

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y

JUSTIFICACIÓN DEL

PROBLEMA

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El ser humano es un ser social desde tiempos muy antiguos, lo que hace que, de manera inevitable, busque relacionarse con los demás para sobrevivir.

Las tareas y obligaciones diarias requieren de distintos actos sociales para vivir en sociedad, es así que se precisan de las habilidades sociales.

Goldstein (1989, pág. 10) señala que las habilidades sociales conforman un conjunto de capacidades distintas como específicas para las relaciones interpersonales saludables y la resolución de problemas de tipo interpersonal y socioemocional, desde actividades básicas como complejas e instrumentales. Las mismas forman parte de la naturaleza, es así que se desarrollan desde los primeros meses de vida y están presentes en todas las etapas evolutivas de la persona.

El individuo buscará estrategias para relacionarse con los demás, por tal motivo es que se preparan a los niños desde muy pequeños en la práctica de las habilidades sociales para así poder superar cada etapa que se le presente.

Ahora bien, no todos los seres humanos saben cómo manejarse socialmente; algunos son agresivos, excesivamente tolerantes o inhibidos, lo cual les imposibilita tener buenas relaciones interpersonales a nivel familiar, social o laboral y uno de los elementos vinculados a este tipo de conductas está relacionado con la autoestima.

Desde ese punto, se puede mencionar que la autoestima, llega a ser un factor importante en el desarrollo en las habilidades sociales. Lo esperado es que el ejercicio o práctica de las mismas, le permita al individuo poder ser espontáneo, mostrar conductas asertivas, fortaleza, seguridad en sí mismo y como consecuencia (según sea el desarrollo de ésta), los individuos podrán ajustarse emocionalmente y adaptarse mejor a la sociedad, como también no. (Briones, 2019).

Coopersmith (1976, pág. 5) define la autoestima como “el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se trasmite a los demás por reportes verbales o conducta

manifiesta”. Es decir, la autoestima es el concepto personal que tiene una persona consigo misma, el cual llega a expresarlo en sus actitudes para sí.

Tabernero (2021) hace mención que, dentro del mundo de la psicología, **las habilidades sociales y la autoestima son considerados factores de vulnerabilidad psicológica.** Es decir, no son trastornos clínicos en sí, pero afecta en cuanto a que facilita que las personas obtengan otros trastornos psicológicos con mayor facilidad, como la depresión y la ansiedad social, entre otros. **Damnifica grandemente la forma en la que el individuo se relaciona con los demás y esto es de vital importancia, puesto que la gran mayoría de satisfacciones que se obtienen en la vida, provienen del contacto con los demás.** El hecho de tener una buena autoimagen y relacionarse con los demás con éxito, es una fuente de protección a la hora de adquirir problemas psicológicos más graves.

Así también, Cubisino (2019) refiere que la autoestima abarca la valoración, confianza, seguridad, aprobación, aceptación de sí mismo. Cuanto más fuertes y sólidas sean estas, menor grado de dependencia emocional y mayor autonomía con asertividad.

La misma autora menciona que las habilidades sociales son conductas, pensamientos y emociones que aumentan las posibilidades de mantener vínculos satisfactorios. Las personas con déficit en habilidades sociales experimentan aislamiento social, rechazo y baja autoestima. La interacción es fundamental en lo cotidiano y llega a ser fuente de estrés y conflicto si es inadecuada. Consecuente a eso, Cubisino (2019) explica que las personas con autoestima baja tienden a sentirse mal consigo mismas, inseguras, dependientes, no se animan a expresar sus deseos, lo que las angustia y frustran. Muchas de ellas, al momento de realizar o tomar alguna decisión importante, dependen de la opinión de los demás, y esto por temor a la no aprobación o abandono de su círculo social, manifestando problemas de asertividad y habilidades sociales variados, vinculados a su autoestima.

Por otra parte, el mundo de hoy ha atravesado por diversos cambios a largo de muchos años. El avance e influencia del mismo llegó a abarcar distintas áreas, tales son la educación, salud, tecnología, comunicación, entre otros, haciendo que las personas, de todas las edades y géneros, lleguen a ajustarse a esta variabilidad. Y son los

adolescentes quienes se ven más afectados por esto, ya que la etapa en la que se encuentran es bastante turbulenta.

Es de relevancia mencionar que la adolescencia es una etapa de desarrollo y que a su vez es vulnerable a cualquier factor externo. La OMS (2022) define a la adolescencia como una fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, es decir desde los 10 hasta los 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud, tanto física como mental.

Los adolescentes experimentan un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial. Esto influye en cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno (OMS, 2022).

En esta etapa, todo círculo cercano al adolescente contribuirá a formar su autoestima, aquí se puede incluir a la familia, amigos, escuela y otros factores como ser la actitud que tiene el individuo para consigo mismo (la cual se ve influenciada por la apreciación que hacen los demás). Un adolescente con una autoestima saludable aprende de manera más eficaz, es autosuficiente, comprende sus capacidades y desarrolla relaciones más agradables en todos sus contextos sociales. Lo que se logra con esto es que, si el adolescente finaliza esta etapa con una autoestima sólida y en buen desarrollo, en su vida adulta contará con buenos cimientos para desarrollarse satisfactoriamente (Meléndez & Machuca , 2018).

Moraleda (2021) menciona que dos de las prioridades de los adolescentes en esta etapa de su desarrollo son: la necesidad de sentirse reconocidos y la necesidad de sentirse integrados dentro de un grupo. La interacción con pares en la adolescencia tiene funciones decisivas para la conformación de la propia identidad del adolescente. Si no lo consiguen, esto puede influir en su autoestima y generar un malestar emocional que puede derivar en otro tipo de dificultades como depresión, aislamiento, adicciones, trastornos de ansiedad, etc.

Las habilidades sociales juegan un papel muy importante para la aceptación social del adolescente. La aceptación social es una condición personal de un sujeto respecto a un grupo de referencia; en el caso de los adolescentes, esta condición se

relaciona con las habilidades de liderazgo, popularidad, compañerismo, jovialidad, respeto, entre otras (Betina & Contini , 2015).

De acuerdo a investigaciones en el *nivel internacional*, encontramos que en Lima-Perú, respecto a una investigación realizada por José Luis Mavila (2019), expone que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y las habilidades sociales. Es por ello que asegura que sí existe una relación estadísticamente significativa y directamente proporcional entre estas variables. El estudio muestra que los adolescentes presentan niveles bajos de autoestima y a la vez, niveles bajos de habilidades sociales. Así también, otra investigación llevada a cabo en Ecuador por León y Arboleda (2019) muestra que la variable autoestima se encuentra dentro de los niveles medios y la variable habilidades sociales también se encuentra en el mismo nivel, lo que expone que la relación existente entre ambas variables corresponde a una correlación significativa. Es decir que, mientras exista mayor nivel de autoestima, también habrá un mayor nivel de habilidades sociales. Otra investigación realizada en Arequipa por Grecia Puma (2021) expone que existe una correlación positiva media entre las habilidades sociales y autoestima. También muestra que las habilidades sociales de la población estudiada se encuentran dentro de los parámetros bajos y, con respecto a la autoestima, indica que los adolescentes se encuentran dentro de los rangos bajos, también.

Por otra parte, en una investigación a *nivel nacional* titulada “Las habilidades sociales en el incremento de niveles de autoestima en adolescentes” elaborada por Alegría (2022) se realizó pruebas de medición tanto de las habilidades sociales como de la autoestima, en donde se encontró que la autoestima de la población estudiada mostraba resultados bajos. Es así que se aplicó un programa para el buen desarrollo de las habilidades sociales. Los resultados del instrumento, al ser aplicados en el pre y post test, muestran que existe una variación positiva, lo que permite concluir que existen cambios significativos en los adolescentes y que las habilidades sociales están relacionadas con la autoestima.

A *nivel regional*, encontramos la investigación titulada “Influencia de la autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales” por Retamoso (2013) donde muestra que los adolescentes evaluados presentan un bajo nivel de autoestima, es decir,

son personas introvertidas que desencadenan conductas agresivas con sus pares o con figuras más débiles y, por otro lado, presentan deficiencia en el desarrollo de las habilidades sociales, lo que dificulta establecer relaciones sociales. Es así que expone que la relación entre ambas variables es directa y positiva, ya que los adolescentes que tienen baja autoestima, tienen bajo nivel de habilidades sociales.

Tal como se planteó, la autoestima y las habilidades sociales son dos piezas fundamentales en lo que al bienestar emocional se refiere. La manera en la que una persona se trata así misma y cómo trata a los demás, determina en gran medida su capacidad para tener una vida feliz y plena.

De esta manera se puede decir que, si se manifiestan dificultades en las habilidades sociales, éstas serán evidenciadas en habilidades como ser la comunicación, asertividad, toma de decisiones y autoestima. La autoestima se relaciona en todos los ámbitos de la vida, pues refleja las relaciones con su entorno familiar, social, académico y personal (Coopersmith, 1976) y las habilidades sociales, al ser consideradas aspectos relevantes de comunicación directa con la sociedad, se vuelven piezas claves a la hora de fomentar las relaciones dentro y fuera de cada contexto social del ser humano.

Es importante resaltar que las investigaciones planteadas fueron realizadas con una población adolescente. Como se mencionaba anteriormente, la adolescencia es una etapa de grandes cambios y transiciones, por lo cual, todo factor social y externo puede generar o ejercer en ellos un cierto tipo de influencia. Las habilidades sociales y la autoestima son dos aspectos importantes dentro del desarrollo de una persona, ya que ambas permiten tener un éxito en diferentes áreas de su vida, ayudando a lograr sus objetivos y a establecer relaciones y vínculos sanos consigo mismo y con los demás (Moraleta, 2021). De ahí, parte la precisión de indagar estas variables, las cuales son subestimadas al no conocer la importancia de las mismas.

Por lo expuesto anteriormente, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto de Secundaria Comunitaria Productiva de las unidades educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023?

1.2. Justificación

El interés de este trabajo de investigación radica en evidenciar la relación de la autoestima y de las habilidades sociales, ya que como es de conocimiento, los estudiantes que carecen de autoestima, tienden a manifestar problemas sociales y esto conlleva a presentar dificultades al momento de relacionarse con los demás (Retamoso, 2013). Así también, es importante relacionar la autoestima con las habilidades sociales, ya que una autoestima baja en los adolescentes es la causa de problemas sociales, personales, dificultades en las relaciones sociales, inseguridad, desconfianza de sus capacidades.

Ahora bien, la adolescencia es un período de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, donde se crean varias experiencias de desarrollo con mucha importancia. Entre ellos se encuentra el desarrollo de la identidad, la adquisición de las aptitudes necesarias para establecer relaciones de adulto, el asumir funciones de responsabilidad y la capacidad de pensamiento abstracto (Pérez, 2018). A pesar de que esta etapa sea sinónimo de crecimiento y maduración, establece también un período de riesgos considerables, durante el cual el contexto social puede tener una influencia determinante. Una de las subetapas de este período es la adolescencia media, compuesta por las edades de 14 a los 16 años.

Según la OMS (2021) la mitad de todos los trastornos de la salud mental en la edad adulta empiezan a manifestarse a partir de los 14 años, es decir en la adolescencia media, pero la gran mayoría de ellos no son tratados a tiempo. La ansiedad y los trastornos depresivos pueden dificultar profundamente la asistencia a la escuela, el estudio y el hacer los deberes. El retraimiento social puede exacerbar el aislamiento, la soledad, y la depresión puede llevar al suicidio (2021).

La adolescencia media es caracterizada por una preocupación psicológica especial de conciliar tanto el reconocimiento personal como el externo manifestándose en la búsqueda de vínculos afectivos y en la aceptación del grupo de pares (Guzmán Martínez, 2018). El adolescente también desarrolla y potencia una imagen de sí mismo y el rol que proyecta hacia los demás. De esta manera, se puede evidenciar que el desarrollo de la autoestima es parte fundamental de esta etapa, ya que en ella se

encuentran involucrados factores como la apariencia y el atractivo, fuentes decisivas para que el adolescente tenga seguridad y confianza en sí mismo (Servós, 2021)

Asimismo, es una etapa en la que se presentan un sin número de crisis, características propias de la edad, tales como: vulnerabilidad, problemas personales, escolares y sociales; en las que el sujeto no se encuentra en la capacidad de resolver y se produce una serie de consecuencias como la confusión, inseguridad, irritabilidad, agresividad, frustración, sentimientos de incapacidad, entre otras. Por lo expuesto anteriormente, se considera a los adolescentes de la etapa media como el sector más vulnerable ante agentes externos que puedan llegar a influir o a ocasionar consecuencias positivas o negativas en su desarrollo biopsicosocial.

La Organización Mundial de la Salud define como salud al estado completo de bienestar físico, mental, social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades (2013). Aquí se puede evidenciar que la autoestima forma parte de este estado de salud completo, siendo parte del desarrollo y sostenimiento del mismo. Así también, la autoestima es un factor de protección muy importante a la hora de prevenir un trastorno de conducta. Es decir, una autoestima saludable disminuye la probabilidad de padecer situaciones de riesgos psicológicos (OMS, 2021).

La importancia de la autoestima en la adolescencia es evidente, ya que como fue expuesto, contribuye al bienestar psicológico de los individuos y se convierte relevante a la hora de ser estudiada. Los adolescentes con baja autoestima se ven afectados en su entorno afectivo y social, les cuesta establecer relaciones, se preocupan por lo que digan los demás de ellos, no se valoran así mismos, etc. Es aquí donde el aprendizaje de las habilidades sociales va a tener una función de suma importancia, ya que va a prevenir la disminución de la autoestima, proporcionando nuevas herramientas para la resolución de conflictos, adaptaciones a los nuevos entornos y a generar nuevos vínculos a través de la interacción social, permitiendo al sujeto expresar sus nociones y deseos dentro de su entorno (Gómez & Ojeda, 2010).

Las habilidades sociales juegan un papel fundamental en el desarrollo integral del adolescente. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. Por el contrario, la

carencia de estas habilidades puede provocar rechazo, aislamiento y en definitiva, limitar la calidad de vida. Como se mencionó anteriormente, las habilidades sociales son las conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal (Goldstein, 1989). Cuando el niño se convierte en adolescente tiene como desafío primordial en su entorno educativo y comunal, la aceptación social, la cual se mide en popularidad, en la indiferencia o en el rechazo de sus iguales. Desde este punto, las habilidades sociales se constituyen como un recurso indispensable de la persona para lograr su inclusión en su grupo de referencia (Bances, 2019).

En conjunto, autoestima y habilidades sociales forman parte esencial en el desarrollo unipersonal y social de cada uno de los seres humanos ya que por naturaleza se los conoce como seres sociales y para que la sociabilidad se cumpla de forma íntegra, se debe trabajar desde una perspectiva personal en la autoestima y así lograr que las personas se realicen integralmente como seres humanos capaces de desarrollarse en un sistema (León & Arboleda, 2019).

La autoestima y las habilidades sociales, durante la etapa adolescente, son claves importantes para un correcto desarrollo personal de los jóvenes y como se puede evidenciar en las investigaciones ya mencionadas, las habilidades sociales están relacionadas con la autoestima, ya sea que estén en un nivel bajo, medio o alto. Por lo tanto, es relevante conocer si existe algún tipo de relación entre ambas variables dentro de la cultura y contexto tarijeño y conocer cuál es la situación de los adolescentes frente a estas.

En este sentido, la investigación planteada contiene una *relevancia teórica*, ya que, a través de los hallazgos y exposición de resultados, se podrá conocer y enriquecer el conocimiento de estas variables y su relación, brindando información respecto a cuál es la realidad en la ciudad de Tarija, contando de esta manera con información actualizada a nuestro contexto.

Por otro lado, si se realiza la lectura y consideración de los resultados a exponer, la investigación aportará de *manera práctica*, ya que los hallazgos pueden ser útiles para

contribuir a la solución de la problemática, creando así programas o instrumentos adaptados para la sociedad tarijeña relacionados a las variables.

Es así que, en base a lo expuesto anteriormente, la relevancia o importancia del trabajo investigativo reside en los múltiples y variados beneficios que propondrá a una población en conjunto. Da ahí que se menciona a:

Profesores, porque el hecho de que un alumno pueda tener una autoestima baja, puede provocar bajo desempeño académico (Alcántara, 2004). Por otra parte, un alumno que posea un bajo desarrollo de las habilidades sociales, no podrá adaptarse a su entorno escolar, tendrá problemas en conductas o no podrá expresarse de manera eficaz (Taberner, 2021). Así también, el conocer la situación de los alumnos, llevará a tomar medidas preventivas, interventoras o fortalecedoras de ambas variables y como consecuencia de esto, facilitar la relación en el aula, permitiendo a los estudiantes poseer buenas relaciones sociales que creen seguridad y por ende, autoestima.

Adolescentes, ya que el conocimiento de su propia realidad puede llevarlos a mejorar su autoestima y así, sobresalir en todas las áreas que se propongan. El hecho de tomar conciencia con respecto al desarrollo de las habilidades sociales, puede impulsarlos a buscar acrecentar las mismas.

Sociedad, debido a que si existe una relación significativa entre las variables y a partir de la consideración de los resultados de este trabajo investigativo, contribuirá a tomar en cuenta medidas necesarias para la resolución de la problemática y así no contar con consecuencias a largo plazo, dando a la sociedad resultados productivos, mediante el fortalecimiento de la autoestima y habilidades sociales; creando seguridad, estabilidad emocional y seres con capacidades sociales en buen desarrollo.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1. Problema de investigación

¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto de Secundaria Comunitaria Productiva de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto Secundaria Comunitaria Productiva de las unidades educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023.

2.2.2. Objetivos específicos

- Establecer el nivel de habilidades sociales de los estudiantes.
- Identificar el nivel de autoestima que caracteriza a los adolescentes.
- Establecer la relación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel autoestima en sus dimensiones personal, escolar, hogar y social.
- Comparar los resultados obtenidos entre los estudiantes de las unidades educativas pertenecientes al estrato privado, convenio y fiscal.

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe una correlación positiva perfecta entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto de Secundaria Comunitaria Productiva de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023, es decir a mayor nivel de autoestima, mayor nivel de habilidades sociales o viceversa.

2.3.2. Hipótesis específicas

- El nivel de habilidades sociales de los estudiantes oscila entre media a baja.
- El nivel de autoestima que caracteriza a los adolescentes oscila entre media a baja.

- La correlación entre habilidades sociales con el nivel autoestima en sus dimensiones personal, escolar, hogar y social es positiva perfecta.
- Los estudiantes pertenecientes a un colegio privado poseen mayor nivel de habilidades sociales y autoestima en comparación de los del colegio de tipo convenio y fiscal.

2.4.Operacionalización de variables

Variable	Definición	Dimensiones	Indicadores	Escala
Habilidades Sociales	“Constituyen un conjunto de capacidades distintas como específicas que ayudan a los adolescentes en las relaciones sociales saludables y la resolución de problemas de tipo interpersonal y socioemocional, desde actividades básicas como complejas e instrumentales”. (Goldstein, 1989)	<p>Primeras habilidades sociales</p> <p>Habilidades sociales avanzadas</p> <p>Habilidades relacionadas con los sentimientos</p> <p>Habilidades alternativas a la agresión</p> <p>Habilidades para hacer frente al estrés</p> <p>Habilidades de planificación</p>	<p>Prestar atención, elegir información adecuada, iniciativa propia, conversación en común.</p> <p>Pedir ayuda, integración al grupo, pedir disculpa, persuadir a los demás.</p> <p>Reconocer las emociones, comprender a los demás, preocupación por sus semejantes.</p> <p>Manejo adecuado de emociones, controlar el carácter.</p> <p>Habilidades para tolerar situaciones de frustración, reconocer y resolver conflictos.</p> <p>Decisiones realistas, analizar las posibilidades, alcance de metas a corto y largo plazo.</p>	<p>De la variable Baja (50-148) Media (149-199) Alta (200-250)</p> <p>De la dimensión 1 Baja (8-22) Media (23-30) Alta (31-40)</p> <p>De la dimensión 2 Baja (6-16) Media (17-22) Alta (23-30)</p> <p>De la dimensión 3 Baja (7-19) Media (20-26) Alta (27-35)</p> <p>De la dimensión 4 Baja (9-25) Media (26-34) Alta (35-45)</p> <p>De la dimensión 5 Baja (12-34) Media (35-46) Alta (47-60)</p> <p>De la dimensión 6 Baja (8-22) Media (23-30) Alta (31-40)</p> <p>(Goldstein, 1989)</p>

Variable	Definición	Dimensiones	Indicadores	Escala
Autoestima	“Es el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se trasmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta”. (Coopersmith, 1976)	Autoestima Personal Autoestima escolar Autoestima hogar Autoestima Social	Referente a la evaluación que la persona hace de sí misma, la valía personal, imagen corporal, cualidades, aspiraciones, estabilidad. Confianza. Referente a la evaluación que realiza la persona con respecto a su desempeño escolar. Referente a las cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, cómo se siente dentro del ambiente familiar. Referente a la habilidad desarrollada para las relaciones con amigos, así como la relación con extraños en diferentes marcos sociales.	De la variable Baja (0-12) Media (13-37) Alta (38-50) De la dimensión 1 Baja (0-13) Media (14-20) Alta (21-26) De la dimensión 2 Baja (0-2) Media (3-5) Alta (6-8) De la dimensión 3 Baja (0-2) Media (3-5) Alta (6-8) De la dimensión 4 Baja (0-2) Media (3-5) Alta (6-8) (Coopersmith, 1976)

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

3. MARCO TEÓRICO

A continuación, se desarrolla el marco teórico de esta investigación, el cual brinda ayuda al entendimiento de las variables y así también a la interpretación de los resultados.

