo en espacio web personal (ej.: «no obtengo respuesta después de enviar comentarios a otros en el espacio web personal»). La fiabilidad de la escala para la muestra del estudio fue óptima ($\alpha = .92$).

Diseño y procedimiento

Se trata de un diseño *ex post facto* retrospectivo a través de un estudio transversal. En primer lugar, se contactó con diferentes docentes de varias universidades españolas, a quienes se les proporcionó información sobre el objetivo del estudio y se les pidió una posible colaboración. Posteriormente, se envió el cuestionario, junto al protocolo para su administración, al alumnado. El cuestionario en línea se realizó a través de Google Forms. En la primera página, se solicitó el consentimiento del alumnado universitario para poder realizar la encuesta. En ella se indicaba que el cuestionario cumplía con los principios éticos de la Declaración de Helsinki, sobre el anonimato, confidencialidad y voluntariedad. La duración aproximada de su realización fue de 10 a 15 minutos.

Análisis de datos

Tras la recogida de los datos, la información se procesó a través del programa estadístico IBM SPSS Statistics, en su versión 24 para Windows. Se realizaron análisis descriptivos, la prueba *t* de Student para las diferencias de género y correlaciones bivariadas para comprobar la asociación entre las variables. Posteriormente, se utilizó la macro o extensión PROCESS V.4.2 para SPSS, con la que se estandarizaron todas las variables con la finalidad de poder realizar comparaciones entre ellas, tanto de efectos directos como indirectos.

Para las hipótesis 1 y 2, se utilizó el modelo 4 de Hayes (2013), con el cual se evaluó el efecto mediador del uso de Internet en la relación entre el ciberostracismo (variable predictora) y la ansiedad social (variable dependiente). Tanto el género como la edad se utilizaron como covariables. Los efectos indirectos estuvieron interferidos por el método Bootstrapping, ya que dicho método tiene en cuenta la distribución y el tamaño de la muestra de los propios datos empíricos, considerando un intervalo como significativo si no incluye el cero. Por último, se calculó el efecto de mediación a través de la relación entre el efecto indirecto y el total (Wen & Fan, 2015).

RESULTADOS

Resultados descriptivos

La Tabla 1 muestra las medias, las desviaciones típicas, la prueba *t* de Student y el tamaño del efecto en las tres variables del estudio. Los datos indicaron que existían diferencias entre hombres y mujeres en ciberostracismo, con una media más alta en hombres, y en ansiedad social, con puntuaciones más altas en mujeres. No hubo diferencias significativas en uso de Internet (ver Tabla 1).

Tabla 1

Medias, desviaciones típicas, diferencias por género y tamaño del efecto de todas las variables de estudio

	Total		Hombres		Mujeres		t	d
	M	DT	M	DT	M	DT		
Ciberostracismo	1.70	.60	1.78	.60	1.67	.59	-3.41***	.19
Ansiedad social	2.34	.86	2.16	.76	2.41	.88	5.51***	.30
Uso de Internet	2.32	.48	2.34	.47	2.30	.49	-1.34	.08

Nota. M = media; DT = desviación típica; t = valor de la *t* de Student; d = *d* de Cohen; *** $p < .001$.

Los resultados correlacionales mostraron una asociación significativa y positiva en todas las variables a través de la correlación de Pearson. Los valores fueron: $r = .35$ en la relación entre ciberostracismo y uso de Internet; $r = .40$ entre ansiedad social y uso de Internet; y $r = .44$ entre ciberostracismo y ansiedad social.