3.1.Habilidades sociales

3.1.1. Definición de habilidades sociales

A lo largo del tiempo, varios fueron los autores que dieron una conceptualización de lo que es habilidades sociales. Sin embargo, existen algunas dificultades al momento de conceptualizar este constructo. Una de ellas es que existen diferentes términos que se utilizan para referirse a las habilidades sociales, lo que a menudo puede generar confusión al respecto. Otra de las dificultades detectadas es que algunas definiciones sólo contemplan lo referido a lo conductual, otras sólo refieren a las consecuencias de tales conductas, mientras que otras articulan ambos aspectos (Grasso, 2021). Por ello, se exponen distintas definiciones.

Goldstein (1989, pág. 10) señala que las habilidades sociales conforman un conjunto de habilidades y capacidades distintas como específicas para las relaciones interpersonales saludables y la resolución de problemas de tipo interpersonal y socioemocional, desde actividades básicas como complejas e instrumentales. En consecuencia, se van desarrollando y ejerciendo desde los primeros años de vida y se van incrementando a través de la experiencia. Según va creciendo la persona, sus habilidades se van incrementando a través de la interrelación con el mundo que le rodea.

Caballo (2007, pág. 6) define las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas. Así mismo, en su revisión de la literatura, concluye que para conceptualizar a las habilidades sociales se debe tener en cuenta

el contenido y las consecuencias del comportamiento. El primero hace referencia a la expresión de la conducta (opiniones, sentimientos, deseos, etc.) y el segundo al refuerzo social.

Por otra parte, Peñafiel y serrano (2010, pág. 8) exponen que las habilidades son definidas como la posesión o no de ciertas destrezas para poder llevar a cabo cierta ejecución. Mientras que la habilidad social, hace referencia a las destrezas relacionadas con las conductas y las diferentes manifestaciones que esta pueda tener de manera conductual.

Finalmente, Gismero (2002, pág. 15) señala algunas características de las habilidades sociales: son aprendidas desde la infancia, son características de la conducta que emplea cada sujeto, no son universales, sino específicas según cada individuo y situación, responden al contexto cultural en el cual se encuentra inmerso cada persona, las variables situacionales que puedan surgir y las variables individuales de cada sujeto, las cuales se hallan en continua relación, es una característica de la conducta social no dañina.

3.1.2. Enfoques teóricos relacionados a las habilidades sociales

Skinner (citado por Puma (2021, pág. 31)) sostenía que la conducta de los individuos es regulada por sus consecuencias, es decir, por sus refuerzos, ya sean positivos o negativos, aumentando la probabilidad de que dicha conducta vuelva a repetirse de manera constante.

Ahora, basado en esta teoría, se puede decir que, en base a los conflictos o sucesos que se observen, el sujeto irá desarrollando una idea de cómo poder enfrentar diferentes problemas en la sociedad. Así, estas favorecerán al aprendizaje al ser positivas y si en caso son negativos, se deberá reforzar en negativo para eliminar dicha conducta. Estímulo – respuesta son un modelo para desarrollar y reforzar habilidades positivas y eliminar en su totalidad las conductas negativas, para el autor, las probabilidades de eliminar una conducta negativa, dan un cambio de respuestas en el aprendizaje del individuo, provocando estimulación positiva en la conducta (Puma, 2021, pág. 31). Es decir, la conducta está reglamentada por las consecuencias del lugar en el que se desenvuelve dicho comportamiento.

En cuanto a Bandura (1977), explica que el aprendizaje se desarrolla a temprana edad por medio de la interacción, la observación y los procesos internos, adquiriendo habilidades y confianza en sí mismo para desarrollar actividades y poder desempeñarlas. Así también, sostuvo que el aprendizaje observacional es un medio por el cual el ser humano logra adquirir una conducta nueva o modificar la frecuencia de otra ya aprendida. Esa así que mediante la observación de la conducta de otro sujeto (modelo) se adquiere una nueva. Puma (2021, pág. 30) menciona que, en base a esta teoría, la forma en que el adolescente se desenvuelve en su entorno, dependerá de la enseñanza y la observación. Así mismo, irá aprendiendo nuevas conductas, complementando su aprendizaje y reafirmando en su entorno social. Es decir, la relación entre el ser humano y su ambiente está mediada por procesos de aprendizaje (procesos de modelado y moldeamiento) que pueden capacitar al sujeto para actuar de un modo socialmente competente.

Por otra parte, Goldstein (1989, pág. 56) plantea un tipo de aprendizaje estructurado, que puede ser desarrollado mediante un adiestramiento psicoeducacional, así mismo valida al modelamiento como técnica efectiva y fiable para aprender nuevas conductas o reforzar las conductas ya aprendidas. Sin embargo, para que se dé el aprendizaje por modelamiento es necesario captar la atención del observador en las situaciones que se planteen, así como propiciar la retención de esa conducta y, finalmente, para confirmar que hubo aprendizaje, se debe realizar la reproducción de la conducta modelada. Para Goldstein, el aprendizaje de habilidades sociales comprende un proceso interno, es decir, las relaciones con uno mismo y el proceso externo el cual se construye con el entorno. Ambos procesos son, efectivamente, visibles en cuanto son utilizados de manera afectiva en el espacio de interacción social (Goldstein, 1989, pág. 57).

3.1.3. Componentes de las habilidades sociales

Caballo (2007) destaca y desarrolla tres componentes de las habilidades sociales: conductual, cognoscitivos y fisiológico.

3.1.3.1. Componente conductual

Según Caballo (2007, pág. 19) este componente es observable y evaluable puesto que conlleva características tales como intensidad, duración y frecuencia. Ahora, los componentes conductuales están constituidos por elementos verbales, no verbales y paralingüísticos.

- **Elemento no verbal:** hace referencia al lenguaje corporal, a lo que no se expresa oralmente, a lo que demuestran cuando interactúan con otros. Es decir, la distancia interpersonal, contacto ocular, postura, orientación, gestos y movimientos realizados con brazos, piernas y cara. Son aquellas donde se arregla el cuerpo, el movimiento y los sonidos para transmitir de manera clara o completar el mensaje no hablado, este mismo componente comprende a su vez otros elementos como ser: postura corporal, mirada, dilatación pupilar, expresión facial, sonrisa, gestos y apariencia personal (Caballo, 2007, pág. 24).
- **Elemento paralingüístico:** Es aquella que acompañan al habla y modulan el mensaje. Los aspectos que conforman dicho elemento son: latencia, volumen, tono, claridad, velocidad, timbre; tiempo del habla, perturbaciones del habla y fluidez del habla, entre otros (Caballo, 2007, pág. 62) .
- **Elemento verbal:** en una conversación el habla es la herramienta por excelencia que se utiliza para poder interactuar con los demás, se realiza de manera consciente, directa y puede controlarse de forma muy sencilla. Se utiliza para pensar, especificar los sentimientos y transmitir ideas para alcanzar una buena comunicación Son contenidos relacionados al contenido general del habla como: peticiones de nuevas conductas, contenido de anuencia, contenido de aprecio, autorrevelaciones, refuerzos verbales, humor, verbalizaciones positivas, claridad, etc. (Caballo, 2007, pág. 69).

3.1.3.2.Componente cognitivo

Según Caballo (2007, pág. 82) los componentes cognitivos se encuentran en relación a las situaciones y el ambiente influyen en los pensamientos, sentimientos y acciones de todos los individuos. Todas las personas se hallan en ciertas situaciones y evitan otras, es decir, se deja afectar por las mismas, pero también afecta a lo que está pasando. En esta interacción es donde intervienen los procesos cognoscitivos en el que se percibe, construye y evalúa las situaciones y los acontecimientos y, a través de ello, se construye nuevos conocimientos. Entre los componentes cognoscitivos se tiene en cuenta, esencialmente, las habilidades cognitivas, estrategias de codificación, expectativas, valores subjetivos a los estímulos, sistema y planes de autorregulación

3.1.3.3.Componente fisiológico

Según Caballo (2007, pág. 94) Hace referencia a las reacciones del cuerpo. Se encuentra en todo el sistema nervioso, sanguíneo, el corazón, la sangre que circula por el organismo, e incluso la respiración. Se presentan por lo general de forma que no se puede frenar, puesto que al generarse algún evento en donde se interactúe socialmente, el aspecto fisiológico se verá comprometido de acuerdo al contexto que se esté viviendo y es así que en algunos momentos puede perjudicar la comunicación y la relación. Algunas formas en las que el cuerpo presenta este tipo de manifestaciones pueden ser por medio del sonrojarse, la sudoración y temblores.

3.1.4. Dimensiones de las habilidades sociales

Goldstein (1989) manifiesta que las dimensiones de las habilidades sociales se dividen en seis, los cuales se expondrán a continuación:

3.1.4.1.Habilidades sociales primarias

Constituyen a aquellas capacidades que facilitan al individuo desenvolverse en la sociedad de manera elemental o básica; hacen referencia a las pautas de cortesía mínimas requeridas a nivel social. Son los primeros hábitos que se adquieren desde los primeros años de vida y se refuerza en el nivel preescolar y durante la escolaridad primaria. Son necesarias para lograr un nivel mínimo de adaptación a la sociedad.

El desarrollo de estas habilidades permite al individuo establecer relaciones satisfactorias con los demás, desenvolverse bien y con seguridad en la vida diaria.

En este grupo se rescata la importancia de la comunicación, del establecimiento de relaciones interpersonales, de precisar y sociabilizar lo que deseamos y ser agradecidos. Entre estas tenemos: escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y realizar cumplidos (Goldstein, 1989, pág. 36).

- Escuchar: la habilidad que tenga el niño para prestar atención y escuchar de manera atenta a la persona que trata de comunicarse con él, hace un esfuerzo por comprender el mensaje que se le está proporcionando.
- Iniciativa para conversaciones: busca por sí mismo el iniciar una conversación con otros, para luego tratar de mantener el interés de dicha conversación por un periodo de tiempo.
- Mantener conversaciones: buscar que las conversaciones puedan darse de forma fluida, aportando temas que sean de su interés y de con quién trata de mantener dicha conversación.
- Formular preguntas: cuando surge una duda o inquietud el infante tiene la capacidad de buscar a la persona o personas indicadas para obtener la información o el apoyo que él está requiriendo en ese momento.
- Dar las gracias: puede expresar las gracias ante los demás cuando es apoyado por otros o cuando recibe algo de quienes lo rodean.
- Conocer a otros: se esfuerza por tener contacto social con otros por iniciativa propia, ya sea iniciando una conversación o tratando de involucrarse en alguna actividad.
- Presentarse: puede presentarse por iniciativa propia ante otros dando datos que le ayuden a entablar un diálogo, para dar una introducción de sí mismo.
- Cumplidos: puede expresar cumplidos o halagos, a otros sobre su apariencia, sobre un objeto de su pertenencia o sobre la forma de realizar alguna actividad.

3.1.4.2.Habilidades sociales avanzadas

Goldstein (1989, pág. 37) se refiere a un nivel de interacción más complejo en el que es necesario seguir normas de conductas sociales. Dentro de este grupo se encuentran aquellas facultades que permiten al individuo buscar ayuda, integrarse a un grupo o equipo, pedir disculpas, persuadir, seguir indicaciones y realizar aclaraciones de situaciones específicas.

- Pedir ayuda: el sujeto puede pedir ayuda cuando tiene alguna dificultad
- Participar: busca la mejor manera de integrarse a un grupo o de formar parte de una determinada actividad.
- Dar instrucciones: explica con claridad a otros cómo pueden realizar una actividad específica.
- Seguir instrucciones: puede seguir las instrucciones dadas por un tercero, pide explicaciones y lleva a cabo la tarea que le fue asignada.
- Disculparse: puede expresar de manera verbal una disculpa a otros en caso de haber cometido un error.
- Convencer a los demás: intenta persuadir a otros acerca de que sus ideas son mejores o que su forma de realizar una tarea determinada es mejor o más útil que otras.

3.1.4.3.Habilidades relacionadas con los sentimientos

El autor manifiesta que tiene relación con la capacidad de manejar y expresar de una forma adecuada nuestra parte emocional, sin salirse de los parámetros establecidos como normales dentro de la sociedad. Las personas poseen la capacidad de entender, reconocer y expresar su propia afectividad a otras personas, velar por los demás y saber gratificarse cuando tienen un buen comportamiento.

- Conocer los propios sentimientos: intentar reconocer y nombrar los sentimientos que pueda llegar a experimentar.
- Expresar los sentimientos: expresa de manera verbal o física sus sentimientos hacia los demás.
- Comprender los sentimientos de los demás: intenta comprender los sentimientos que son manifestados por otros, como un estado de empatía.

- Enfrentarse con el enfado de otros: intenta comprender la expresión de enfado que pueda manifestar un tercero.
- Expresar afecto: permite que los demás vean que se siente preocupado por ellos, ya sean con manifestaciones verbales o corporales.
- Resolver el miedo: es capaz de reconocer el porqué de su miedo, y buscar una forma de enfrentarlo para poder disminuirlo.
- Auto premiarse: se reconoce haciendo buenos comentarios a sí mismo o realizando cosas agradables como recompensa cuando las merece.

3.1.4.4.Habilidades alternativas a la agresión

Este grupo de habilidades está relacionado al crecimiento personal para enfrentar asertivamente los problemas con el entorno. La adquisición de estas habilidades facilitará la convivencia con los demás, mediante la participación en los grupos sociales a los cuales se pertenece. Permiten desarrollar relaciones de intercambio y afecto, canalizar emociones y resolver problemas desde una actitud pacífica, a través de la palabra y el autocontrol. Podemos destacar la cooperación, hacer valer los derechos propios, el autocontrol y pedir autorización para los fines deseados (Goldstein, 1989, pág. 38). Es decir, son habilidades para evitar la agresividad contra las demás personas que interactúan en diferentes situaciones reales como ser: pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar un problema con los demás y no entrar en peleas.

- Pedir permiso: reconoce cuando tiene que pedir permiso para realizar alguna actividad y lo hace buscando a la persona adecuada.
- Compartir algo: se ofrece para compartir algo que sea apreciado por él y el resto del grupo.
- Ayudar a los demás: busca prestar ayuda a quien lo necesita o solicita su ayuda.
- Negociar: busca un sistema que ayude a satisfacer tanto sus necesidades como las de otros, donde se sostienen posturas diferentes.

- Emplear autocontrol: busca controlar sus conductas o reacciones a modo de que sean adaptativas para la situación en la que se encuentra.
- Defender los propios derechos: defiende sus derechos dándole a conocer a otros cuál es su postura ante una situación.
- Responder a las bromas: puede dar una respuesta no agresiva como respuesta a una broma.
- Evitar los problemas con los demás: se mantiene al margen de situaciones que le podrían ocasionar problemas
- No entrar en peleas: se puede solucionar una situación sin tener que llegar a pelear.

3.1.4.5.Habilidades para hacer frente al estrés

Goldstein (1989, pág. 39) explica que las destrezas que emergen de las crisis, conllevan a juegos adecuados de afrontamiento. Estas habilidades posibilitan el control de las emociones, teniendo como resultado mayor tolerancia ante las frustraciones, control del enojo y manejar mejor el estrés. Tener desarrolladas estas habilidades ayudará a evitar la ansiedad en situaciones difíciles, potenciar la capacidad para resolver problemas, rendir con mayor eficacia y mejorar la autoestima, ayudarán a mantener una madurez efectiva, permitiendo así responder con éxito a las presiones y tomar distancia para resolver dificultades, sin perder la calma. Entre estas habilidades se tiene:

- Formular una queja: les dice a los demás cuando ellos son los responsables de ocasionar algún determinado problema e intenta buscar una solución.
- Responder a una queja: intenta dar una solución justa ante una determinada situación.
- Demostrar deportividad después de un juego: expresa de manera verbal que se ha hecho un buen trabajo después de haberse enfrentado en un juego.
- Resolver la vergüenza: busca hacer algo para sentirse menos avergonzado o estar menos cohibido.

- Arreglárselas cuando lo dejan de lado: se da cuenta de que no ha sido incluido en algún grupo o actividad y busca dar una solución.
- Defender a un amigo: manifiesta de manera verbal que se ha tratado injustamente a algún amigo.
- Responder a la persuasión: considera la posición de la otra persona y puede compararla con la propia y puede tomar alguna decisión.
- Responder al fracaso: comprende la razón por la cual no ha obtenido el éxito y en qué podría mejorar para un futuro.
- Enfrentarse a los mensajes contradictorios: reconoce y resuelve la confusión de los mensajes que puede recibir por parte de otras personas, ya sea de manera verbal o explícita.
- Responder a una acusación: comprender de qué se trata la acusación y busca la mejor forma de relacionarse con la persona que hizo dicha acusación.
- Prepararse para una conversación difícil: busca la mejor forma de expresar su punto de vista aun cuando la conversación parece tener puntos de desencuentro.
- Hacer frente a las presiones del grupo: decide por sí mismo lo que quiere hacer aun cuando el grupo le pide que realice otra cosa.

3.1.4.6.Habilidades de planificación

Comprenden la participación crítica y creativa en la toma de decisiones, en la perseverancia y el sentido de la organización. Disponer de estas habilidades permitirá organizar el tiempo, proyectarse, adoptar perspectivas múltiples, tomar decisiones y desempeñar tareas en equipo. Ayudan a organizar, adecuadamente, la información y las experiencias personales para plantear un objetivo, trazar un plan para alcanzarlo y tomar las decisiones oportunas que conduzcan hacia él (Goldstein, 1989, pág. 39). De esta manera, se señala:

- Tomar iniciativa: resuelve la sensación de aburrimiento y se presenta para tomar partida en una actividad.

- Discernir sobre la causa del problema: reconoce cuál es la causa de una situación que se encuentra bajo su control.
- Establecer objetivos: toma decisiones realistas antes de iniciar una tarea nueva.
- Determinar las propias habilidades: es capaz de reconocerse de manera realista acerca la forma de desenvolverse respecto a una tarea.
- Recoger información: resuelve qué necesita saber y cómo va a conseguir dicha información.
- Resolver los problemas según su importancia: determina de manera realista cuáles son los problemas que lo aquejan y qué es lo más importante a solucionar y cómo.
- Tomar decisiones: considera las posibilidades que tiene y busca tomar la que lo haga sentir mejor.
- Concentrarse en una tarea: se organiza y busca los elementos necesarios para poder llevar a cabo la tarea que le fue dada.

3.1.5. Habilidades sociales y adolescencia

Betina & Contini (2015), en su libro “Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos” mencionan que la adolescencia es un período crítico para la adquisición y práctica de habilidades sociales más complejas. Por un lado, los adolescentes han dejado los comportamientos sociales propios de la niñez puesto que adoptan comportamientos más críticos y desafiantes respecto a las normas sociales, y, por otro lado, los adultos les exigen comportamientos sociales más elaborados. La interacción con los padres en la adolescencia tiene funciones decisivas para la conformación de la propia identidad del adolescente.