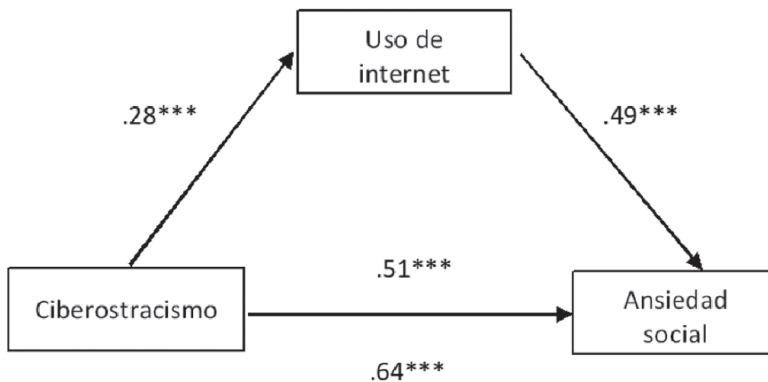
Análisis de mediación

Los análisis de mediación se llevaron a cabo utilizando el modelo 4 de Hayes (2013). Se demostró que fue significativo el efecto del ciberostracismo (variable predictora) sobre la ansiedad social (variable dependiente), mediado por el uso de Internet ($F_{(4, 1600)} = 153.734$; $R^2 = .28$; $p < .001$). En el primer paso, se identificó que existía una relación directa del ciberostracismo sobre la ansiedad social, la cual fue significativa ($\beta = .51$, $t = 15.54$, $p < .001$). En el segundo paso, se halló una relación directa y positiva del ciberostracismo sobre el uso de Internet ($\beta = .28$, $t = 14.82$, $p < .001$). En tercer lugar, se observó una relación directa del uso de Internet sobre la ansiedad social ($\beta = .49$, $t = 12.22$, $p < .001$). En último lugar se halló el efecto total de ciberostracismo sobre ansiedad social ($\beta = .64$, $t = 20.19$, $p < .001$).

Para evaluar el efecto indirecto y los Intervalos de Confianza (IC) se utilizó el procedimiento de bootstrap. Se mostró una relación positiva de efecto indirecto del ciberostracismo sobre la ansiedad social, a través del uso de Internet, siendo este efecto significativo ($\beta = 0.14$, IC 95% = [0.11, 0.17]). La mediación del uso de Internet representó el 21.45% del efecto total. La Figura 1 muestra la significación en cada una de las vías del modelo.

Figura 1

Efecto de mediación del uso de Internet sobre la relación entre ciberostracismo y ansiedad social



Nota. *** $p < .001$.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente estudio tuvo como propósito conocer el impacto del ciberostracismo en jóvenes universitarios. En primer lugar, se analizó si la exclusión social a través del espacio virtual podía relacionarse con la ansiedad social en los estudiantes de educación superior. Posteriormente, se examinó si el mayor uso de Internet podía tener un efecto mediador en esta relación. En este sentido, este tipo de conductas online, que promueven la exclusión de determinadas personas que forman el grupo, aluden a un fenómeno social desagradable que afecta negativamente al sentimiento de pertenencia durante las relaciones sociales y cuyo impacto repercute en el bienestar y la salud mental de las personas (Galbava et al., 2021). Los estudios previos habían confirmado la relación de este comportamiento online con problemas de ansiedad social en universitarios en formación, específicamente en futuros docentes (Akçay & Kayaş, 2023). Pero era necesario explorar esta asociación con una población de estudiantes más amplia y de diferentes grados

universitarios, así como conocer las posibles variables mediadoras que pueden ayudar a comprender esta conexión entre exclusión en línea y ansiedad social.

Los análisis descriptivos señalaron diferencias significativas en ansiedad social, siendo más alta en mujeres que en hombres, en consonancia con los resultados obtenidos en trabajos previos (Hawes et al., 2020). De hecho, el National Institute of Mental Health (2022) indica que la diferencia de género es más pronunciada en adolescentes y adultos jóvenes, coincidiendo con las edades de la muestra de este trabajo. Los análisis del estudio hallaron igualmente diferencias de género en ciberostracismo, siendo mayor en hombres que en mujeres, en contraste con los resultados obtenidos en otras investigaciones, en las que no se encontraron diferencias significativas de género (Tang & Duan, 2021). Estas discrepancias pueden ser debidas a que los estudios previos fueron realizados con participantes de otros países diferentes, de forma que el componente cultural pudo ejercer influencia en las diferencias de género para este tipo de exclusión online. Si bien en el presente estudio los tamaños del efecto fueron débiles, por lo que parece que el género no es una variable diferenciadora importante en ciberostracismo, al menos con estudiantes de educación superior. Tampoco se hallaron diferencias significativas de género en el uso de Internet. A pesar de su uso masivo, especialmente entre estudiantes universitarios, este trabajo coincide con los anteriores en no hallar diferencias de género en esta etapa educativa (Ramírez et al., 2020).