Las autoras relatan la importancia del grupo, dándole un concepto como “la institución socializadora por antonomasia”, puesto que las relaciones con los iguales del mismo o distinto sexo le permiten al adolescente nutrir su estatus como autoconcepto y formar las bases de las futuras relaciones entre los adultos. La formación de grupos en esta etapa permite al adolescente elaborar ideas y

experiencias, la discusión de ideologías y puntos de vista, el desarrollo de la amistad y el enamoramiento.

Si bien el grupo de pares contribuye a la definición de intereses, identidad y habilidades sociales, no siempre la influencia de éstos le resulta positiva al adolescente. Existen grupos que promueven una socialización que se orienta más a las conductas agresivas, al alejamiento de los estándares de comportamiento que se espera del joven y que, de persistir en el tiempo, pueden tornarse psicopatológicos.

Las habilidades sociales juegan un papel muy importante para la aceptación social del adolescente. La aceptación social es una condición personal de un sujeto respecto a un grupo de referencia; en el caso de los adolescentes, esta condición se relaciona con las habilidades de liderazgo, popularidad, compañerismo, jovialidad, respeto, entre otras.

3.1.6. Importancia de las habilidades sociales en la adolescencia

Las habilidades sociales cobran una gran importancia en la adolescencia. Es en esta etapa cuando los adolescentes desarrollan su personalidad y tiene la necesidad de alejarse del núcleo familiar y acercarse más a las relaciones sociales, donde sientan las bases para desenvolverse como adultos en la esfera social, siendo clave para sobrevivir de manera sana tanto emocional como laboralmente.

Como se había mencionado con anterioridad, se trata un conjunto de conductas, pensamientos y emociones que están relacionadas con la forma de comunicarnos, expresar nuestras opiniones, pensamientos y deseos, logrando que sea de manera asertiva, amable y sin provocar incomodidad en los demás; escuchando opiniones, aun cuando sean divergentes, considerando otros puntos de vista y recibiendo positivamente las críticas. Son fundamentales para construir un entorno social que nos ofrezca una red de apoyo y permita desarrollar el sentido de pertenencia (Forteza, 2021).

Según Banderas (2020) en un artículo publicado, expone que el tener buenas habilidades sociales puede asegurar un mayor éxito en diferentes entornos de la vida. Así también, ayuda a establecer vínculos, relación y objetivos, logrando un disfrute en las relaciones sociales. Cuando un adolescente logra buenas habilidades sociales,

contará también con un autocontrol emocional y destrezas en su comunicación lo que contribuye a tener una buena autoestima.

Las habilidades sociales son primordiales para lograr el éxito a largo plazo como a corto plazo, logrando que el adolescente desarrolle su inteligencia emocional. Se resalta la presencia de una combinación del manejo del estado emocional propio, la habilidad de responder y comprender. Las habilidades sociales también añaden la capacidad de comprender el mundo interior de sí mismo mediante el contacto con otras personas, la capacidad de relacionarse, la reciprocidad, la manera de como interactúan y se comunican (Banderas, 2020)

Los adolescentes sienten dos prioridades en esta etapa de su desarrollo y son la necesidad de sentirse integrados a un grupo y sentirse reconocidos, si no logran integrarse, podría influir en sus emociones, en su autoestima, que puede ocasionar otro tipo de problemáticas como aislamiento, adicciones, depresión y trastorno de ansiedad. Por esto es necesario que los adolescentes cuenten con suficientes recursos y logren manejarse en el mundo dentro de la sociedad (Zegarra, 2019).

Por su parte, Monjas (2006, pág. 27) expone que las habilidades sociales cumplen una serie de funciones, las cuales son las siguientes:

- Conocimiento de sí mismo y de los demás
- Desarrollo de determinados aspectos del conocimiento social y determinadas conductas, habilidades y estrategias: reciprocidad, empatía y habilidades de adopción de roles y perspectivas, intercambio en el control de la relación, colaboración y cooperación y, estrategias sociales de negociación y de acuerdos.
- Autocontrol y autorregulación de la propia conducta en función del feedback que se recibe de los otros.
- Apoyo emocional y fuente de disfrute
- Otros aspectos importantes en las relaciones con los iguales son el aprendizaje del rol sexual, el desarrollo oral y aprendizaje de valores.

De esta manera, se puede destacar el gran valor que tiene el buen desarrollo de las habilidades sociales en la vida de una persona.

3.2.Autoestima

3.2.1. Definición de autoestima

Muchos son los autores que a lo largo de los años brindaron una definición de lo que es la autoestima. A continuación, se desarrollará algunos de esos conceptos.

Coopersmith (1976) define la autoestima como un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se trasmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta. Es decir, la autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja el grado en el cual el individuo cree en sí mismo para ser capaz, productivo, importante y digno.

Así también, propone la teoría de que la autoestima es determinada, principalmente, por el ambiente familiar y hace mención de que la competencia es un elemento importante dentro de esta determinación. Indica que las propias experiencias de competencia y autoestima de los padres son factores significativos en el desarrollo de ésta (Coopersmith, 1976). Por otra parte, el autor sugiere cuatro factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima: el valor que el sujeto percibe de otros hacia sí mismo, (expresado en afecto, reconocimiento y atención), la historia de éxito del sujeto (posición o estatus que perciba de sí mismo en relación a su entorno), la definición persona de éxito o fracaso y estilo para manejar la crítica o retroalimentación negativa.

Por otro lado, Alcántara (2004, pág. 17) menciona que la autoestima es una actitud hacia uno mismo; es la forma habitual de pensar, sentir y comportarse con uno mismo. Menciona también que es la disposición permanente según la cual una persona se enfrenta consigo misma y el sistema fundamental por el cual ordena sus experiencias refiriéndolas a su yo personal. El autor plantea que la autoestima es adquirida y se genera como resultado de la historia de cada persona; es la unión de

muchos hábitos y aptitudes adquiridas, constituye la raíz de la conducta humana, pero no la conducta misma (pág. 18).

Brander (2012, pág. 15) explica que la autoestima tiene dos componentes; uno es un sentimiento de capacidad personal y el otro, un sentimiento de valía personal; es la suma de la confianza y respeto de un sujeto consigo mismo. La misma refleja el juicio implícito que cada persona realiza de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida.

3.2.2. Componentes de la autoestima

Alcántara (2004, págs. 19-20) plantea tres componentes en los cuales está basada la autoestima. Estos trabajan en correlación a los otros, de tal manera que si uno de ellos se modifica o cambia, provoca alteración en los otros. Estos son:

- **Componente cognitivo:** refiere a la idea, opinión, creencias, percepción y procesamiento de la información. Es decir, el autoconcepto definido como la opinión que se tiene de la propia personalidad y sobre la propia conducta. El autoconcepto ocupa un lugar privilegiado en el origen, crecimiento y consolidación de la autoestima. Este a su vez es acompañado por la autoimagen o representación mental que el sujeto tiene de sí mismo en el presente y las aspiraciones y expectativas futuras. El valor de la autoimagen es vital para la autoestima.
- **Componente afectivo:** este implica la valoración de lo positivo y lo negativo que hay en el sujeto, conlleva un sentimiento sobre lo favorable y lo desfavorable, lo agradable y lo desagradable que se observa en sí mismo. Esto significa sentirse a gusto o a disgusto consigo mismo y admirar la propia valía.
- **Componente conductual:** significa intención y decisión de actuar o de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es decir, la autoafirmación dirigida hacia el propio yo y en busca de la consideración y el reconocimiento por parte de los demás. Se trata del esfuerzo por alcanzar fama, honor, respeto ante sí mismo y ante los demás.

3.2.3. Dimensiones de la autoestima

Coopersmith (1976) distingue cuatro distintas dimensiones de la autoestima:

- **Dimensión personal:** esta área consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación a su imagen corporal y cualidades personales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.
- **Dimensión social:** es la valoración que el individuo ejecuta y con frecuencia mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo cual lleva implícito un juicio personal que se manifiesta en las actitudes asumidas hacia sí mismo. Es decir, la valoración que hace la persona de sí misma, pero en este caso en relación con las formas de interacción que mantiene con sus semejantes.
- **Dimensión familiar:** consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con los miembros del grupo familiar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo. Es decir, es el juicio valorativo que una persona hace en relación con los miembros de la familia, tomando como base para ello las interacciones que mantiene con ellos.
- **Dimensión escolar:** es la evaluación que la persona se hace y con frecuencia sostiene sobre sí mismo, en correlación con su desempeño en el ámbito escolar teniendo en cuenta su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo que de nuevo implica un juicio personal manifestado en la actitud hacia sí mismo.

3.2.4. Niveles de la autoestima

Coopersmith (1976) menciona que la autoestima se expresa en tres niveles: alta, media y baja.

- **Autoestima alta:** los individuos con una alta autoestima son personas motivadas para cuidar de sí mismos y esforzarse de manera persistente

en alcanzar sus metas. Esta clase de autoestima está fundada de acuerdo a dos sentimientos de la persona para con sí misma: la capacidad y el valor. Los individuos con una autoestima alta poseen un conjunto de técnicas internas e interpersonales que los hace enfrentar de manera positiva a lo que corresponda enfrentar, tienden a adoptar una actitud de respeto no solo con ellos mismos sino con el resto. Por otro lado, una persona con una autoestima alta tiene menos probabilidades de autocrítica, en relación con las personas que poseen otro tipo de autoestima. Tener una autoestima alta permitirá que los individuos se vean a sí mismas de manera objetiva, y la valoración de sus destrezas se basa en una retroalimentación exacta más que en una distorsión de lo que a ellos les gustaría ser. Además, poseen un sentido claro de los valores que dirigen su vida y todo esto le permite enfrentar los fracasos, permitiendo encontrar soluciones rápidas y creativas.

Con respecto a las características propias de las personas con este nivel de autoestima se encuentran: la confianza hacia uno mismo, saben que pueden equivocarse y mejorar, expresan lo que piensan y sienten, identifican y expresan sus emociones a otras personas, son muy participativos, no temen a los nuevos retos, son empáticos, creativas, perseverantes, conocen sus debilidades y cualidades, son responsables de sus acciones, no necesitan impresionar a los demás y su autoconcepto es positivo.

- **Autoestima media:** La autoestima media posee algunas características positivas y negativas de la personalidad. Esta está ligada a los factores que llevan al desarrollo de una autoestima alta, sin embargo, debe trabajar sobre sus cualidades y capacidades con autoconciencia para evitar una autoestima baja. Es decir, la autoestima media es como un punto medio del continuo de cualidades que varían entre la autoestima baja y alta. Así también, es el nivel donde el individuo se caracteriza por disponer de un instante de confianza propia, pero a su vez puede tener la disminución de la misma por la opinión de otros, como característica notoria son las

personas que externamente aparentan seguridad, pero no lo son realmente. Son personas que no se consideran con superioridad a los demás, pero tampoco se aceptan a sí mismo en su totalidad.

En cuanto a las características de personas con nivel medio de autoestima se encuentra: la poca tolerancia al rechazo, se centra más en los problemas que en las soluciones por tanto puede existir fracasos, evitan el cambio, tiene confianza en sí mismas pero las mismas pueden cambiar de un momento a otro, cuando reciben críticas su confianza disminuye, son racionales, aceptan nuevos retos con mucho esfuerzo.

- **Autoestima baja:** caracteriza a aquellos individuos que muestran desánimo, depresión, aislamiento, se sienten poco atractivos, así como incapaces de expresarse y defenderse pues sienten temor de provocar el enfado de los demás. Estos individuos se consideran débiles para vencer sus deficiencias, permanecen aislados ante un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por problemas internos, presentan dificultades para establecer relaciones amistosas, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que los trabajos e ideas de los demás son mejores que las suyas.

El tener una autoestima baja es un factor que perjudica la salud psicológica ya que esto involucra a que la persona se sienta inconforme consigo mismo, con su existencia y no es capaz de responder de manera adecuada a los problemas que se le presentan. El individuo con una autoestima baja será propenso a sufrir algún daño del entorno social, se compara con una herida abierta que al menor roce produce dolor. Todo ello puede producir una distorsión en cuanto a la percepción de sí mismo, es decir que son muy susceptibles a la información negativa de sí mismos.

3.2.5. Importancia de la autoestima en la adolescencia

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima; es la etapa en la que la persona necesita hacerse con una firme identidad. En la etapa de la adolescencia se constituye en gran medida la identidad de la persona, quien por un lado, necesita sentirse parte y ser aceptado por los iguales,

pero también necesita diferenciarse y construir una identidad propia y distinta a la de los demás (Adrados, 2019). El hecho de que sea la etapa en la que se forja la identidad es lo que hace tan importante que el adolescente se sienta cómodo consigo mismo y que pueda desarrollarse dentro y fuera de su entorno teniendo en cuenta sus circunstancias.

Adolescencia es sinónimo de cambios y la cantidad de cambios que el adolescente vive, **pueden llegar a ocasionar muchas inseguridades** en ella/él. Estas inseguridades van poco a poco incrementando si no se trabajan y pueden llegar a afectar de forma considerable hasta la vida adulta empañando los objetivos, las metas e incluso los logros y **convirtiéndose en problemas mucho más graves**. Es decir que, si estos problemas de autoestima no son identificados a tiempo, el adolescente se convierte en un adulto/a con inseguridades que arrastrará desde la adolescencia y se pueden generalizar a diversos ámbitos, ya sea laboral, familiar u otros (Pellicer, 2021).

Un adolescente con baja autoestima puede tratar de ocultar su personalidad y pasar lo más inadvertido posible. El temor a mostrarse tal y como es por miedo al rechazo puede influir de forma decisiva en la creación de su identidad. Las presiones y las expectativas del resto de las personas se pueden convertir en las reglas que guíen la creación de esa primera identidad.

El cerebro va madurando y se adquieren nuevas habilidades. Todo ello influye en el proceso de adquisición de una nueva identidad. De ahí que, solo cuando se ha desarrollado un autoconcepto coherente, se puede construir la autoestima. Cuando se pide a un adolescente que se describa a sí mismo, normalmente lo hará atendiendo a atributos externos relacionados con su aspecto físico (atractivo, rasgos, figura) y actividades realizadas (capacidades intelectuales y formas de relacionarse con los demás). Su visión gira en torno a los conceptos de valía y competencia. Por ello, **está muy relacionada con el éxito escolar, la competencia social y el equilibrio emocional** (Clemente, 2022).

En esta etapa adolescente tanto la familia, la escuela, los amigos, los medios de comunicación contribuyen a formar y moldear la autoestima, sin embargo, también en esta etapa se conjugan otros elementos, en la que la autoestima tiende a debilitarse. Un adolescente con autoestima saludable aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas en todos sus contextos, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, es consciente del rumbo que persigue, y lo más rescatable de esto sería, si el adolescente culmina esta etapa de su vida con una autoestima sólida y bien desarrollada entonces podrá pasar a la vida adulta con buenos cimientos fuertes y necesarios para desarrollarse satisfactoriamente (Meléndez & Machuca , 2018).

Es así que podemos decir que una buena autoestima en el adolescente, favorece un mejor acceso a la vida adulta con un mejor equilibrio psíquico y emocional.

3.3.Relación de las habilidades sociales con la autoestima

Las habilidades sociales y la autoestima son dos factores importantes en la adolescencia. La autoestima se entiende como una actitud hacia uno mismo que implica aceptar las características y cualidades que posee la persona, esto conlleva a la valoración de la imagen, relacionando con las habilidades sociales, este es un componente importante para establecer relaciones sociales satisfactorias con el resto de las personas. La autoestima actúa como un calibrador interno destinado a monitorear los logros personales y motivar las acciones correctivas, al igual que implica la evaluación de las propias habilidades sociales (Mendieta & Prado, 2022).

Alcántara (2004, pág. 14) indica que una buena autoestima posibilita una relación social saludable. Explica que el respeto y el aprecio hacia uno mismo constituye la plataforma adecuada para relacionarse con las demás personas. El sujeto con buena autoestima, será mejor aceptado, podrá estimar a los otros, reconocer sus valores e infundirles un autoconcepto afirmativo. A su vez, despierta la confianza y la esperanza en los demás en sus propias capacidades, es decir, el sujeto actúa inconscientemente como un modelo de autoconfianza.

Asimismo, la autoestima garantiza la proyección futura de la persona, cualidad estrecha a las habilidades sociales en su dimensión ‘Habilidades de planificación’ puesto que el adolescente se proyecta hacia el futuro, se autoimpone unas aspiraciones y unas expectativas de realización, se siente capaz de perseguir metas superiores, surgen en ella la esperanza y la fortaleza necesaria para alcanzar unos bienes difíciles. Además, puede conjurar la desesperanza y transmitir convicción en el porvenir de cuantos le rodean, impulsando el desarrollo de las habilidades sociales.

De igual manera, el autor refiere que la autoestima fundamenta la responsabilidad, y es justamente esta cualidad parte de las habilidades mencionadas, ya que un sujeto será comprometido y responsable si tiene confianza en sí mismo, si cree en sus aptitudes y si encuentra en su interior los recursos necesarios para superar las dificultades inherentes a su compromiso.

Por otra parte, Alcántara menciona que la autoestima sirve para superar las dificultades personales, lo cual está vinculado a la dimensión ‘Habilidades sociales para hacer frente al estrés’ ya que cuando una persona goza de autoestima es capaz de abordar los fracasos y los problemas que le sobrevengan. Dispone dentro de sí la fuerza necesaria para reaccionar y superar los obstáculos. Sucede todo lo contrario con el joven o adulto desprovisto de autoestima: los golpes que recibe de su vida lo quiebran y paralizan, conduciéndoles a un mal manejo de situaciones de estrés.

Por su parte, Servós (2021) menciona que las relaciones que un adolescente tiene con los demás condicionan, de manera positiva o de manera negativa, la autoestima que tiene; y viceversa. Un adolescente que tenga una autoestima alta, tendrá muchas más facilidades para forjar relaciones de calidad con otras personas, mientras que un adolescente con una baja autoestima, tendrá serias dificultades para desarrollar sus habilidades sociales.

Las personas son entes sociales, viven en sociedad y se relacionan continuamente con otras personas, siendo estas relaciones muy importantes para el bienestar y éxito personal. Comunicarse bien con los demás es muy necesario, ayuda a crecer, nutre emocionalmente y protege de conflictos y aislamientos. Desarrollar buenas habilidades

sociales es uno de los cimientos de la autoestima. Con habilidades sociales pobres, el autoconcepto sufre y las personas se sienten poco capacitados para integrarse y desarrollarse en el ámbito social (Salambay, 2019).

Gómez y Ojeda (2010, pág. 23) exponen que uno de los factores más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una alta autoestima, saberse que uno es competente y valioso para los otros. Esta autovaloración involucra las emociones, los afectos, los valores y la conducta. Cuando un adolescente presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás. Es responsable, se comunica y relaciona en forma adecuada con sus iguales. En cambio, un adolescente con una autoestima negativa, no confía en sí mismo y tampoco confía en los demás. Suele ser inhibido y crítico, poco creativo, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás como una forma de compensar sus debilidades, también desarrollan conductas desafiantes o agresivas. Así, mientras menos valora a los demás, a su vez, él es menos querido por su entorno.

Infante (2020) hace mención que la autoestima está muy vinculada a los resultados que tiene una persona al intentar relacionarse con los demás, y es que tener o no tener buenas habilidades sociales tienen un fuerte impacto en ella. La autora refiere que la percepción que una persona tiene de sí misma, se apoya no solo en las creencias sobre quién es, sino también de lo que cree que los demás piensan al verle y hablarle.

En conjunto, se puede decir que la autoestima es primordial para el desarrollo de las habilidades sociales. Un buen nivel de autoestima, conlleva un mejor desarrollo de las habilidades sociales.

CAPÍTULO IV
DISEÑO
METODOLÓGICO

4. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Área de investigación

La presente investigación se encuentra dentro de la Psicología Social, ya que la misma constituye la rama de la Psicología que estudia el comportamiento humano en la sociedad. Analiza los procesos sociales y las relaciones interpersonales que influyen en el comportamiento de las personas y la formación de su personalidad. Profundiza en las interacciones entre las personas, sobre todo en el contexto de los grupos y los entornos sociales, para comprender fenómenos como los roles sociales, estereotipos y valores, así como la conciencia colectiva y la identidad social o el trabajo en equipo y el liderazgo (Arnau , 2022).

El autor menciona que la sociedad ejerce una enorme influencia en nuestro desarrollo psicológico. Cuando se nace, la persona se ve inmersa inmediatamente en el pequeño grupo que conforma la familia y poco a poco se va incorporando en otros grupos que van transmitiendo una cultura y unos valores socialmente compartidos y aceptados (Arnau , 2022).

Como se pudo explicar en los capítulos anteriores, el contexto en el que se desarrolle un individuo, ayudará o influirá en el desarrollo de las habilidades sociales y por ende de su autoestima. Es por esto que, al intentar entender el comportamiento de las personas, se debe trabajar con la Psicología Social.

4.2. Tipificación de la Investigación

El presente trabajo se tipifica:

Según el propósito, como una **investigación teórica o básica** debido a que se trata de un estudio que se realiza a partir de otros conocimientos que ya se tenían, pero a la vez aporta información reciente de nuestro contexto en una población determinada. Su objetivo es aprender a ampliar más sobre el tema.

Según el resultado, es una investigación **descriptiva y correlacional**. Hernández (2014, pág. 92) entiende un estudio descriptivo a aquel que consiste en describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesos; esto es, detallar cómo son y se manifiestan. Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y

los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refiere. Por otra parte, es un estudio de tipo correlacional. Este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular (Hernández, 2014, pág. 93). En este caso, se realizó el estudio de la variable 1 (habilidades sociales) y la variable 2 (autoestima).

Según el enfoque de investigación, el estudio es **cuantitativo**. Hernández (2014, pág. 4) lo explica como un enfoque que utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base a la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías. La investigación hizo uso de instrumentos psicométricos, los datos se interpretaron en base a baremos, la tabulación de datos utilizó la estadística y la interpretación de los mismos está sujeta a la lógica numérica.

Según el tiempo de estudio, se trata de una investigación **transversal**, estos diseños recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández, 2014, pág. 155). La presente investigación ejecutó el recojo de datos a través de varias sesiones a lo largo de pocos días.

4.3. Población y muestra

4.3.1. Población

La población, según Hernández (2014, pág. 174), está compuesta por un conjunto grande de individuos que participan del fenómeno que fue definido y delimitado en el análisis del problema de investigación, tiene la característica de ser estudiada, medida y cuantificada. La población determinada para este trabajo investigativo son los estudiantes de tercero a cuarto curso de secundaria de las unidades educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023. Los mismos oscilan entre 14 a 16 años de edad, pertenecientes a la adolescencia media. La elección de esta población es debido a que es considerada una etapa de riesgo, dados los cambios

y la inestabilidad emocional que se atraviesan, haciendo del adolescente frágil ante los agentes de su medio.

El departamento de Tarija-Cercado tiene alrededor de 48 establecimientos educativos en la educación Secundaria Comunitaria Productiva, tanto como privados, convenios y fiscales, según el Departamento de Educación de Tarija (2023), los cuales son vistos en la siguiente tabla. Cabe destacar que en el cuadro se incluye el nombre de la Unidad Educativa y el número de alumnos pertenecientes al tercero y cuarto de secundaria. Esta información fue brindada por el Departamento de Educación de Tarija, mostrando datos actualizados del presente año.

Cuadro No. 1
Distribución de la Población por Colegios

N°	Unidad Educativa	Tipo	Total	N°	Unidad Educativa	Tipo	Total
1	Castelfort Castellanos T/M	Fiscal	85	25	Eulogio Ruiz	Fiscal	114
2	Juana Azurduy de Padilla	Fiscal	108	26	San Roque	Fiscal	124
3	Tarija 1	Fiscal	58	27	María Laura Justiniano 2	Fiscal	206
4	San Jerónimo	Fiscal	95	28	Lourdes	Fiscal	170
5	Lidia de Campos	Fiscal	116	29	San Jorge 2	Fiscal	109
6	Pampa Galana	Fiscal	110	30	Lindaura de Campero	Fiscal	189
7	Octavio Campero Echazú	Fiscal	115	31	Hna. Teresa de Calcuta	Fiscal	132
8	Carmen Mealla	Fiscal	80	32	Juan Pablo II	Fiscal	155
9	Santa Ana	Convenio	120	33	Dr. Alberto Baldiviezo	Fiscal	65
10	Avelina Raña 2	Fiscal	105	34	Jesús de Nazareth	Fiscal	237
11	José Manuel Ávila	Fiscal	180	35	Eustaquio Méndez	Fiscal	192
12	Esteban Migliacci	Fiscal	115	36	Julio Calvo	Fiscal	132
13	Tercera Orden Franciscana	Convenio	143	37	Alemán del Sud	Privado	57
14	José Manuel Belgrano	Fiscal	135	38	Bancario 2	Privado	225
15	Juan XXIII	Fiscal	115	39	Hno. Felipe Palazón	Privado	214
16	José Naval Monzón Cardozo	Fiscal	109	40	La Salle	Privado	262
17	Eduardo Orozco Alfaro	Fiscal	29	41	San Bernardo de Tarija	Privado	244
18	Narciso Campero 2	Fiscal	144	42	Evangélica Bautista Tarija	Privado	55
19	Nacional San Luis	Fiscal	339	43	Hermann Hmeiner	Fiscal	152
20	Aniceto Arce	Fiscal	82	44	Americano de Tarija	Privado	76
21	Jorge Araoz Campero	Fiscal	132	45	Víctor Varas Reyes	Fiscal	53
22	Nazaria Ignacia March	Fiscal	133	46	Bolivia	Fiscal	110
23	La Salle Convenio	Convenio	262	47	La Paz	Fiscal	114
24	Castelfort Castellanos T/T	Fiscal	71	48	San Jorge 1	Fiscal	77

Fuente: Departamento de Educación de Tarija, 2023.

Elaboración: Propia

Al considerar la magnitud de la población, se propone trabajar con un colegio correspondiente a cada estrato, es decir un colegio privado, un colegio de convenio y un colegio fiscal, pertenecientes (como ya se mencionó) al tercer y cuarto grado de secundaria. En este sentido, se trabajó con un **criterio intencionado no probabilístico**, ya que, en dichas muestras, la selección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o los propósitos del investigador. Esto ocurre cuando los elementos seleccionados para la muestra son elegidos por el criterio del investigador (Hernández, 2014). Es así que, en base al criterio expuesto anteriormente, se trabajó con un colegio perteneciente a cada estrato. El objetivo de estratificar la población es buscar representatividad en cada uno de los estratos (Cary, 2023). Así también, se procura realizar una breve, pero concisa comparación de resultados, pudiendo encontrar diferencias significantes por el hecho de pertenecer a cierto estrato y a su vez, enriqueciendo la investigación. Así también, se optó trabajar con la población perteneciente al tercer y cuarto curso de secundaria, la cual oscila entre las edades de 14 a 16 años, pertenecientes a la edad media, ya que es la más vulnerable en cuanto a la influencia que el medio pueda ejercer en ella.

Seguido a eso, se empleó el *criterio muestral aleatorio*. Hernández (2014) define al muestreo aleatorio simple como un tipo de muestreo que consiste en seleccionar un subconjunto aleatorio de individuos de la población objetivo para representar a todo el grupo. Es decir, es un procedimiento de muestreo probabilístico que da a cada elemento de la población objetivo y a cada posible muestra de un tamaño determinado, la misma probabilidad de ser seleccionado. Para llevar a cabo lo expuesto anteriormente, se dividió a los colegios según su estrato (privado, convenio y fiscal) y se procedió a escribir el nombre de cada colegio en un papel para luego mezclarlos en una tómbola y de esta manera, escoger al azar un tipo de colegio perteneciente a cada estrato. Cabe resaltar que esta selección se dio entre todas las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija presentadas en el Cuadro N°1.

El resultado obtenido de dicho criterio fue la selección de los siguientes colegios: Colegio Castelfort Castellanos Turno Tarde, San Bernardo de Tarija y La Salle Convenio. El total de los alumnos de los mismos es de 577 estudiantes.

A continuación, se expone una tabla de distribución de la muestra:

Cuadro No. 2
Distribución de la Muestra

Unidad Educativa	Tipo	Curso		Frecuencia	Porcentaje
Castelfort Castellanos T/T	Fiscal	T	38	71	12 %
		C	33		
San Bernardo de Tarija T/T	Privado	T	126	244	42 %
		C	118		
La Salle Convenio	Convenio	T	139	262	46 %
		C	123		
TOTAL				577	100%

Fuente: Departamento de Educación de Tarija

Elaboración: Propia

4.3.2. Muestra

La muestra según Hernández (2014, pág. 175) es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectarán datos, teniendo que definirse y delimitarse con precisión, además debe ser representativo de la población. Se pretende que los resultados encontrados en la muestra se generalicen o extrapolen a la población. El interés es que la muestra sea estadísticamente representativa.

Al conocer ya el número de la población en total, se procedió a realizar la aplicación de la fórmula muestral.

Valores:

N: Población total (577 estudiantes)

Z: Nivel de confianza elegido (1.96)

P: Proporción positiva 50% (0.5)

Q: Proporción negativa 50% (0.5)

e: Error máximo permitido (0,05)

$$n = \frac{Z^2 * N * P * Q}{(N - 1) e^2 + Z^2 * P * Q}$$

$$n = \frac{1.96^2 * 577 * 0,5 * 0,5}{(577 - 1) 0.05^2 + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{553.92}{2.4}$$

$$n = 231$$

Una vez obtenido el número de la muestra, se procedió a emplear la fórmula de *muestreo estratificado*, en el cual se selecciona una sub muestra de cada estrato, de manera que en la muestra estén representados los estratos originales en la población (Cary, 2023). Cada valor fue reemplazado de la siguiente manera:

Valores:

N: Población (577 estudiantes)

n: Muestra (231 estudiantes)

N_i: Población por estratos (según el número de estudiantes por colegio y curso)

n_i: Tamaño de la muestra por estrato

$$n_i = n * \left(\frac{N_i}{N}\right)$$

En donde:

Castelfort	San Bernardo	La Salle Convenio
$n_i = 231 * \left(\frac{71}{577}\right)$	$n_i = 231 * \left(\frac{244}{577}\right)$	$n_i = 231 * \left(\frac{262}{577}\right)$
$n_i = 28$	$n_i = 98$	$n_i = 105$

A través de la fórmula expuesta, también se llevó a cabo la *afijación proporcional* del *muestreo aleatorio estratificado* para así llegar a obtener una muestra representativa de cada estrato.

En donde:

Castelfort	San Bernardo Tercero	La Salle Convenio
$n_i = 28 * \left(\frac{38}{71}\right)$	$n_i = 98 * \left(\frac{126}{244}\right)$	$n_i = 105 * \left(\frac{139}{262}\right)$
$n_i = 15$	$n_i = 51$	$n_i = 56$
Cuarto		
$n_i = 28 * \left(\frac{33}{71}\right)$	$n_i = 98 * \left(\frac{118}{244}\right)$	$n_i = 105 * \left(\frac{123}{262}\right)$
$n_i = 13$	$n_i = 47$	$n_i = 49$

A continuación, se expone una tabla de distribución de la muestra aleatoria estratificada:

Cuadro No. 3

Distribución de la Muestra Aleatoria Estratificada y Afijación Proporcional

Unidad Educativa	Curso	Población (N)	Tamaño de la muestra por estrato (Ni)
Castelfort Castellanos T/T	Tercero	38	15
	Cuarto	33	13
San Bernardo de Tarija T/T	Tercero	126	51
	Cuarto	118	47
La Salle Convenio	Tercero	139	56
	Cuarto	123	49
TOTAL		577	231

Fuente: Departamento de Educación de Tarija

Elaboración: Propia

De esta manera, la muestra para la presente investigación es de 231 estudiantes de tercero a cuarto de secundaria, pertenecientes a la adolescencia media.

Una vez aprobada la solicitud de ingreso a las Unidades Educativas seleccionadas, se estableció el día y hora para la recolección de los datos. Asimismo, se dio a conocer el número de estudiantes que serían necesarios para el trabajo investigativo. Llegado el día, la dirección de cada colegio dispuso un ambiente amplio y adecuado para la aplicación de los instrumentos e hicieron la selección de sus estudiantes según el número previsto de acuerdo a la distribución de la muestra. Con estos pasos se estableció, finalmente, la muestra representativa de la presente investigación y se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos seleccionados.

4.4.Métodos, técnicas e instrumentos

4.4.1. Métodos

4.4.1.1.Método teórico

La presente investigación utiliza el método teórico, el cual cumple una función gnoseológica importante, ya que posibilitan la interpretación conceptual de los datos empíricos encontrados y la recopilación de trabajos e información referida al tema de estudio. Es así que, los métodos teóricos al utilizarse en la construcción y desarrollo de las teorías, crean las condiciones para ir más allá de las características fenoménicas y superficiales de la realidad, explicar los hechos y profundizar en las relaciones esenciales y cualidades fundamentales de los procesos no observables directamente (Quesada & Medina, 2020, pág. 2). Es decir, posibilita la interpretación conceptual de los datos empíricos encontrados, la construcción y desarrollo de teorías.

La utilización de este método es evidente en la construcción y desarrollo de la teoría que sustenta al problema de investigación planteado y en la interpretación que se hará en base a los datos o resultados hallados. De esta manera, se emplean los siguientes métodos teóricos:

Método analítico: Quesada & Medina (2020, pág. 5) definen el método analítico como aquel que posibilita descomponer la información en busca de lo que es esencial en relación con el objeto de estudio. Es decir, por medio del análisis se

estudian los hechos y fenómenos separados sus elementos constitutivos para determinar su importancia, la relación entre ellos, cómo están organizados y cómo funcionan estos elementos. Esto se vio la hora de la revisión bibliográfica del marco teórico debido a la información que la conforma, pero que la misma debe ser analizada y especificada según los requerimientos de la investigación. Asimismo, en la interpretación de datos donde se realizó un análisis de los resultados obtenidos.

Método sintético: la síntesis puede llevar a generalizaciones que van contribuyendo paso a paso a la solución del problema científico como parte de la red de indagaciones necesarias (Quesada & Medina, 2020, pág. 6). Tiene como objetivo principal resumir los aspectos más relevantes de un proceso. De esta forma, lo que se busca es hacer un resumen de lo analizado. Esto es evidente al tener la integración de las partes analizadas, obteniendo una síntesis global del objeto de estudio.

Método hipotético-deductivo: Quesada & Medina (2020, pág. 7) refieren a este método como aquel que se pasa de un conocimiento general a otro de menor nivel de generalidad. Es decir, parte de las verdades previamente establecidas como principios generales para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar su validez. Así también, se trata de un método que parte de una hipótesis o explicación inicial, para luego obtener conclusiones particulares de ellas, que luego serán a su vez comprobadas experimentalmente. Es decir, comprende un paso inicial de unas inferencias empíricas que permiten deducir una hipótesis inicial que luego será sometida a experimentación. Este método es utilizado en la elaboración de las hipótesis planteadas, que luego serán comprobadas con la revisión bibliográfica.

Método inductivo: este método procede a partir de premisas particulares para generar conclusiones generales. Es decir, es una forma de razonamiento que se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general (Quesada & Medina, 2020, pág. 8). Está presente al momento del procesamiento y análisis de los datos obtenidos de los instrumentos aplicados, como también en el análisis e interpretación de la información.

4.4.1.2.Método empírico

Según Quesada & Medina (2020, pág. 10) este método se utiliza para descubrir un conjunto de hechos y datos como base para diagnosticar el estado del problema a investigar. Se asocian a los procedimientos por los cuales se obtiene, directamente de la realidad, la información necesaria para el propósito investigativo. Es decir, se basa en la experiencia en el contacto con la realidad. Se usa este método en el procedimiento de recolección de datos a través de los test psicológicos estandarizados, ya que se acude a escalas objetivas para mediar las variables estudiadas. Los test psicológicos se definen como toda aquella prueba, método o instrumento utilizado con el fin de evaluar o medir una o más de una las diferentes características que forman parte de la psique del individuo. Los test psicológicos se basan en la conducta observable y en la expresión de la subjetividad del analizado de cara a inferir las características y estado mental del sujeto, siendo necesario un análisis posterior con el fin de poder extraer información con significación (Hernández, 2014, pág. 202).

Los test psicológicos estandarizados son aquellos que poseen validez (miden lo que pretenden medir) y confiabilidad (sus resultados tienen consistencia a lo largo del tiempo) y han sido baremados (tienen una tabla que permite categorizar o interpretar los datos obtenidos). Un instrumento de medición adecuado es aquel que registra datos observables que representan verdaderamente los conceptos o las variables que el investigador tiene en mente (Hernández, 2014, pág. 199).

4.4.1.3.Método estadístico

Este método permite manejar datos cuantitativos mediante técnicas de recolección, recuento, presentación, descripción y análisis. Estos permiten comprobar hipótesis o establecer relaciones de causalidad de un determinado fenómeno (Hernández, 2014, pág. 4).

El mismo fue utilizado en el procesamiento de los datos de las variables estudiadas y en el momento de su análisis.

Por otra parte, será ejecutado a la hora de encontrar la medida estadística entre las dos variables, mediante el coeficiente de correlación de Pearson, el cual se describe a continuación.

Cuadro No. 4

Interpretación del Coeficiente de Correlación de Pearson

Valor	Significado
-1	Correlación negativa perfecta
-0,90 a -0,99	Correlación negativa muy fuerte
-0,70 a -0,89	Correlación negativa considerable
-0,40 a -0,69	Correlación negativa media
-0,20 a -0,39	Correlación negativa débil
-0,01 a -0,19	Correlación negativa muy débil
0	No existe correlación
0,01 a 0,19	Correlación positiva muy débil
0,20 a 0,39	Correlación positiva débil
0,40 a 0,69	Correlación positiva media
0,70 a 0,89	Correlación positiva considerable
0,90 a 0,99	Correlación positiva muy fuerte
1	Correlación positiva perfecta

Fuente: Hernández, R. (2014) Metodología de la Investigación

Elaboración: Hernández, R. (2014) Metodología de la Investigación

4.4.2. Técnicas

Son los medios utilizados para obtener datos e información de manera organizada y coherente de un determinado tema investigativo (Hernández, 2014).

La técnica empleada es la escala la cual se refiere a un conjunto de afirmaciones respecto a las cuales la persona está de acuerdo o no. Las respuestas pueden tener expresiones de frecuencia (nunca, a veces, casi siempre, siempre), intensidad o dificultad (nada, poco, mucho), etc. En su mayoría, está dirigida a mediciones de actitudes (Hernández, 2014, pág. 237).

4.4.3. Instrumentos

Los instrumentos de medición son recursos que utiliza el investigador para registrar información o datos sobre las variables que tiene en mente. Un instrumento adecuado es aquel que registra datos observables que representan verdaderamente

los conceptos o las variables que se pretenden buscar (Hernández, 2014, pág. 199).
Los instrumentos utilizados en la investigación se describen a continuación.

4.4.3.1.: Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Ficha técnica

Título completo del test: Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein.

Objetivo: evaluación del nivel de las habilidades sociales.

Autor: Arnold P. Goldstein.

Versión y año: Ambrosio Tomas Rojas (1993).

Técnica: escala.

Validez y confiabilidad: la lista de chequeo del Arnold P. Goldstein fue traducida y adaptada por Ambrosio Tomás Rojas, el cual encontró correlaciones significativas ($p < .05$, $.01$, $.001$), quedando el instrumento intacto, es decir con todos ítems completos ya que no hubo necesidad de eliminar ninguno. Cada una de las escalas componentes obtuvieron una correlación positiva y altamente significativa a un nivel de $p < .001$ con la escala total de habilidades sociales. La prueba del test- retest fue calculada mediante el coeficiente de correlación de Producto-Momento de Pearson, obteniéndose una “r” de $= 0.6137$ y una “t” $= 3.011$. Para verificar y dar pie a una precisión de la confiabilidad, también se calculó el Coeficiente de Alpha de Cronbach, que es la consistencia interna, y obtuvieron un “Alpha” $_{rtt} = 0.9244$ (Quaquira y Sierra, 2018. Citado por (Ibarra, 2020)).