La hipótesis 1 fue confirmada. Los resultados obtenidos señalaron la relación positiva y significativa entre ciberostracismo y ansiedad social. Estos datos demostraron que la ansiedad social del alumnado universitario puede estar relacionada con el ciberostracismo que perciben, provocando sentimientos negativos de malestar y temor a ser juzgados o evaluados, tal y como se encontró en un estudio reciente (Akçay & Kayış, 2023). Esto puede deberse a que, cuando estas relaciones se ven afectadas por conductas de rechazo como el ciberostracismo, puede provocar en el alumnado una sensación de pérdida de conexión social (Azoulay & Gilboa-Schechtman, 2022) y generar sentimientos de ansiedad social que dañan su salud mental e interfiere en los diferentes ámbitos de su vida.

La hipótesis 2 también fue confirmada. Los resultados obtenidos demostraron una relación positiva del uso de Internet como mediador entre el ciberostracismo y la ansiedad social. Investigaciones previas habían evidenciado que una experiencia interpersonal de exclusión podía ocasionar un incremento de las horas de conexión a Internet (Poon, 2018), posiblemente para buscar nuevas relaciones o evitar sentir malestar. Los trabajos anteriores señalaban que existía una relación positiva entre el uso de Internet y la ansiedad social (Romero-Rodríguez et al., 2021). Así bien, los datos de este trabajo añaden una información valiosa sobre cómo la experiencia de exclusión social experimentada por los jóvenes universitarios que sufren ciberostracismo puede impulsarlos a buscar nuevas relaciones de amistad o a

realizar un esfuerzo por desviar su atención de dicha situación aversiva, conllevando un aumento en el uso de Internet, lo cual puede generarle una mayor ansiedad social. Por tanto, el uso de Internet acaba aumentando la relación entre ostracismo online y ansiedad social en los estudiantes universitarios.

Un aspecto interesante que se desprende de esta hipótesis es la paradoja del uso de Internet en la búsqueda de apoyo social y su impacto en el bienestar emocional. Si bien Internet proporciona una plataforma para la interacción social y la construcción de lazos afectivos, también se ha demostrado que puede contribuir a la exclusión social y al aumento de la ansiedad. Esto ilustra cómo la tecnología digital puede tener efectos tanto positivos como negativos en la vida de las personas, y destaca la importancia de abordar de manera equilibrada y consciente el uso de Internet en la sociedad moderna.

El presente estudio cuenta con algunas limitaciones que sería importante destacar para estudios futuros. Un estudio longitudinal, en lugar de transversal, permitiría conocer los efectos causales de las variables. Por ejemplo, se podría recoger información durante diferentes intervalos de tiempo, desde el primer año universitario hasta el cuarto curso, poniendo especial atención durante el primer año académico, debido a la vulnerabilidad social que sufren los jóvenes durante ese año (Smith et al., 2017) y de esta forma explorar la evolución durante los diferentes cursos universitarios. También, se propone ampliar la muestra a otros países y poder realizar estudios transculturales que permitan comparar la influencia de las variables culturales. Igualmente, sería interesante poder utilizar otros instrumentos de tipo cualitativo (entrevistas, observación, grupos focales, etc.) que permita comprender el proceso de toma de decisiones ante el sufrimiento de este tipo de ciberconducta.

En definitiva, los resultados de este estudio ofrecen una valiosa contribución al conocimiento sobre el impacto del ciberostracismo en la ansiedad social de los jóvenes universitarios, teniendo como efecto mediador el uso de Internet. Los resultados obtenidos revelan una correlación positiva y significativa entre dichas variables. El ciberostracismo conduce a una mayor ansiedad social entre los estudiantes universitarios, mediado a través del uso de Internet. Es por eso por lo que el presente estudio destaca la necesidad de ampliar la investigación sobre el ciberostracismo más allá de la etapa de la adolescencia. Es importante comprender cómo esta forma de ostracismo virtual continúa progresando durante su transición a la educación superior y el papel que juega el uso de Internet, que paradójicamente puede ser utilizado como una forma de intentar resolver la exclusión online que sienten a través del ciberespacio y en cambio, convertirse en una forma de aumentar su ansiedad social (Pyżalski, 2023).

A raíz de estos resultados, se sugiere que las universidades y otras instituciones educativas puedan tomar medidas para abordar esta problemática emergente.

La implementación de programas de concienciación y sensibilización puede desempeñar un papel fundamental en la prevención y mitigación del ciberostracismo y la ansiedad social entre los estudiantes. Estos programas podrían incluir actividades educativas de formación del profesorado y recursos de apoyo para estudiantes que experimenten situaciones de ciberostracismo y de ansiedad social. También sería importante trabajar en los programas de intervención o a través de las unidades de atención psicológica, de las propias universidades, el uso de Internet en estudiantes que están siendo excluidos por sus compañeros y compañeras, ya que un mal uso puede generarles unos mayores niveles de ansiedad social. Pero más allá de trabajar y velar por disminuir la exclusión social online en el entorno universitario, las universidades deben de favorecer y promover, a través de sus políticas y planes, la buena convivencia de los estudiantes, fomentando una educación inclusiva, sostenible y de paz. El apoyo social y el desarrollo de relaciones sociales fuertes y consolidadas tiene importantes beneficios en los estudiantes universitarios, no solo en el ámbito académico sino también en el bienestar y la salud mental.

AGRADECIMIENTOS

Esta investigación ha sido financiada por la Agencia Española de Investigación, Ministerio de Ciencia e Innovación (PID2020-113911RB-I00, IP: Eva M. Romera) (www.mineco.gob.es).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abrams, D., Weick, M., Thomas, D., Colbe, H., & Franklin, K. B. (2011). On-line ostracism affects children differently from adolescents and adults. *British Journal of Development Psychology*, 29(1), 110-123. <https://doi.org/10.1348/026151010x494089>
- Akçay, A., & Kayış, A. R. (2023). Cyberostracism and knowledge sharing: The mediating role of social anxiety in e-learning environments. *Journal of Educational Technology and Online Learning*, 6(1), 33-47. <https://doi.org/10.31681/jetol.1097719>
- Azoulay, R., & Gilboa-Schechtman, E. (2022). The scarring impact of status loss in social anxiety: An evolutionary perspective. *Journal of Anxiety Disorders*, 90, 102600. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102600>
- Beranuy, M., Chamarro, A., Graner, C., & Carbonell-Sánchez, X. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso del móvil. *Psicothema*, 21, 480-485. <http://hdl.handle.net/2072/205481>

- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302(5643), 290-292. <https://doi.org/10.1126/science.1089134>
- Galbava, S., Machackova, H., & Dedkova, L. (2021). Cyberostracism: Emotional and behavioral consequences in social media interactions. *Comunicar*, 29(67), 9-19. <https://doi.org/10.3916/c67-2021-01>
- Giraldo-Luque, S., & Fernández-Rovira, C. (2020). Redes sociales y consumo digital en jóvenes universitarios: economía de la atención y oligopolios de la comunicación en el siglo XXI. *Profesional de la Información*, 29(5). <https://doi.org/10.3145/epi.2020.sep.28>
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. Guilford.
- Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2020). Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity. *Body Image*, 33, 66-76. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.010>
- Hogg, M. A. (2007). Uncertainty – Identity theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 39, 69-126. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)39002-8](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)39002-8)
- Instituto Nacional de Estadística [INE] (2022). *Población que usa Internet (en los últimos tres meses). Tipo de actividades realizadas por Internet*.
- Jiménez, L. M., Valencia, A., & Sánchez, R. (2013). Escala de Ansiedad Social para Adolescentes: confiabilidad y validez en una muestra mexicana. *Psicología Iberoamericana*, 21(2), 72-84. <https://doi.org/10.48102/pi.v21i2.156>
- Kawamoto, T., Mitsuhiro, U., & Hiroshi, N. (2015). Intrapersonal and interpersonal processes of social exclusion. *Frontiers in Neuroscience*, 9, 62. <https://doi.org/10.3389/fnins.2015.00062>
- La Greca, A. M., & López, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. In J. M. Shlien (Ed.), *Research in psychotherapy* (pp. 90–102). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10546-004>
- Lin, X., Li, S., & Qu, C. (2017). Social network sites influence recovery from social exclusion: Individual differences in social anxiety. *Computers in Human Behavior*, 75, 538-546. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.044>
- Lohner, M. S., & Aprea, C. (2021). The Resilience Journal: Exploring the potential of journal interventions to promote resilience in university students. *Frontiers in Psychology*, 12, 702683 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.702683>