Materiales: cuadernillo de aplicación.

Tipo y tiempo de aplicación promedio: aproximadamente 15 minutos.

Edad de aplicación: 12 años en adelante.

Descripción del instrumento: la lista está compuesta por 50 ítems los cuales se agrupan en 6 áreas diferentes:

- Grupo 1: corresponde a las habilidades básicas, las cuales comprenden del ítem 1 al 8.
- Grupo 2: corresponde a las habilidades sociales avanzadas que comprende del ítem 9 al 14.
- Grupo 3: corresponde a las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, las cuales comprenden del ítem 15 al 21.

- Grupo 4: corresponde las habilidades alternativas a la agresión, las cuales comprenden los ítems 22 al 30.
- Grupo 5: corresponde a las habilidades para hacer frente al estrés, las cuales comprenden del ítem 31 al 42.
- Grupo 6: corresponde a las habilidades de planificación, las cuales comprenden los ítems 43 al 50.

Escala de presentación de los resultados: los ítems redactan, afirmativamente, diversas acciones que el adolescente puede realizar con las personas que lo rodean. La escala de respuesta es la siguiente, la cual también cuenta con el puntaje correspondiente a cada respuesta:

- Nunca 1
- Rara vez 2
- A veces 3
- A menudo 4
- Siempre 5

El puntaje se obtiene sumando el número de ítems respondidos, tiene como máximo un puntaje de 250.

A continuación, se presenta un cuadro con las puntuaciones del test:

Cuadro No. 5

Puntuación del Cuestionario de Habilidades Sociales

Niveles	Habilidades sociales	Dimensión P.H.S.	Dimensión H.S.A.	Dimensión H.R.S.	Dimensión H.A.A.	Dimensión H.F.E.	Dimensión H.P.
Baja	50-148	8-22	6-16	7-19	9-25	12-34	8-22
Media	149-199	23-30	17-22	20-26	26-34	35-46	23-30
Alta	200-250	31-40	23-30	27-35	35-45	47-60	31-40

Fuente: Cuestionario de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

4.4.3.2. Inventario de Autoestima de Coopersmith

Ficha técnica del instrumento

Título completo del test: Self Esteem Inventory (Inventario de autoestima de Coopersmith).

Objetivo: evaluación del nivel de la autoestima.

Autor: Stanley Coopersmith.

Versión y año: Ayde Chahuayo y Betty Diaz en 1995.

Técnica: inventario.

Validez y confiabilidad: Ayde Chahuayo y Betty Diaz adaptan y estandarizan en 1995 en una población de estudiantes adolescentes de nivel secundaria de la provincia de Arequipa obteniendo como estadístico de fiabilidad: Alfa de Cronbach 545. El autor del test pudo comprobar la confiabilidad de su inventario utilizando el test – retest (0.88). Sus primeras elaboraciones sobre confiabilidad fueron realizadas en niños conociéndose como la investigación con niños obteniendo un rango de 0.87 y 0.92 de coeficiente Kr-20s para su evaluación de confiabilidad interna de la prueba, así como un $r = 0,93$ para la escala si mismo general.

Materiales: cuadernillo de aplicación.

Tipo y tiempo de aplicación promedio: aproximadamente 15 a 20 minutos.

Edad de aplicación: 8 a 17 años.

Descripción del instrumento: instrumento de medición cuantitativa de la autoestima de 58 ítems. Dentro del instrumento el sujeto lee una sentencia declarativa y luego decide si esa afirmación es “verdadero” o “falso”. El inventario está referido a la percepción de la persona en cuatro áreas: autoestima personal, autoestima social, autoestima familiar, autoestima escolar o académica y una escala de mentira de ocho ítems.

- **Autoestima Personal:** corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas. Cuenta con un total de 26 ítems, los cuales están formados por los siguientes ítems: 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24, 25, 27, 30, 31, 34, 35, 38, 39, 43, 47, 48, 51, 55, 56, 57.

- **Autoestima Social:** corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus pares. Cuenta con un total de 8 ítems, los cuales están formados por los siguientes ítems: 5, 8, 14, 21, 28, 40, 49, 52.
- **Autoestima Hogar y Padres:** corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus familiares directos. Cuenta con un total de 8 ítems, los cuales están formados por los siguientes ítems: 6, 9, 11, 16, 20, 22, 29, 44.
- **Autoestima Escolar Académica:** corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en la relación con sus pares y profesores. Cuenta con un total de 8 ítems, los cuales están formados por los siguientes ítems: 2, 17, 23, 33, 37, 42, 46, 54.
- **Escala de mentiras:** tiene como finalidad validar o invalidar la prueba. Consta de 8 ítems, los cuales son: 28, 32, 36, 41, 45, 50, 53, 58.

Escala de presentación de los resultados: el instrumento posee una escala dicotómica, en donde la opción “verdadero” equivale a 1 punto y la opción “falso” equivale a 0 puntos.

El puntaje máximo es de 50 puntos y el test de mentiras consta de 8 ítems. La prueba se invalida si es un puntaje superior a cuatro de los ocho mencionados.

Los puntajes se obtienen sumando el número de ítems respondidos, sin incluir los 8 puntajes de mentiras.

A continuación, se presenta un cuadro con las puntuaciones del test:

Cuadro No. 6
Puntuación del Cuestionario de Autoestima de Coopersmith

Niveles	Autoestima general	Dimensión personal	Dimensión Académica	Dimensión familiar	Dimensión social
Baja	0-12	0-13	0-2	0-2	0-2
Media	13-37	14-20	3-5	3-5	3-5
Alta	38-50	21-26	6-8	6-8	6-8

Fuente: Cuestionario de autoestima de Stanley Coopersmith (1976)

Elaboración: Propia

Cuadro No. 7
Cuadro Referencial

Variable	Método	Técnica	Instrumento
Habilidades sociales	Test psicológico	Escala	Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein
Autoestima	Test psicológico	Inventario	Inventario de autoestima de Coopersmith

Elaboración: propia

4.5.Procedimiento

Las diferentes etapas del presente trabajo de investigación son las siguientes:

Fase I: Revisión bibliográfica

Esta fase comprendió la revisión bibliográfica, consultando distintos autores y sus aportaciones al tema de investigación.

Fase II: Selección de instrumentos

Selección de los instrumentos, basados en las características de la investigación y del objetivo que persigue.

Fase III: Contacto con la población y definición de la muestra

Esta fase comprendió el contacto con las autoridades de los establecimientos educativos. Así también, la recolección de información para el ingreso a los establecimientos, definiendo la muestra. Posterior a ello, la delimitación de los horarios para la aplicación de los instrumentos.

Fase IV: Aplicación de los instrumentos

Esta fase comprendió la aplicación de los instrumentos en la muestra, teniendo el siguiente orden de aplicación:

- Cuestionario de autoestima de Coopersmith.
- Cuestionario de habilidades sociales de Goldstein.

Fase V: Procesamiento de los datos

Esta fase comprendió la tabulación de los datos obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos. Todo esto mediante el paquete estadístico SPSS 21.

Fase VI: Análisis e interpretación de los datos

Esta fase comprendió el análisis cuantitativo de los resultados obtenidos en la anterior fase y a su vez, en el análisis cualitativo sustentado por las teorías presentadas en el marco teórico.

Fase VII: Redacción del informe final

Para la culminación de presente trabajo de investigación, se procedió a la elaboración del informe final, en donde se expone de manera sistemática toda la información obtenida, su interpretación teórica para así llegar a las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO V

ANÁLISIS E

INTERPRETACIÓN DE

RESULTADOS

5. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos basados en la aplicación y corrección de los instrumentos utilizados en esta investigación: Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y Cuestionario de Autoestima de Coopersmith.

Los datos fueron organizados en una serie de cuadros y gráficos en los que se reflejan los valores numéricos y porcentuales de cada uno de los ítems de las variables investigadas, derivando de ello un análisis cuantitativo y cualitativo.

Es importante recalcar que el número de la muestra previsto para el trabajo investigativo fue de 231 estudiantes de tercero a cuarto de secundaria, pertenecientes a la adolescencia media, sin embargo, fueron anulados 31 cuestionarios de autoestima, debido a que fueron clasificados como inválidos, por lo que de la misma forma, se anula la misma cantidad del cuestionario de habilidades sociales, todo esto para realizar la correlación entre las variables estudiadas.

De esta manera, se presenta el cuadro sociodemográfico de la muestra investigativa:

Cuadro No. 8
Datos sociodemográficos del colegio, edad y género de la muestra

Tipo de colegio	Frecuencia	Porcentaje
Privado	83	41,5 %
Convenio	90	45,0 %
Fiscal	27	13,5 %
Total	200	100,0 %
Edad	Frecuencia	Porcentaje
13	10	05,0 %
14	103	51,5 %
15	78	39,0 %
16	9	04,5 %
Total	200	100,0 %
Género	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	98	49,0 %
Masculino	102	51,0 %
Total	200	100,0 %

Fuente:

Departamento de Educación de Tarija

Elaboración: Propia

Según los datos del Cuadro No. 8, en la presente investigación se puede observar que el 41,5% de estudiantes pertenecen al colegio de tipo privado, el 45,0% pertenece al colegio tipo convenio y el 13,5% pertenece al colegio tipo fiscal.

Por otra parte, se puede apreciar que el 5,0% tiene la edad de 13 años, el 51,5% pertenece a la edad de 14 años, el 39,0% tienen la edad de 15 años y el 4,5% están en la edad de 16 años.

Por último, es observable que el 49,0% de la población pertenece al género femenino y el 51,0% pertenece al género masculino.

5.1. Primer objetivo específico

Establecer el nivel de habilidades sociales de los estudiantes

Para el cumplimiento del primer objetivo específico y así, la recolección de datos de la presente investigación, se hizo uso de La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein.

Cuadro No. 9
Nivel de habilidades sociales

Nivel de habilidades sociales	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	29	14,5 %
Medio	137	68,5 %
Alto	34	17,0 %
Total	200	100 %

Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el Cuadro No. 9 se puede apreciar el nivel de habilidades sociales de la población estudiada. Como se observa, el 68,5% de estudiantes presentan un nivel medio de habilidades sociales. Según Goldstein, presentar un nivel *medio* hace referencia a que los adolescentes tienen desarrolladas diferentes habilidades sociales en un nivel promedio lo que les permite interactuar con los demás, desenvolviéndose por sí solos en diferentes actividades tanto públicas como en sus hogares, demostrando en cierta manera

independencia en sus interacciones; sin embargo, al no tener un desarrollo alto surgen ciertas complicaciones con las habilidades referidas a la comunicación y el buen autocontrol emocional, viviendo con gran estrés aquellas situaciones que supongan contacto con personas nuevas o la incorporación a nuevos grupos. Es decir, el adolescente posee fortalezas en cierto tipo de interacciones, pero su actuar es deficiente en otras formas de relación (Delgado I. , 2014).

Skinner (citado por Puma (2021, pág. 31) sostenía que la conducta de los individuos es regulada por sus consecuencias, es decir por sus refuerzos ya sean positivos o negativos, aumentando la probabilidad de que dicha conducta vuelva a repetirse en situaciones similares. De esta manera se puede decir que, en base a los conflictos o sucesos que se observen, el sujeto irá desarrollando una idea de cómo poder enfrentar diferentes problemas en la sociedad. Es decir, su conducta estará reglamentada por las consecuencias del lugar en el que se desenvuelve dicho comportamiento, de ahí que, si el individuo tiene manejo de las habilidades sociales, conseguirá una interacción positiva y la validación, lo cual llega a convertirse en un incentivo de refuerzo positivo para continuar desenvolviéndose en otros contextos.

Por otro lado, se puede observar que el 17,0% de los adolescentes presentan un nivel alto en el desarrollo de sus habilidades sociales. Según Banderas (2020) este grado de desarrollo puede asegurar un mayor éxito en diferentes entornos de la vida, ayudando a establecer vínculos, relación y objetivos para lograr un regocijo en las relaciones sociales. Cuando un adolescente tiene buenas habilidades sociales, cuenta también con un autocontrol emocional y destrezas en su comunicación lo que contribuye a tener una buena autoestima (Banderas, 2020), siendo capaces de reconocer las emociones ajenas y ser empáticos, logrando reestructurar su comportamiento fácilmente, adaptándose al contexto y a su interlocutor. Esto implica contar con un gran control sobre las emociones, de manera que no se permite que interfieran negativamente en las relaciones interpersonales (Del Castillo, 2023).

Finalmente, se observa que el 14,5% de los adolescentes posee un nivel bajo en el desarrollo de las habilidades sociales. Los adolescentes sienten fundamentalmente dos prioridades en esta etapa de su desarrollo y son la necesidad de sentirse integrados a un

grupo y sentirse reconocidos; si no logran integrarse, podrían verse afectadas sus emociones, su autoestima, ocasionando otro tipo de problemáticas como aislamiento, adicciones, depresión, etc. Cuando una persona no tiene las habilidades sociales necesarias, suele actuar de dos maneras: evitando a toda costa las situaciones que le resultan dificultosas o enfrentando de manera agresiva los conflictos. Ambas estrategias tienen el mismo resultado: el rechazo y el aislamiento social. La falta de habilidades sociales no solo hace que la persona recurra a soluciones desadaptativas para resolver sus conflictos, sino que en la mayoría de los casos conduce a un desajuste psicológico. Por esto, es necesario que los adolescentes cuenten con suficientes recursos para lograr manejarse en el mundo dentro de la sociedad (Zegarra, 2019).

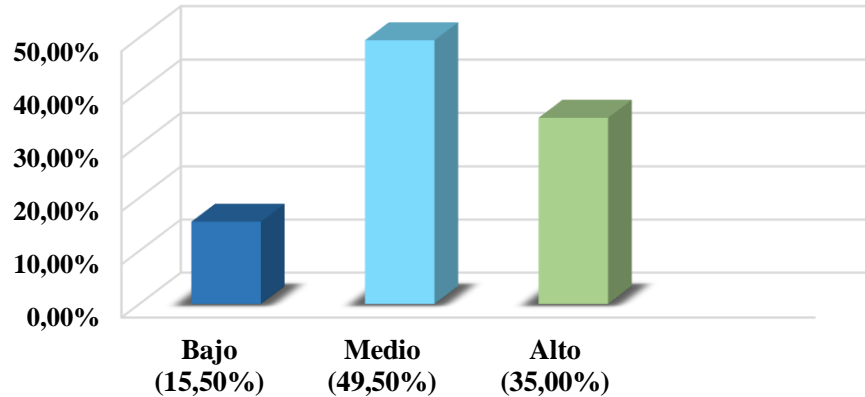
Es importante recalcar que las habilidades sociales no son aptitudes innatas, sino que son repertorios de comportamientos adquiridos a través del aprendizaje. Esto significa que comienzan a desarrollarse en la infancia y que el problema de no tener un buen desarrollo podría sentar bases en la educación recibida y en el ambiente de crecimiento del adolescente. La baja autoestima también es un factor determinante, ya que cuando un adolescente no se siente bien consigo mismo, comienza a preocuparse excesivamente por la opinión de los demás, generando ansiedad.

Las habilidades sociales facilitan la relación con los iguales (hermanos, amigos, compañeros de clase, vecinos, etc.) y con las figuras de referencia (padres, abuelos, familiares, profesores, etc.) (Goldstein, 1989), tomando un papel muy importante para la aceptación social del adolescente. Esta condición se relaciona con las habilidades de liderazgo, popularidad, compañerismo, jovialidad, respeto, entre otras. Es así que las habilidades sociales son primordiales para conseguir el éxito a largo como a corto plazo, logrando que el adolescente desarrolle su inteligencia emocional.

A continuación, se realiza el estudio de la variable 'habilidades sociales' a través de sus dimensiones.

Gráfico No. 1

Nivel de habilidades sociales según la dimensión “Habilidades Básicas”



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 1, se puede apreciar el nivel de habilidades sociales según la dimensión de ‘habilidades básicas’. Para el autor, esta dimensión constituye aquellas capacidades que facilitan al individuo desenvolverse en la sociedad de manera elemental o básica, haciendo referencia a las pautas de cortesía mínimas requeridas a nivel social, las cuales son necesarias para lograr un nivel estable de adaptación a la sociedad. El desarrollo de estas habilidades permite al individuo establecer relaciones satisfactorias con los demás, desenvolverse bien y con seguridad en la vida diaria (Goldstein, 1989).

Como se observa, el 49,50% de los adolescentes presentan un nivel medio en esta dimensión. Esto significa que existe facilidad para ejecutar tareas como escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y realizar cumplidos, sin embargo, pueden presentar dificultades en situaciones que no puedan manejar. La etapa de la adolescencia tiene como característica la socialización con los pares, puesto que la pertenencia a un grupo depende de la interacción social y por ello se convierte en la principal preocupación de los adolescentes. Las habilidades sociales básicas abren puertas para que dicha interacción sea eficaz; sin embargo, el no poder desarrollarlas adecuadamente o con cierto grado de dificultad, puede ocasionar conflictos en la construcción de un entorno

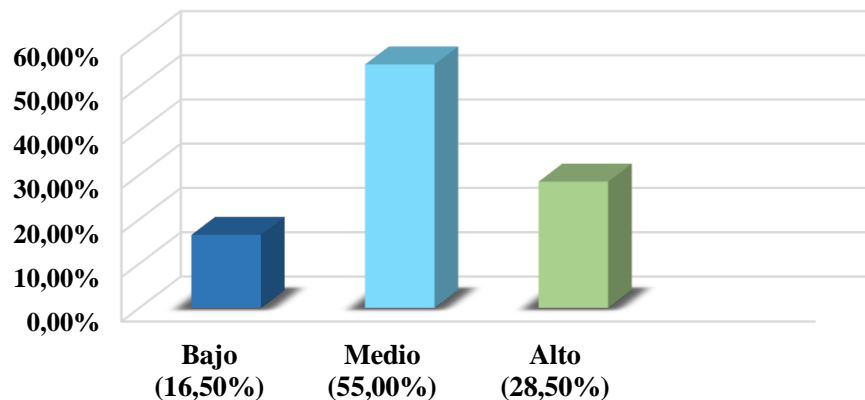
social que provea una red de apoyo y otorgue un sentido de pertenencia al adolescente, ya sea en el ámbito social, escolar o familiar (Forteza, 2021).

Por otra parte, se observa que el 35% de los adolescentes posee a un nivel alto de habilidades básicas. Esto evidencia la facilidad que ellos presentan a la hora de comunicarse, al establecer de relaciones interpersonales, precisar y sociabilizar lo que desean y también expresar agradecimiento. Estas capacidades hacen que el adolescente tenga mejores posibilidades de mejorar sus relaciones interpersonales, mismas que influyen en el asertividad, inteligencia emocional y a la autoestima.

Por último, se evidencia que el 15,50% de los adolescentes presentan un nivel bajo en esta dimensión. Esto muestra que tienen dificultades para poner en práctica habilidades como agradecer favores o acciones, presentarse ante otras personas o ser capaces de llevar una conversación fluida y normal con otra persona, lo que les impide tener bases suficientes para trabajar las habilidades sociales avanzadas las cuales proveen de estrategias para manejarse convenientemente en las relaciones sociales.

Gráfico No. 2

**Nivel de habilidades sociales según la dimensión
“Habilidades Sociales Avanzadas”**



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 2, se aprecian los resultados relacionados a la dimensión de habilidades sociales avanzadas. Estas son entendidas como un nivel de interacción más complejo en el que es necesario seguir normas de conductas sociales (Goldstein, 1989, pág. 37). Dentro de este grupo se encuentran aquellas facultades que permiten al individuo buscar ayuda, integrarse a un grupo o equipo, pedir disculpas, persuadir, seguir indicaciones y realizar aclaraciones de situaciones específicas.