- Milán, A. (2018). *Adolescentes hiperconectados y felices: Redes sociales y violencia escolar: la revolución digital en la educación de la persona*. Epalsa-Teconté.
- National Institute of Mental Health. (2022). *Social anxiety disorder: More than just shyness*. NIH.
- Niu, G. F., Zhou, Z. K., Sun, X. J., Yu, F., Xie, X. C., Liu, Q. Q., & Lian, S. L. (2018). Cyber-ostracism and its relation to depression among Chinese adolescents: The moderating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 123, 105-109. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.032>
- O'Day, E. B., & Gross, J. J. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100070. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>
- Paez, D., Delfino, G., Vargas-Salfate, S., Liu, J. H., Gil De Zúñiga, H., Khan, S., & Garaigordobil, M. (2019). A longitudinal study of the effects of Internet use on subjective well-being. *Media Psychology*, 23(5), 676-710. <https://doi.org/10.1080/15213269.2019.1624177>
- Poon, K. T. (2018). Unpacking the mechanisms underlying the relation between ostracism and Internet addiction. *Psychiatry Research*, 270, 724-730. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.10.056>
- Pyżalski, J. (2023). Positive Internet use and online civic engagement versus active involvement in selected online risks – how are both connected in adolescents from six European countries? *Psychology, Society & Education*, 15(3), 10–18. <https://doi.org/10.21071/pse.v15i3.16093>
- Ramírez, A. S., Cruz, J. S., Luna, M. F., Lozano, R. Z. G., & Cortés, C. H. (2020). Acceso y actitud del uso de Internet entre jóvenes de educación universitaria. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), e1174. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1174>
- Romero-Rodríguez, J. M., Martínez-Heredia, N., Campos, M. N., & Ramos, M. (2021). Influencia de la adicción a Internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 21(1), 171-185. <https://doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559>
- Silke, C., Brady, B., Boylan, C., & Dolan, P. (2018). Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 94, 421-436. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.07.027>
- Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and loneliness in cyberspace: Impacts of social media on adolescents' well-being. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 12-23. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1898914>

- Smith, R. K., Morgan, J. I. W., & Monks, C. P. (2017). Students' perceptions of the effect of social media ostracism on wellbeing. *Computers in Human Behavior*, 68, 276-285. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.041>
- Singleton, R., & Straits, B. (2004). *Approaches to Social Research*. Oxford University Press.
- Souza, S. B., Ferreira, P. C., Veiga Simão, A.M., & Falla, D. (2022). The dynamic of cyberbullying in university students: moderating effects of gender and culture. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 12(3), 322-347. <http://dx.doi.org/10.447/remie.8999>
- Stockdale, L. A., & Coyne, S. M. (2020). Bored and online: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *Journal of Adolescence*, 79, 173-183. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.010>
- Tang, X., & Duan, W. (2021). Cyber-ostracism mediates the relationship between perceived stress and emotional well-being among college students. *Journal of American College Health*, 1-9. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891914>
- Valerio, G., & Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>
- Videla, A. M., Daruich, J., & Marinone, G. F. (2023). Construyendo el sentido de pertenencia a la Universidad en tiempos de pandemia. *Contextos de Educación*, 1(33), 28-37. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7362088>
- Vindel, A. C., Muñoz-Navarro, R., Moretti, L. S., & Medrano, L. A. (2020). Propiedades psicométricas del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad Breve (ISRA-B). *Ansiedad y Estrés*, 26(2-3), 155-166. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.07.004>
- Wen, Z., & Fan, X. (2015). Monotonicity of effect sizes: questioning kappa-squared as mediation effect size measure. *Psychological Methods*, 20(2), 193-203. <https://doi.org/10.1037/met0000029>
- Wesselmann, E. D., Bradley, E., Taggart, R. S., & Williams, K. D. (2022). Exploring social exclusion: Where we are and where We're going. *Social and Personality Psychology Compass*, 17(1), e12714. <https://doi.org/10.1111/spc3.12714>
- Williams, K. D., & Nida, S. A. (2016). *Ostracism, exclusion, and rejection*. Routledge eBooks. <https://doi.org/10.4324/9781315308470>
- Wolf, W., Levordashka, A., Ruff, J. R., Kraaijeveld, S., Lueckmann, J. M., & Williams, K. D. (2015). Ostracism online: A social media ostracism paradigm. *Behavior Research Methods*, 47(2), 361-373. <https://doi.org/10.3758/s13428-014-0475-x>