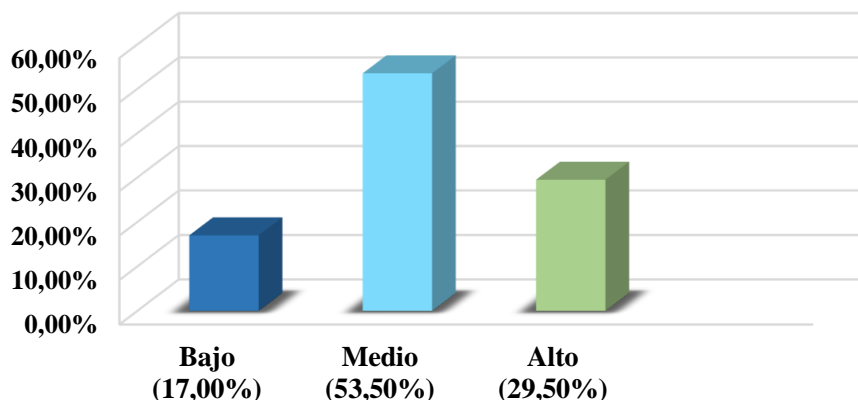
Como se puede observar, el 55 % de los adolescentes presentan un nivel medio del manejo de esta dimensión. Es decir, presentan destreza a la hora de pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse o convencer a los demás sobre algo; sin embargo, pueden llegar a presentar dificultad en ejecutar dichas acciones en ciertas situaciones, ya sean desconocidas o incómodas para ellos. Es importante mencionar que estas capacidades serán relevantes en la adecuada integración a un grupo social y en el desarrollo individual del adolescente, puesto que a través de ellas el sujeto busca la mejor manera de integrarse a un grupo o una actividad determinada, puede explicar con claridad sus ideas y a la vez seguir instrucciones dadas por otros.

Por otra parte, el 28.50% tiene un nivel alto en el desarrollo de estas habilidades, por lo que poseen las capacidades sociales relacionadas a una interacción más fácil o cómoda, sin presentar problema a la hora de ejecutarlas. Los adolescentes cuentan con buenas estrategias para hacer más fácil su adaptación al mundo social, por lo que integrarse a los grupos de deseen y cumplir las normas establecidas en ellos, resulta sin complicación.

Finalmente, el 16.50% de los adolescentes se encuentran en un nivel bajo del manejo de habilidades sociales avanzadas. Es decir, que presentarán dificultades en la socialización con sus pares, en momentos cuando tenga que solicitar apoyo, formar parte de una determinada actividad, explicar con claridad sus ideas o indicaciones, seguir una instrucción como se la pidió o asumir errores y disculparse asertivamente. Esto, sin duda, ocasionará conflictos en el adolescente, recordando que en esta etapa existen cambios emocionales que pueden llegar a causar la rebeldía en ellos por lo cual dificulta aún más la capacidad de asumir errores y pedir disculpas.

Gráfico No. 3

**Nivel de habilidades sociales según la dimensión
“Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos”**



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 3 se puede apreciar el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, las cuales tienen relación con la capacidad de manejar y expresar de una forma adecuada la parte emocional, sin salirse de los parámetros establecidos como normales dentro de la sociedad. Asimismo, están relacionadas con la capacidad de identificar y gestionar de manera eficaz, tanto los sentimientos propios como los sentimientos de los demás.

El 53,50% de los estudiantes presentan nivel medio en esta habilidad, es decir que poseen la capacidad de entender, reconocer y expresar su propia afectividad a sí mismos como a otras personas. Así también, velan por los demás y saber gratificarse cuando tienen un buen comportamiento sin un grado mayor de problema. Esto puede causar que en ciertas situaciones lleguen a tener dificultad de ejecutar dichas habilidades, sin embargo, contarán con herramientas necesarias para poder manejarlas.

Es importante recalcar que esta dimensión es relevante para poder comunicar a los demás los desacuerdos o discrepancias que se puedan dar en diversas situaciones, puesto que los adolescentes prefieren no expresar sus emociones y así evitar dar explicaciones, lo cual llega a ser perjudicial para ellos.

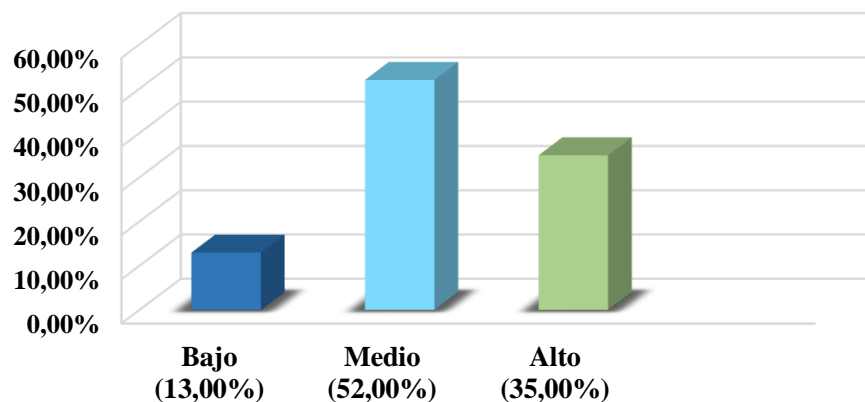
Seguidamente, el 29,50% de los adolescentes muestran un nivel alto. Esto refleja que tienen la capacidad de reconocer y expresar sus sentimientos, tener empatía hacia los sentimientos de los demás, comprender el enojo de terceros, expresar afecto, poder reconocer y enfrentar su miedo, herramientas que harán de ellos personas seguras, con autoestima y confianza en sí mismos.

Finalizando, en el nivel bajo se identifica un porcentaje del 17% de adolescentes en el manejo de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, lo cual evidencia que tienen problemas para manejar y comprender los sentimientos propios y de los demás, como también el no poder reconocer virtudes o cualidades propias, lo cual llega a afectar su autoestima.

Sin duda alguna, esta dimensión social se considera necesaria para el desarrollo integral de las personas, ya que facilitan la comprensión de las emociones propias y de las de otras personas, así como una adecuada expresión, regulación de pensamientos y emociones, lo que contribuye a guiar el comportamiento y favorecer la forma de relacionarse con las demás (Velásques , 2019).

Gráfico No. 4

**Nivel de habilidades sociales según la dimensión
“Habilidades sociales alternativas a la agresión”**



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En lo referido a las habilidades sociales alternativas a la agresión, Goldstein (1989) expone que están relacionadas al crecimiento personal y a la capacidad para enfrentar asertivamente los problemas con el entorno, siendo muy necesarias para propiciar una buena interacción y adaptación a las realidades sociales.

Como se puede observar, el 52% de los adolescentes presentan un nivel medio, lo cual es un referente del manejo de las emociones que sienten, mostrando un grado promedio de asertividad y manejo de conflictos con sus pares. La adquisición de estas habilidades facilita la convivencia con los demás mediante la participación en los grupos sociales a los cuales pertenece el adolescente; a su vez permite desarrollar en ellos relaciones de intercambio y afecto, la canalización de emociones, la resolución de problemas desde una actitud pacífica a través de la palabra y el autocontrol.

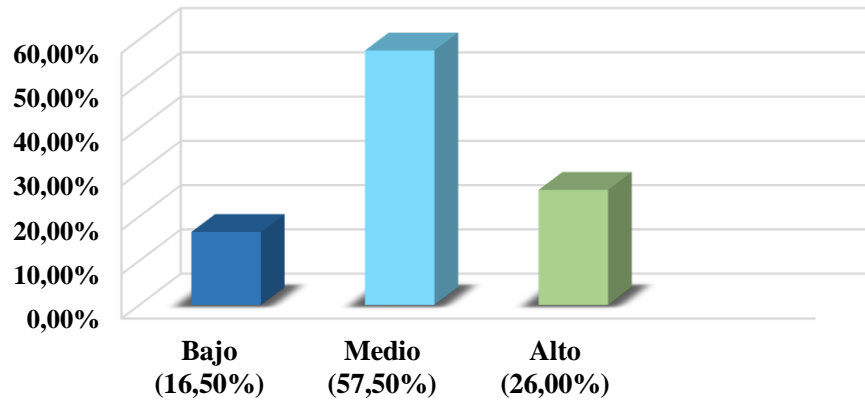
Por otro lado, el 35% de los adolescentes cuentan con un nivel alto en desarrollo de esta dimensión, es decir, cuentan con una buena capacidad de manejo de emociones y evitación de conflictos. Los sujetos que desarrollan este tipo de habilidades ayudan a quienes lo necesitan, comparten cosas, buscan llegar a acuerdos, conservan el control ante bromas y utilizan diversas formas de resolución de conflictos en situaciones difíciles sin llegar a la agresión verbal e incluso física.

Por último, se observa que el 13% de los estudiantes poseen un nivel bajo de habilidades alternativas a la agresión. Esto muestra que tienen dificultades al momento de negociar para no entrar en peleas, demostrando inconvenientes de autocontrol y de respuesta a las bromas que les hacen.

Esta dimensión contiene un factor importante en el desarrollo del adolescente, que es la defensa de los propios derechos. Como se pudo observar, existe un porcentaje considerable de estudiantes que presentan grados de dificultad en la capacidad de defensa de derechos y la capacidad de comunicación. La gran mayoría de los adolescentes tienen miedo de hablar frente a los demás, más aún cuando se trata de ejecutar las habilidades mencionadas, lo cual deja en evidencia la baja capacidad de expresar su postura ante los demás y de prevenir situaciones que vulneren sus derechos.

Gráfico No. 5

**Nivel de habilidades sociales según la dimensión
“Habilidades sociales para hacer frente al estrés”**



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 5, se puede apreciar el nivel de habilidades sociales según la dimensión de habilidades sociales para hacer frente al estrés. Este grupo de habilidades está relacionado al crecimiento personal para enfrentar asertivamente los problemas con el entorno.

Como se puede observar, el 57,5% de los adolescentes presentan un nivel medio. Estas habilidades harán posible que en el adolescente exista un control de las emociones, teniendo como resultado mayor tolerancia ante las frustraciones, control del enojo y con ello manejar mejor el estrés. El no tener grado de dificultad en estas habilidades, ayudará al adolescente a evitar la ansiedad en situaciones difíciles, potenciar la capacidad en resolución de problemas, rendir con mayor eficacia y mejorar la autoestima, como también a mantener una madurez efectiva, permitiendo responder con éxito a las presiones y tomar distancia para resolver dificultades sin perder la calma.

Por otro lado, el 26% de los adolescentes poseen un nivel alto. Esto indica que existe una buena capacidad de hablar claro y no con enfado, formular y responder adecuadamente una queja, defender su punto de vista, manejar

adecuadamente la persuasión, preparase para una conversación y hacer frente a las presiones del grupo.

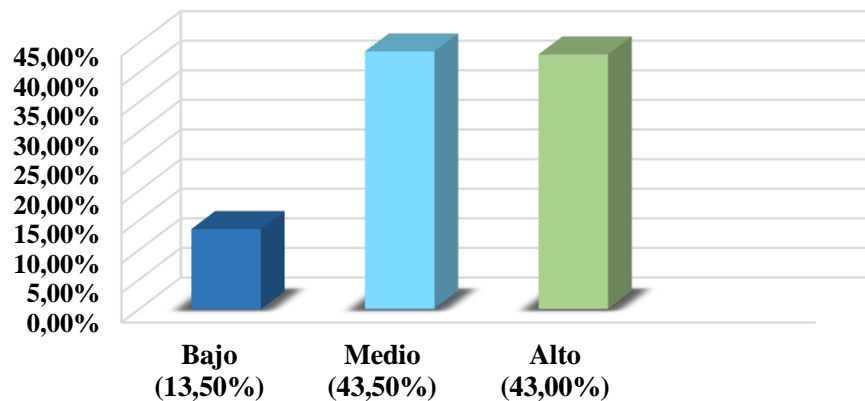
Finalmente, se puede observar que el 16,5% de los adolescentes poseen un nivel bajo de habilidades alternativas a la agresión. Esto muestra dificultad en el manejo de situaciones que pueden generar estrés en la persona, lo cual puede tener como consecuencia la ansiedad, el retraimiento, la agresión, las enfermedades físicas o destrezas inadecuadas para confrontar la situación.

Según Correa (2018) la adolescencia es una de las etapas más estresantes en la vida de los individuos, puesto que la transición de la infancia a la adultez suele ser bastante complicada. Los adolescentes empiezan a vivir situaciones propias de una persona mayor, sin tener todavía los recursos necesarios para superarlas con éxito, con lo cual corren el riesgo de sufrir depresión, ansiedad u otro trastorno o de intentar paliarlo con métodos peligrosos como las drogas o el alcohol, tal como se mencionaba anteriormente. Esto deja en evidencia la importancia del desarrollo de este tipo de habilidades en los adolescentes, ya que serán un método para hacer frente a los agentes estresores de esta etapa.

Gráfico No. 6

Nivel de habilidades sociales según la dimensión

“Habilidades de planificación”



Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En lo referido a las habilidades de planificación, Goldstein (1989) señala que comprenden la participación crítica y creativa en la toma de decisiones, en la perseverancia y el sentido de la organización.

Se puede observar que el 43,5% de los adolescentes poseen un nivel medio de habilidades sociales respecto a esta dimensión. Esto muestra que tienen un manejo adecuado de las mismas, por lo que podrán organizar el tiempo, proyectarse, adoptar perspectivas múltiples, tomar decisiones como desempeñar tareas en equipo. Así también, podrán organizar, adecuadamente, la información y las experiencias personales para plantear un objetivo, trazar un plan para alcanzarlo y tomar las decisiones oportunas que conduzcan hacia él.

Por otra parte, el 43% de los adolescentes tienen un nivel alto de desarrollo en las habilidades de planificación, lo cual les permite tomar iniciativa, establecer objetivos, resolver problemas según sea su importancia, tomar decisiones, concentrarse en una tarea y de reconocer sus propias habilidades. Esto ayudará al adolescente a ser responsable en cada tarea que se proponga.

Por último, el 13,50% de los adolescentes presentan un nivel bajo. Esto muestra grado de dificultad a la hora de ejecutar estas capacidades, impidiendo el buen desenvolvimiento del adolescente a la hora de planificación y toma de decisiones.

Habilidades como tomar la iniciativa, saber cómo prever ciertos aspectos del futuro, hacer planes a corto y largo plazo, son de suma importancia para los adolescentes que año tras año se aproximan más a la vida independiente y adulta. Las estrategias de planificación personal, que abarcan las habilidades mencionadas, se orientan a establecer objetivos en distintas áreas de la vida y delinear los pasos necesarios para alcanzarlos. Este tipo de planificación puede ayudar a los jóvenes a avanzar según las metas que se hayan planteado en cuanto les permiten examinar mejor sus objetivos, establecer cronogramas para completarlos y aprender qué los motiva a cumplir con ellos (Domínguez , 2022).

5.2.Segundo objetivo específico

Identificar el nivel de autoestima que caracteriza a los estudiantes

En cumplimiento del segundo objetivo específico, se hizo uso del Inventario de Autoestima de Coopersmith, elaborado por Stanley Coopersmith.

Cuadro N°10
Nivel de Autoestima

Nivel de autoestima	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	01,0 %
Medio	197	98,5 %
Alto	1	0,5 %
Total	200	100 %

Fuente: Inventario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Cuadro No. 10 se puede apreciar el nivel de autoestima de la población estudiada. Para Coopersmith (1976) la autoestima es un juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo.

Como se puede observar, el 98,5% de estudiantes presentan un nivel medio. La autoestima media posee algunas características positivas y negativas de la personalidad. Esta está ligada a los factores que llevan al desarrollo de una autoestima alta, sin embargo, se debe trabajar sobre las cualidades y capacidades con autoconciencia para evitar una autoestima baja. Es decir, la autoestima media es como un punto medio del continuo de cualidades que varían entre la autoestima baja y alta. Así también, es el nivel donde el individuo manifiesta una buena confianza en sí mismo, sin embargo, denota comportamientos inapropiados frente a algunas situaciones, muestra ser perseverante, entusiasta, firme hacia los demás, pero también surge un cambio al sentir inseguridades al momento de actuar o tomar decisiones. Las personas con este nivel de autoestima se caracterizan por la poca tolerancia al rechazo, por centrarse más en los problemas que en las soluciones, por tanto, pueden existir fracasos en las actividades que ejecuten. Así

también, suelen evitar el cambio, puesto que tienen confianza en sí mismas, pero al momento de recibir críticas, su determinación disminuye (Retamoso, 2013).

Por otro lado, se puede observar que un mínimo de la población posee un nivel alto de autoestima. Estas cifras llaman la atención, puesto que el porcentaje es muy reducido. Coopersmith refiere que la autoestima es determinada, principalmente, por el ambiente familiar; las propias experiencias de competencia y autoestima de los padres son factores significativos en el desarrollo de ésta (Coopersmith, 1976). Por otra parte, el autor sugiere cuatro factores que contribuyen al desarrollo de la autoestima: el valor que el sujeto percibe de otros hacia sí mismo, (expresado en afecto, reconocimiento y atención), la historia de éxito del sujeto (posición o estatus que perciba de sí mismo en relación a su entorno), la definición personal de éxito o fracaso y el estilo para manejar la crítica o retroalimentación negativa.

Es relevante recordar que la autoestima se empieza a construir en la infancia y durante el transcurso de los años es modulada según las experiencias internas y externas. Teniendo en cuenta que la infancia es un período crítico y de vital importancia, el hecho de crecer sin tener vínculos seguros con el entorno va a promover que la autoestima se vea afectada; del mismo modo los estilos de crianza autoritarios o sobreprotectores también son un factor que impiden el desarrollo de una autoestima saludable. En la misma línea, desarrollarse en un entorno en el cual se reciben críticas constantes hacia uno mismo, donde no se valora a los logros y éxitos, pero en cambio se castiga por los errores, es un factor de gran influencia en el desarrollo de una autoestima baja (García, 2021).

Asimismo, haber sido víctima de bullying, abuso (ya sea sexual, físico o psicológico), pérdidas de seres queridos no resueltos u otras experiencias traumáticas inciden en la autoestima, manifestándose a partir de síntomas como la culpabilidad, indefensión, sentirse débil, inferior, etcétera (García, 2021).

Todos los factores mencionados anteriormente son determinantes para poseer un nivel de autoestima, por lo que se puede decir que los mismos podrían ser la causa que en la población estudiada no se encuentren personas con un buen desarrollo de autoestima.

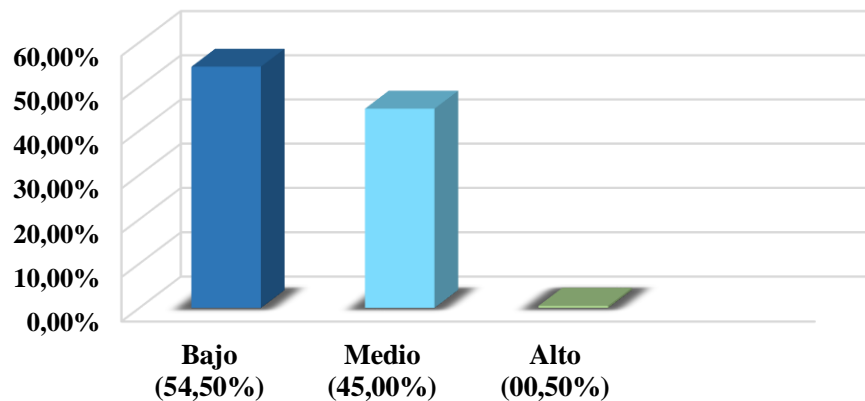
Finalmente, se evidencia que otro porcentaje mínimo de estudiantes poseen un nivel de autoestima bajo. Esto resulta importante y satisfactorio dentro de una población adolescente, puesto que son pocas las personas que presentan desánimo, aislamiento, baja capacidad de expresión y de defensa, como también, dificultades para establecer relaciones amistosas e inseguridad sus ideas y habilidades.

De esta manera se puede decir que la adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima. En la etapa adolescente, tanto la familia, la escuela, los amigos, los medios de comunicación contribuyen a formar y moldear la autoestima.

A continuación, se realiza el estudio de la variable ‘autoestima’ a través de sus dimensiones.

Gráfico No. 7

Nivel de autoestima según la dimensión personal



Fuente: Inventario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 7, se puede apreciar el nivel de autoestima según la dimensión personal. Según Coopersmith esta área consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo en relación a su imagen corporal y cualidades personales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo.

En este caso, se puede observar que el 54,5% de los adolescentes presentan un nivel bajo en esta área específica de la autoestima. Esto quiere decir que los adolescentes presentan pensamientos negativos, generando así sufrimiento y rechazo de sí mismo. Es así que el individuo con una autoestima baja en el área personal será propenso a sufrir algún daño del entorno social, lo cual se compara con una herida abierta que al menor roce produce dolor. Todo ello puede producir una distorsión en cuanto a la percepción de sí mismo, es decir que son muy susceptibles a la información negativa hacia ellos.

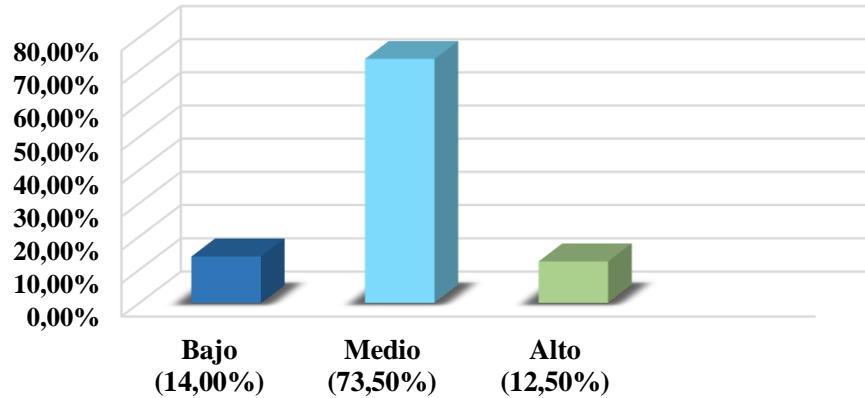
También se puede observar inconformidad en cuanto a la imagen corporal. Durante la adolescencia se ve muy marcado el deseo lucir y aparentar de la mejor manera y con esto, ser aceptados por demás, lo cual puede influir en la autoestima según sea el grado de aceptación o rechazo que reciba el adolescente. Ahora, la imagen corporal de los adolescentes se verá influenciada por los estereotipos establecidos por la sociedad, y es así que muchas veces intentan ajustarse a estos ideales y fórmulas socialmente aceptadas, pero al no lograrlo, tienen como consecuencia una baja autoestima. Esto también puede repercutir en ansiedad, depresión hasta trastornos alimenticios (García, 2021).

Por otra parte, se evidencia que el 45% de los adolescentes se encuentran en un nivel medio, mostrando cierto grado de aceptación hacia su persona, acentuando sus capacidades, logros e importancia. Es así que la persona tiene respeto por sus cualidades o los atributos que le hacen especial o diferente, aceptando virtudes y reconociendo los defectos que pueda tener; sin embargo, esto puede variar por situaciones externas o internas que el sujeto no pueda controlar.

Finalmente, se muestra que un porcentaje mínimo de los adolescentes presentan un nivel alto en esta dimensión, lo cual refiere a que se sienten a gusto consigo mismo y denota seguridad en cuanto a lo que son y hacen.

Gráfico No. 8

Nivel de autoestima según la dimensión académica



Fuente: Inventario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Gráfico 8 se puede apreciar el nivel de autoestima según la dimensión académica. Coopersmith (1976) define esta dimensión como la evaluación que la persona se hace y con frecuencia sostiene sobre sí mismo en relación con su desempeño en el ámbito escolar, teniendo en cuenta su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo que de nuevo implica un juicio personal manifestado en la actitud hacia sí mismo.

Según los datos expuestos, el 73,5% de los adolescentes presentan un nivel medio en esta dimensión, lo cual indica cierto grado de satisfacción en cuanto a la evaluación que se tiene de sí mismo con respecto a su rendimiento académico. Ahora bien, el nivel de rendimiento académico puede llegar a influir en la autoestima y viceversa, es decir que, si el adolescente tiene una autoestima alta se comportará en forma agradable, será cooperador, responsable, rendirá mejor y facilitará el trabajo escolar; sin embargo, si su autoestima es baja, se pondrá agresivo, irritable, poco cooperador o poco responsable. Es así que la autoestima es la base fundamental para que el ser humano desarrolle al máximo sus capacidades académicas; por lo que es importante que aumente ya que de ésta dependen qué logros se alcancen en la vida (Hernández Martínez, 2019).

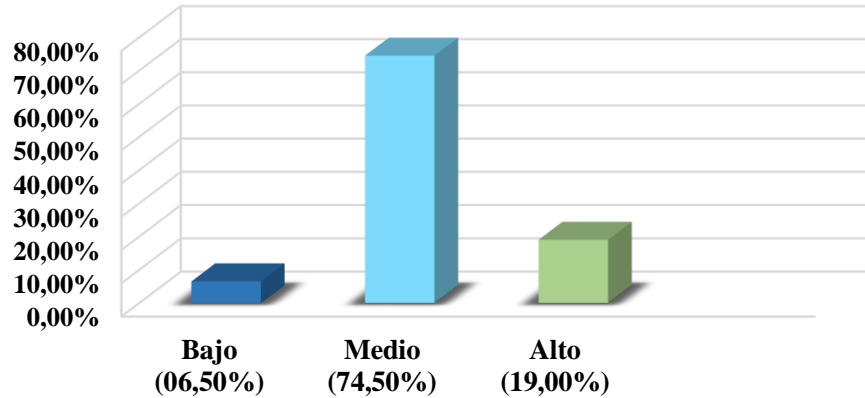
Siguiendo con el análisis, se puede observar que el 14% de los adolescentes poseen un nivel bajo. Esto quiere decir que los alumnos no se sienten cómodos en el colegio y por ende no logran obtener los resultados académicos esperados. Como se mencionaba anteriormente, la autoestima jugará un papel importante a la hora del rendimiento académico de los estudiantes.

Por último, se puede observar que el 12,50% de los adolescentes poseen un nivel alto, lo que da a entender que los mismos afrontan adecuadamente las principales tareas académicas, contando con una capacidad relativa de trabajar con satisfacción, tanto a nivel individual como a nivel grupal, lo cual genera en ellos un buen autoconcepto en cuanto a sus capacidades académicas, e incluso intelectuales (Meléndez & Machuca , 2018).

Según Alcántara (2004, pág. 10) la autoestima condiciona el aprendizaje. La adquisición de nuevos conocimientos está subordinada a las actitudes básicas: de estas dependen que los umbrales de la percepción estén abiertos o cerrados, que una red interna dificulte o favorezca la integración de la estructura mental del alumno o que se generen energías más intensas de atención y concentración. Por lo que explica que sí puede existir un bajo nivel de rendimiento académico debido a una baja autoestima. Las bajas calificaciones, los comentarios negativos de los padres, los profesores y los propios compañeros determinan un autoconcepto nocivo que aplasta al estudiante.

Gráfico No. 9

Nivel de autoestima según la dimensión familiar



Fuente: Inventario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 9 se puede apreciar el nivel de autoestima según la dimensión familiar. Esta dimensión consiste en la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con los miembros del grupo familiar, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad e implicando un juicio personal expresado en actitudes hacia sí mismo. Es decir, es el juicio valorativo que una persona hace en relación con los miembros de la familia, tomando como base para ello las interacciones que mantiene con el grupo familiar (Coopersmith, 1976).

Como se puede observar, el 74,5% de los adolescentes presentan un nivel medio en relación a esta dimensión de la autoestima. Es decir que pueden adaptarse y sentirse aceptados y valorados por sus familiares. Ahora bien, la familia es un factor importante en el desarrollo de una buena autoestima, el sentirse amado, protegido y validados por el grupo familiar, creará confianza y seguridad en el adolescente.

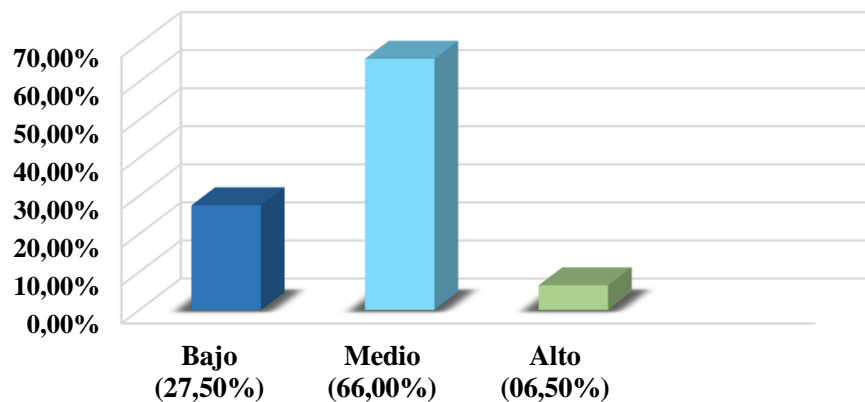
Por otra parte, el 19% de los adolescentes tienen un nivel alto de autoestima en el área familiar, donde están presentes buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia. Los estudiantes se sienten respetados, tienen independencia una concepción moral propia.

Por último, el 6,5% de los adolescentes presentan un nivel bajo en esta dimensión. Esto es un indicio de este porcentaje se perciben ignorados, sintiéndose incómodos en su hogar; sin embargo, este número es importante es importante, puesto que son pocos los adolescentes que presentan sentimiento y actitudes de rechazo hacia sí mismos en esta área en específico.

Es relevante recordar que la autoestima se empieza a construir en la infancia. El hecho de crecer sin tener vínculos seguros con el entorno va a promover que la autoestima se vea afectada, del mismo modo, los estilos de crianza autoritarios o sobreprotectores también son un factor que impide el desarrollo de una autoestima saludable. De igual manera, un adolescente que se desarrolle en un entorno en el cual recibe críticas constantes hacia sí mismo, donde no se de valor a los logros y éxitos, pero en cambio se castigue por los errores, contará con un factor de gran influencia en el desarrollo de una autoestima baja (García, 2021).

Gráfico No. 10

Nivel de autoestima según la dimensión social



Fuente: Inventario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Gráfico No. 10 se puede apreciar el nivel de autoestima según la dimensión social. Esta es la valoración que el individuo ejecuta y con frecuencia mantiene con respecto a sí mismo en relación con sus interacciones sociales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo cual lleva implícito un juicio personal que se manifiesta en las actitudes asumidas hacia sí mismo. Es decir, la valoración que hace la persona de sí misma, pero en este caso en relación con las formas de interacción que mantiene con sus semejantes.

Como se puede evidenciar, el 66% de los estudiantes presentan un nivel medio de autoestima según esta dimensión, mostrando un grado de capacidad para poder relacionarse con su entorno, es decir, los adolescentes logran relacionarse con los demás siempre y cuando se sientan seguros y aceptados, en caso de que se cumplan con las condiciones necesarias, el proceso de socialización se verá afectado. Así también, manifiesta de una manera el modo de socialización que ellos tienen en sus actividades cotidianas o las amistades que mantienen entre sus grupos.

Por otra parte, el 27% de los estudiantes tienen una autoestima baja en relación a lo social, lo que puede provocar que los adolescentes se subestimen y eviten las relaciones interpersonales.

Finalmente, se observa que el 6,5% de los adolescentes presentan un nivel alto de autoestima social, mostrando mayores dotes y habilidades en las relaciones con amigos y colaboradores, así como con extraños.

Dolors (2016) menciona que en esta etapa las relaciones interpersonales son fundamentales para desarrollar una adecuada competencia social y, por lo tanto, tener una buena autoestima. Simultáneamente, es imprescindible para el adolescente, la necesidad de sentirse aceptado. Es decir, ser miembro de un grupo social para poder edificar su propia identidad social con la que se enfrentará al mundo. Es en ese momento en el que, si el adolescente no se valora a sí mismo, tendrá dificultades en sus habilidades sociales, en transmitir el mensaje acerca de sí mismo y acabará cambiando la valoración que el grupo social haga de él.

5.3.Tercer objetivo específico

Establecer la relación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en sus dimensiones personal, académica, familiar y social

Para el cumplimiento del tercer objetivo específico se empleó la correlación de Pearson mediante el Programa Estadístico IBM SPSS 21.0, como también la fórmula de Pearson, expuesta en el Anexo No. 4.

Cuadro No. 11

Correlación de las variables estudiadas

		Nivel de Habilidades Sociales	Nivel de Autoestima
Nivel de Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	1	,691**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	200	200
Nivel de Autoestima	Correlación de Pearson	,691**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	200	200
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).			

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: IBM SPSS Statistic 21.0

De acuerdo a los resultados obtenidos en el Cuadro No. 11, se evidencia que el cálculo de índice de correlación de Pearson entre el nivel de habilidades sociales y el nivel de autoestima es de 0,691, lo cual indica que existe una correlación positiva media entre ambas variables.

Así también, se observa que el nivel de significancia es de 0,000. Este número se encuentra por debajo de 0,01, lo cual es requerido para establecer un grado de confianza en la correlación. Por lo tanto, los datos expuestos tienen un 99% de confianza de que la correlación es verdadera (Hernández, 2014, pág. 305).

El hecho de presentar una correlación positiva media indica que mientras el nivel de autoestima suba, el nivel de habilidades sociales también subirá o viceversa.

Son diversos los autores que hacen mención a esta afirmación, entre ellos se encuentra a Alcántara (2004, pág. 14) el cual indica que una buena autoestima posibilita una relación social saludable. Explica que el respeto y el aprecio hacia uno mismo constituyen la plataforma adecuada para relacionarse con las demás personas. El sujeto con buena autoestima, será mejor aceptado, podrá estimar a los otros, reconocer sus valores e infundirles un autoconcepto afirmativo. A su vez, el adolescente despierta la confianza y la esperanza en los demás en sus propias capacidades, es decir, el sujeto actúa inconscientemente como un modelo de autoconfianza.

Por su parte, Servós (2021) menciona que las relaciones que un adolescente tiene con los demás condicionan, de manera positiva o de manera negativa, la autoestima que tiene; y viceversa. Un adolescente que tenga una autoestima alta, tendrá muchas más facilidades para forjar relaciones de calidad con otras personas. Mientras que un adolescente con una baja autoestima, tendrá serias dificultades para desarrollar sus habilidades sociales.

Infante (2020) hace mención que la autoestima está muy vinculada a los resultados que tiene una persona al intentar relacionarse con los demás, y es que tener o no tener buenas habilidades sociales tienen un fuerte impacto en ella. La autora refiere que la percepción que una persona tiene de sí misma, se apoya no solo en las creencias sobre quién es, sino también de lo que cree que los demás piensan al verle y hablarle.

De esta manera se puede evidenciar que la autoestima cumple una función de fortalecimiento de las habilidades sociales y con esto, enfrentar situaciones de la vida cotidiana, en tanto que estimula hacia la acción protectora o defensiva. Es decir, la autoestima es primordial para el desarrollo de las habilidades sociales y estas son determinantes para crear una fuente de bienestar personal (Flórez & Vélez, 2020).

Ambas variables irán de la mano para el buen desarrollo, tanto personal como social del adolescente.

Cuadro No. 12

Relación del nivel de habilidades sociales y el nivel de autoestima

Nivel de Autoestima	Nivel de Habilidades Sociales						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	2	1,0 %	0	0,0 %	0	0,0 %	2	1,0%
Medio	27	13,5 %	137	68,5 %	33	16,5 %	197	98,5%
Alto	0	0,0 %	0	0,0 %	1	0,5 %	1	0,5%
Total	29	14,5 %	137	68,5 %	34	17 %	200	100%

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el cuadro No. 12 se expone la relación del nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima, es así que se presentan los siguientes resultados:

El 68,5% de los adolescentes que tienen un nivel medio de desarrollo de habilidades sociales, obtienen un nivel medio de autoestima. Esto muestra relación entre ambas variables. Es importante recalcar que, en la autoestima media, las personas tienen un buen autoconcepto de ellas mismas, pero que son frágiles en situaciones negativas, lo cual puede conducir a ser excesivamente tolerantes o inhibidos y con eso a no saber cómo manejarse socialmente. Sin embargo, estos datos muestran que existe un buen grado de capacidad para llevar a cabo socializaciones con el grupo y pares.

Seguidamente, se observa que el 16,5% de los adolescentes que tienen un nivel alto de habilidades sociales, poseen un nivel medio de autoestima. Esto muestra un desarrollo óptimo en la interacción social, sin embargo, el nivel de autoestima puede estar influenciado por agentes externos.

Por último, el 13,5% de los adolescentes que tienen un nivel bajo de habilidades sociales, poseen un nivel medio de autoestima. La autoestima abarca la valoración, confianza y aceptación del individuo así mismo y cuanto más sólidas sean, menor grado

de dependencia emocional y mayor asertividad tendrán, lo que indudablemente llegará a estimular las capacidades en las habilidades sociales.

Cuadro No. 13

Correlación del nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión personal

		Habilidades Sociales	Dimensión personal
Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	1	,583**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	200	200
Dimensión personal	Correlación de Pearson	,583**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	200	200
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).			

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: IBM SPSS Statistic 21.0

De acuerdo a los resultados obtenidos en el Cuadro No. 13, la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión personal, presenta un coeficiente de correlación de R de Pearson de ,583 correspondiente a un nivel de correlación positivo medio entre ambas variables. Asimismo, se observa que el valor de la sig. (bilateral) es de 0,000, es decir menor a 0.01, por lo que el coeficiente es significativo al nivel de 0.01 (99% de confianza de que la correlación sea verdadera y 1% de probabilidad de error).

Por consiguiente, se expone que la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión personal se relaciona positivamente, es decir, mientras una de las variables aumente, la otra también lo hará o viceversa. Es importante resaltar que las personas son entes sociales, viven en sociedad y se relacionan continuamente con otras personas, siendo estas relaciones muy importantes para el bienestar y éxito personal. La comunicación adecuada con los demás es muy necesaria,

puesto que ayuda a crecer, nutre emocionalmente, protege de conflictos y aislamientos. El buen desarrollo de las habilidades sociales es uno de los cimientos de la autoestima. Con habilidades sociales pobres, el autoconcepto sufre y las personas se sienten poco capacitados para integrarse y desarrollarse en el ámbito social (Salambay, 2019).

Cuadro No. 14
Correlación del nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión académica

		Habilidades Sociales	Dimensión escolar
Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	1	,334**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	200	200
Dimensión académica	Correlación de Pearson	,334**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	200	200
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).			

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: IBM SPSS Statistic 21.0

En el Cuadro No. 14 se expone la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión académica, misma que cuenta con un nivel de correlación positivo débil, con un coeficiente de correlación de ,334. A su vez, se observa que el valor de la sig. (bilateral) es de 0,000, es decir menor a 0.01, por lo que el coeficiente es significativo al nivel de 0.01 (99% de confianza de que la correlación sea verdadera y 1% de probabilidad de error).

De esta manera, se puede mencionar que la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión académica se relaciona positivamente, es decir, mientras una de las variables aumente o disminuya, tendrá el mismo efecto en la otra. El comportamiento social juega un papel importante en la

autoestima que tiene un adolescente en relación a su desempeño académico. Las habilidades sociales tienen un impacto positivo tanto en la autovaloración como en la valoración de los demás, lo que contribuye, a su vez, a que el adolescente sienta autovaloración o no en esta área específica.

Cuadro No. 15

Correlación del nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión familiar

		Habilidades Sociales	Dimensión familiar
Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	1	,327**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	200	200
Dimensión familiar	Correlación de Pearson	,327**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	200	200
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).			

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: IBM SPSS Statistic 21.0

De acuerdo a los resultados obtenidos en el Cuadro No. 15, la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión familiar, presenta un coeficiente de correlación de R de Pearson de ,327 correspondiente a un nivel de correlación positivo débil. Así también, se observa que el valor de la sig. (bilateral) es de 0,000, es decir menor a 0.01, por lo que el coeficiente es significativo al nivel de 0.01 (99% de confianza de que la correlación sea verdadera y 1% de probabilidad de error).

Estos datos exponen que la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión familiar se relaciona positivamente, es decir, mientras una de las variables aumente, la otra también lo hará o viceversa. Es importante mencionar que la influencia de la familia en el desarrollo de las habilidades sociales desde la infancia permite reforzar conductas que serán un punto clave para la relación

con el entorno social. El contar con un buen clima familiar, tendrá efectos positivos en la vida de sus integrantes.

Cuadro No. 16

Correlación del nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión social

		Habilidades Sociales	Dimensión social
Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	1	,220**
	Sig. (bilateral)		,002
	N	200	200
Dimensión social	Correlación de Pearson	,220**	1
	Sig. (bilateral)	,002	
	N	200	200
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).			

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: IBM SPSS Statistic 21.0

En el Cuadro No. 16 se expone la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión social, misma que cuenta con un coeficiente de correlación de ,220, ubicándolo en un grado de correlación positivo débil. A su vez, se observa que el valor de la sig. (bilateral) es de 0,002, es decir menor a 0.01, por lo que el coeficiente es significativo al nivel de 0.01 (99% de confianza de que la correlación sea verdadera y 1% de probabilidad de error).

De esta manera, se puede indicar que la correlación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión social se relaciona positivamente, es decir, mientras una de las variables aumente o disminuya, causará repercusión en la otra. En la etapa de la adolescencia, el sujeto buscará la aceptación social por lo que tener buenas habilidades sociales puede asegurar un mayor éxito en diferentes entornos de su vida, ayudando a establecer vínculos, relación y objetivos para lograr un disfrute en las relaciones sociales. Cuando un adolescente logra buenas habilidades sociales,

cuenta con un autocontrol emocional y destrezas en su comunicación lo que contribuye a tener una buena autoestima social (Banderas, 2020).

Cuadro No. 17

Relación del nivel de habilidades sociales y las dimensiones de la autoestima

Autoestima Personal	Habilidades Sociales						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	29	14,5 %	79	39,5 %	1	0,5 %	109	54,5 %
Medio	0	0,0 %	58	29,0 %	32	16,0 %	90	45,0 %
Alto	0	0,0 %	0	0,0 %	1	0,5 %	1	0,5 %
TOTAL	29	14,5 %	137	68,5 %	34	17 %	200	100 %

Autoestima Académica	Habilidades Sociales						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	8	4,0 %	20	10,0 %	0	0,0 %	28	14,0 %
Medio	20	10,0 %	106	53,0 %	21	10,5 %	147	73,5 %
Alto	1	0,5 %	11	5,5 %	13	6,5 %	25	12,5 %
TOTAL	29	14,5 %	137	68,5 %	34	17 %	200	100 %

Autoestima Familiar	Habilidades Sociales						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	3	1,5 %	9	4,5 %	1	0,5 %	13	6,5 %
Medio	25	12,5 %	107	53,5 %	17	8,5 %	149	74,5 %
Alto	1	0,5 %	21	10,5 %	16	8,0 %	38	19,0 %
TOTAL	29	14,5 %	137	68,5 %	34	17 %	200	100 %

Autoestima Social	Habilidades Sociales						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	12	6,0 %	37	18,5 %	6	3,0 %	55	27,5 %
Medio	16	8,0 %	96	48,0 %	20	10,0 %	132	66,0 %
Alto	1	0,5 %	4	2,0 %	8	4,0 %	13	6,5 %
TOTAL	29	14,5 %	137	68,5 %	34	17 %	200	100 %

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el cuadro No. 17 se expone la relación del nivel de habilidades sociales y las dimensiones de la autoestima, es así que se presentan los siguientes resultados:

Se observa que el 39,5% de los adolescentes que tienen un nivel medio de habilidades sociales, poseen un nivel bajo en la dimensión de la autoestima personal. Esta dimensión se caracteriza por la evaluación que tiene el adolescente con respecto a sí mismo en relación a su imagen corporal y cualidades personales, considerando su capacidad, productividad, importancia y dignidad. Según estos datos, la evaluación que hace el adolescente es negativa, lo cual puede llegar a influir en el aumento del grado de habilidades sociales. Si el adolescente se siente a gusto consigo mismo, no tendrá dificultad para ejecutar tareas de socialización o resolver problemas asertivamente. Por otro lado, se observa que el 14,5% de los adolescentes que tienen un nivel bajo de habilidades sociales, también poseen un nivel bajo en su autoestima personal. Esto muestra la estrecha relación a la hora del desarrollo de una buena autoestima. Al tener grados bajos, se reduce la capacidad de establecer relaciones con los pares, siendo afectadas en su entorno afectivo y social (Gómez & Ojeda, 2010).

Por otra parte, se observa que el 53% de los adolescentes que tienen un nivel medio de desarrollo de habilidades sociales, poseen un nivel medio de autoestima académica. El contar con capacidades sociales ayuda al adolescente a poder interactuar en cualquier ámbito que se encuentre (en este caso el escolar). La resolución de conflictos, el pedir ayuda, el compartir algo, el formular quejas, la toma de decisiones y el concentrarse en una tarea son habilidades que forman parte del desempeño escolar que tenga el adolescente y esto se verá reflejado en cómo se perciba en esta área. Seguido a eso, se puede apreciar que el 10,5% de los adolescentes que tienen un nivel alto de habilidades sociales, tienen un nivel medio de autoestima.

Siguiendo con el análisis, se aprecia que el 53,5% de los adolescentes que poseen un nivel medio de habilidades sociales, tienen un nivel medio en la autoestima familiar. Esto indica que las destrezas como expresión de sentimientos, la empatía, el pedir permiso, entre otras, facilitan de gran manera al adolescente para poder sentirse aceptados y amados en el ámbito familiar. Por otro lado, el 12,5% de los adolescentes que poseen nivel bajo de habilidades sociales, tienen un nivel bajo de autoestima

familiar, lo cual muestra que se necesita desarrollar destrezas para que la comunicación y resolución de conflictos entre adolescente y padres pueda mejorar y así generar una convivencia armónica y placentera.

Finalmente, se observa que el 48% de los adolescentes que tienen un nivel medio de habilidades sociales, tienen un nivel medio de autoestima social. Esto muestra que la capacidad de relacionarse con su entorno tiene repercusión a la hora de la autoevaluación que se hace el adolescente. El poder desenvolverse de manera efectiva en el grupo, hará que la autoestima del adolescente suba, ya que una de las características de esta etapa es la búsqueda de aceptación social.

Cuadro No. 18

Relación del nivel de autoestima y las dimensiones de las habilidades sociales

Primeras habilidades sociales	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	1	0,5 %	30	15,0 %	0	0,0 %	31	15,5 %
Medio	1	0,5 %	98	49,0 %	0	0,0 %	99	49,5 %
Alto	0	0,0 %	69	34,5 %	1	0,5 %	70	35,0 %
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100 %

Habilidades sociales avanzadas	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	0	0,0 %	33	16,5 %	0	0,0 %	33	16,5 %
Medio	2	1,0 %	108	54,0 %	0	0,0 %	110	55,0 %
Alto	0	0,0 %	56	28,0 %	1	0,5 %	57	28,5 %
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100%

Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	2	1,0 %	32	16,0 %	0	0,0 %	34	17,0 %
Medio	0	0,0 %	107	53,5 %	0	0,0 %	107	53,5 %
Alto	0	0,0 %	58	29,0 %	1	0,5 %	59	29,5 %
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100%

Habilidades alternativas a la agresión	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	2	1,0 %	24	12,0 %	0	0,0 %	26	13,0 %
Medio	0	0,0 %	104	52,0 %	0	0,0 %	104	52,0 %
Alto	0	0,0 %	69	34,5 %	1	0,5 %	70	35,0 %
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100%

Habilidades para hacer frente al estrés	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	2	1,0 %	31	15,5 %	0	0,0 %	33	16,5%
Medio	0	0,0 %	114	57,0 %	1	0,5 %	115	57,5%
Alto	0	0,0 %	52	26,0 %	0	0,0 %	52	26,0%
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100%

Habilidades de planificación	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Bajo	2	1,0 %	25	12,5 %	0	0,0 %	27	13,5 %
Medio	0	0,0 %	86	43,0 %	1	0,5 %	87	43,5 %
Alto	0	0,0 %	86	43,0 %	0	0,0 %	86	43,0 %
TOTAL	2	1,0 %	197	98,5 %	1	0,5 %	200	100%

Fuente: Inventario de Autoestima y Habilidades Sociales

Elaboración: Propia

En el cuadro No. 18 se expone la relación del nivel de autoestima con las dimensiones de las habilidades sociales, es así que se presentan los siguientes resultados:

Se observa que el 83.5% de los adolescentes que poseen un nivel de autoestima media con tendencia a alto, tienen un nivel medio en relación a las primeras habilidades sociales. Estas habilidades facilitan al sujeto a desenvolverse en la sociedad de manera elemental o básica, logrando así un nivel de adaptación a la sociedad, lo cual es necesario para el desarrollo de una autoestima saludable, evitando la exclusión o aislamiento social.

Por otro lado, el 82% de los adolescentes que tienen un nivel de autoestima media con tendencia a alta, poseen un nivel medio a alto en relación a las habilidades sociales avanzadas. Estas capacidades permiten al individuo buscar ayuda, integrarse a un grupo o equipo, pedir disculpas, persuadir, seguir indicaciones y realizar aclaraciones de situaciones específicas. Muchas de esas cualidades, forman parte de un buen desarrollo de la autoestima y al poder ejecutarlas, se aumentará el nivel de ambas.

Continuando con el análisis, se observa que el 82,5% de los adolescentes que poseen un nivel de autoestima media con tendencia a alta, tienen un nivel medio con tendencia a alto de las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. La autoestima está encargada de manejar los sentimientos de las personas y mantener un ambiente de estabilidad emocional en sí mismos. Las personas que posean la capacidad de entender, reconocer y expresar su propia afectividad a otras personas, velar por los demás y saber gratificarse cuando tienen un buen comportamiento, mostrarán confianza en sí mismos.

Por otra parte, se observa que el 86,5% de los adolescentes que tienen un nivel de autoestima media con tendencia a alta, presentan un nivel medio a alto en las habilidades alternativas a la agresión. Estas habilidades permiten desarrollar relaciones de intercambio de afecto, canalizar emociones y resolver problemas desde una actitud pacífica, a través de la palabra y el autocontrol. En este caso, se puede decir que existe un buen manejo de esas capacidades y esto se ve reflejado en la autoestima. Sin embargo, una persona con baja autoestima desarrollará a percepciones e interpretaciones basadas en el miedo, en la tristeza, en la incertidumbre generando conductas evitativas como la sumisión, no expresar lo que realmente piensa e incluso decir algo contrario a lo que realmente piensa (Ordoñez , 2019).

Seguidamente, se observa que el 83% de los adolescentes que tienen un nivel de autoestima media con tendencia a alta, poseen un nivel medio a alto en relación a las habilidades para hacer frente al estrés. Tener desarrolladas estas habilidades ayudará a evitar la ansiedad en situaciones difíciles, potenciar la capacidad para resolver problemas, rendir con mayor eficacia y mejorar la autoestima, ayudarán a mantener una madurez efectiva, permitiendo así responder con éxito a las presiones y tomar distancia para resolver dificultades, sin perder la calma.

Por último, se observa que el 86% de los adolescentes que tienen un nivel de autoestima media con tendencia a alta, poseen un nivel medio a alto en relación a las habilidades de planificación. Estas capacidades ayudan a organizar la información y las experiencias personales para plantear un objetivo, trazar un plan para alcanzarlo y tomar las decisiones oportunas que conduzcan hacia él. Una persona con una buena autoestima

mira al futuro con optimismo y esto le lleva a trazarse objetivos y buscar alternativas para lograrlos.

5.4. Cuarto objetivo específico

Comparar los resultados obtenidos entre los estudiantes de las unidades educativas pertenecientes al estrato privado, convenio y fiscal

Cuadro No.19

Relación del nivel de habilidades sociales y tipo de colegio

Habilidades Sociales	Tipo de colegio					
	Privado		Convenio		Fiscal	
	F	%	F	%	F	%
Bajo	7	8,4 %	18	20,0 %	4	14,8 %
Medio	59	71,1 %	59	65,6 %	19	70,4 %
Alto	17	20,5 %	13	14,4 %	4	14,8 %
TOTAL	83	100 %	90	100 %	27	100 %
Autoestima	Tipo de colegio					
	Privado		Convenio		Fiscal	
	F	%	F	%	F	%
Bajo	1	1,2 %	0	0,0 %	1	3,7 %
Medio	82	98,8 %	89	98,9 %	26	96,3 %
Alto	0	0,0 %	1	1,1 %	0	0,0 %
TOTAL	83	100 %	90	100 %	27	100 %

Fuente: Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y Cuestionario de Autoestima de Coopersmith

Elaboración: Propia

En el Cuadro No. 19 se puede observar la relación del nivel de habilidades sociales y de autoestima con el tipo de colegio a los que pertenecen los adolescentes de la muestra.

De los adolescentes del colegio privado, el 71,1% de ellos poseen un nivel medio de habilidades sociales con una tendencia del 20,5% de los mismos a poseer un nivel alto. Por otra parte, de los adolescentes del colegio de tipo convenio, el 65,6% de los estudiantes tienen un nivel alto de habilidades sociales, sin embargo, se sigue una tendencia a un nivel bajo con un 20% de ellos y finalmente se observa que, de los

adolescentes del colegio fiscal, el 70,4% de ellos, poseen un nivel medio de habilidades sociales.

Coronel, Levin y Mejail (2015, pág. 70) sustentan que el nivel de habilidades sociales en las personas está relacionado al nivel socioeconómico del que provengan, puesto que el contexto impacta sobre los factores de riesgo de dos maneras: o bien aportando factores protectores, a través de un sistema de apoyo (normas y valores) que ayudan al adolescente en la autoafirmación del yo; o debilitando al sujeto cuando falla en la protección de los factores sociales y culturales hostiles, o por procesos de exclusión de la sociedad dominante. Si embargo, al contrastar la información obtenida en esta investigación, se puede decir que, el estrato de colegio, ya sea privado, convenio o fiscal, no estará relacionado al buen o mal desarrollo de habilidades sociales, induciendo así a otras causas o factores externos de las mismas.

Por otra parte, se puede observar la relación del nivel de autoestima con el tipo de colegio a los que pertenecen los adolescentes. En el colegio privado se puede observar que el 98,8% de los estudiantes poseen un nivel de autoestima media y solo el 1,2% de ellos posee un nivel bajo. Seguido a eso, en el colegio de tipo convenio, el 98,8% de los adolescentes tienen un nivel medio de autoestima y el 1,1% tiende a tener un nivel alto y finalmente se observa que en el colegio fiscal, el 96,3% de la muestra, poseen un nivel medio de autoestima, mientras que el 3,75 de ellos tienen un nivel bajo.

Dorr (2005) considera que la autoestima resulta de la interacción con el medio natural y social, por lo tanto, es susceptible a ser desarrollada y así en su investigación, concluyó que existen diferencias significativas entre los niveles socioeconómicos para la variable autoestima, donde se mantienen las diferencias a favor del nivel socioeconómico alto en relación al nivel medio-bajo. Es decir que aquellas personas que proceden de un contexto socioeconómico elevado, serán tendientes a poseer una mayor autoestima. Dicha información puede ser contrastada con estos resultados, lo cuales indican que el estrato de colegio, ya sea privado, convenio o fiscal, no está relacionado al buen o mal desarrollo de la autoestima induciendo así a otras causas o factores externos de las mismas.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Una vez ejecutadas y cumplidas las etapas de esta investigación, se procede a la formulación de las conclusiones. Las mismas están de acuerdo al orden de los objetivos específicos e hipótesis planteadas.

- **Primer objetivo específico: Establecer el nivel de habilidades sociales de los estudiantes.**

“Las habilidades sociales constituyen un conjunto de habilidades y capacidades distintas como específicas que ayudan en las relaciones sociales saludables y la resolución de problemas de tipo interpersonal y socioemocional, desde actividades básicas como complejas e instrumentales” (Goldstein, 1989).

Conforme a los datos obtenidos se concluye que el nivel de habilidades sociales de los estudiantes en general, se ubican dentro del término medio. Por otra parte, en relación a las dimensiones de la variable, la mayoría de ellas se encuentran en un nivel de desarrollo medio, con una tendencia hacia alto, mostrando así una buena capacidad en la ejecución de tareas que conllevan la socialización.

Con respecto a la primera hipótesis planteada: *el nivel de habilidades sociales de los estudiantes oscila entre media a baja*, es aceptada; sin embargo, se puede recalcar que la tendencia de los adolescentes es a poseer un nivel alto en el desarrollo de las habilidades sociales.

- **Segundo objetivo específico: Identificar el nivel de autoestima que caracteriza a los adolescentes.**

“La autoestima es el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se trasmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta”. (Coopersmith, 1976).

De acuerdo a los datos obtenidos, se concluye que el nivel de autoestima que caracteriza a los estudiantes es medio. Por otro lado, en

relación a las dimensiones de la variable, en la dimensión escolar, académica y social los adolescentes presentan un nivel medio, Con esto, se puede evidenciar que existe una buena aceptación hacia su persona, realzando capacidades, logros e importancia. No obstante, en la dimensión personal tienen un nivel bajo, esto debido a que la etapa de la adolescencia es sinónimo de cambios y la cantidad de ellos pueden llegar a ocasionar muchas inseguridades en los adolescentes, haciendo que su autoestima fluctúe en ciertas áreas u ocasiones, conllevan la socialización.

Con respecto a la segunda hipótesis: *El nivel de autoestima que caracteriza a los adolescentes oscila entre media a baja*, es aceptada, sin embargo, la tendencia es a poseer un nivel de autoestima alta.

- **Tercer objetivo específico: Establecer la relación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel autoestima en sus dimensiones personal, escolar, hogar y social.**

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede concluir que el grado de relación entre el nivel de habilidades sociales con el nivel de autoestima en su dimensión personal es positivo medio. En relación a la autoestima en sus dimensiones académica, familiar y social, se encuentra un grado de correlación positivo débil. Esto indica que mientras el nivel de autoestima suba, el nivel de habilidades sociales también subirá o viceversa.

Un adolescente que tenga una autoestima alta, tendrá muchas más facilidades para forjar relaciones de calidad con otras personas. Mientras que un adolescente con una baja autoestima, tendrá serias dificultades para desarrollar sus habilidades sociales, puesto que la percepción que una persona tiene de sí misma, se apoya no solo en las creencias sobre quién es, sino también de lo que cree que los demás piensan al verle y hablarle.

Con respecto a la tercera hipótesis: *La correlación entre habilidades sociales con el nivel autoestima en sus dimensiones personal, escolar, hogar*

y social es positiva perfecta, es aceptada; sin embargo, el grado de correlación tiende de medio a débil.

- **Cuarto objetivo específico: Comparar los resultados obtenidos entre los estudiantes de las unidades educativas pertenecientes al estrato privado, convenio y fiscal**

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede concluir que el estrato de colegio, ya sea privado, convenio o fiscal, no estará relacionado al buen o mal desarrollo de la autoestima o de las habilidades sociales ya que los adolescentes de los distintos estratos, presentan un nivel medio tanto en habilidades sociales como en autoestima.

En cuanto a la cuarta hipótesis: *Los estudiantes pertenecientes a un colegio privado poseen mayor nivel de habilidades sociales y autoestima en comparación de los del colegio de tipo convenio y fiscal*, esta es rechazada, ya que los datos expuestos muestran contrariedad en la afirmación.

- **Objetivo general: Determinar la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto Secundaria Comunitaria Productiva de las unidades educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023.**

En relación a los resultados encontrados, se concluye que el grado de relación entre las variables “habilidades sociales” y “autoestima” es positivo medio, lo cual indica que mientras el nivel de autoestima suba, el nivel de habilidades sociales también subirá o viceversa.

Con respecto a la hipótesis general: *Existe una correlación positiva perfecta entre las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de tercero a cuarto de Secundaria Comunitaria Productiva de las Unidades Educativas de la ciudad de Tarija en la gestión 2023, es decir, a mayor nivel de autoestima, mayor nivel de habilidades sociales o viceversa*, esta es aceptada; sin embargo, el grado de correlación es medio.

6.2.Recomendaciones

En base a los resultados obtenidos y conclusiones planteadas, se proponen las siguientes recomendaciones:

- *A futuros investigadores*

Hacer el uso de instrumentos más actualizados, podrá brindar información más contextualizada a la época o tiempo actual.

- *A las instituciones educativas*

Fortalecer la autoestima de los adolescentes, a través de dinámicas y talleres dirigidos a la autovaloración de sí mismas y de esa manera desarrollar un adecuado potencial para el incremento de su autoestima y el desarrollo de sus habilidades sociales.