

INTRODUCCIÓN:

La autoestima es la evaluación que el individuo desarrolla y conserva generalmente de sí mismo, implica una actitud de aprobación o desaprobación, e indica el grado en el que un individuo se considera a sí mismo capaz, meritorio, próspero y valioso, cumpliendo un papel fundamental en nuestras vidas y sobre todo en nuestras relaciones interpersonales. Estudios sobre salud mental en adolescentes han mostrado que la autoestima es un factor relevante en el desarrollo de los aspectos de la personalidad, adaptación social y emocional, así como de la salud Mental en general.

La formación de la autoestima tiene su inicio desde la infancia y se desarrolla a lo largo de toda nuestra vida a través de las experiencias por las que atravesamos. Según Erikson en su teoría del desarrollo psicosocial es en las tres primeras etapas donde se empieza a desarrollar la autoestima. Al llegar a la adolescencia la autoestima es susceptible a sufrir un declive a consecuencia de los múltiples cambios que se producen, cambios de orden fisiológico y psicológico, para los cuales el adolescente no se encuentra preparado, estos cambios fisiológicos se presentarán a manera de crecimiento y maduración, mientras que los cambios psicológicos se presentarán con oscilaciones del humor, y sobre todo porque el adolescente pasa de un pensamiento operacional concreto a un pensamiento operacional formal.

De esa manera los individuos que han desarrollado una buena autoestima tenderán a ser expresivos, exitosos, sociables, capaces de enfrentar la crítica, tendrán confianza en sus propias percepciones; de modo contrario, las personas con baja autoestima serán incapaces de expresarse y defenderse, se sentirán temerosas del rechazo de los demás, preocupadas por problemas internos, excesivamente sensibles a las críticas, con dificultades para entablar relaciones de amistad, duda, tristeza, culpa y vergüenza. Entendiendo así a la autoestima y a las habilidades sociales como la base principal en el aprendizaje, desempeñando un papel fundamental en el desarrollo integral de cada individuo, ya que las habilidades sociales nos permiten relacionarnos con otras personas.

Es por ello que se ha creído conveniente la realización del presente trabajo de investigación, con el objetivo de determinar la relación que existe entre la autoestima y las habilidades sociales

en los adolescentes y con ello lograr una mejoría en estas actitudes incrementando así el bienestar y calidad de vida de cada uno de ellos.

Es importante mencionar, que la presente investigación, brinda aportes de tipo teórico y estadístico, los cuales ayudarán a futuras investigaciones.

Para terminar, el presente estudio se encuentra estructurado de la siguiente manera:

Capítulo I. Planteamiento del problema y justificación: Dentro de este capítulo se encuentra la descripción de la problemática de manera global, tomando en cuenta también investigaciones realizadas en el ámbito local, nacional e internacional. De la misma manera, se presenta la justificación y los diferentes aportes del estudio.

Capítulo II. Diseño teórico: En este segundo capítulo se presenta los diferentes objetivos específicos, partiendo del objetivo general, de igual manera se presenta la hipótesis planteada y la operacionalización de las variables.

Capítulo III. Marco teórico: En este apartado, son presentados todos los conceptos e información teórica relacionada con las variables de estudio y la problemática en general.

Capítulo IV. Diseño Metodológico: En este capítulo se encuentra información muy importante relacionada a la estructura y el procedimiento seguido para la realización de la presente investigación.

Capítulo V: Análisis e interpretación de resultados: En este capítulo se presentan todos los resultados encontrados a partir de la aplicación de los instrumentos, toda esta información es presentada en cuadros, gráficos e interpretaciones.

Capítulo VI. Conclusiones y recomendaciones: En este capítulo final en función a los objetivos, la problemática y aspectos metodológicos, son presentadas las conclusiones a las que se pudo llegar y las recomendaciones pertinentes.

En la parte final del documento se pueden encontrar las referencias bibliográficas y los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

La escuela es un medio perfecto para favorecer la socialización y ayudar a la construcción de la autoestima, puesto que, junto con la familia, constituyen ambientes excelentes para el desarrollo de ambos aspectos. A lo largo de diferentes investigaciones, se ha constatado la relación existente entre la autoestima y las habilidades sociales, por lo que, partiendo de estas bases, surge esta investigación, por la realidad actual que se observa en las diferentes Unidades Educativas del área dispersa concentrada de la ciudad de Tarija.

Tanto la autoestima y las habilidades sociales, son dos elementos importantes a estudiar, ya que ambas se ha comprobado que están íntimamente ligadas, siendo dos componentes de nuestras vidas que se debe desarrollar y trabajar para que sean satisfactorias. (Rodríguez. 2006. Pag 83). Cuando el adolescente cuenta con buenas habilidades sociales, suele contar con buenas habilidades de comunicación y con un buen autocontrol emocional, lo que se relaciona con una buena autoestima. Las habilidades sociales facilitan la relación con los iguales (hermanos, amigos, compañeros de clase, vecinos) y con las figuras de referencia (padres, abuelos, familiares, profesores).

De igual manera es necesario conocer el papel que juega la autoestima en nuestra vida y sobre todo en nuestras relaciones interpersonales, por ello se define a la autoestima como la evaluación que el individuo hace y normalmente mantiene respecto a sí mismo, y expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y valioso. (Coopersmith, 1967, pág. 53)

Por otro lado, las habilidades sociales se definen como el conjunto de comportamientos eficaces en las relaciones interpersonales (Goldstein, 1980. párr. 2)

Citando diferentes investigaciones se encontró que en el ámbito internacional, en Perú, el Ministerio de Educación (2005) realizó estudios sobre las habilidades sociales y la autoestima, en un estudio cuasi experimental con adolescentes a quienes se les aplicó un programa denominado, Aggression Replacement Training (ART), se comprobó que este programa fue

capaz de producir cambios significativos en las variables de autoestima y habilidades sociales y como resultado de ello crearon manuales de cómo mejorar la autoestima y las habilidades sociales con éxito en programas pilotos.

De la misma manera una investigación realizada por Salambay Bejarano, W. (2019), en salud mental sobre la relación de la autoestima con las habilidades sociales de los estudiantes de décimo curso de la Unidad Educativa Luis Felipe Borja, en la ciudad de Quito-Ecuador, tuvo como objetivo principal de la investigación, relacionar los niveles de autoestima con los niveles de habilidades sociales de los estudiantes, la fundamentación teórica parte de la teoría cognoscitiva social, en la cual se destaca que el aprendizaje humano se da con el medio social. La investigación es de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo, se trabajó con un total de 47 estudiantes a quienes se les aplicó el inventario de autoestima original, forma escolar de Stanley Coopersmith y la escala de habilidades sociales. Los resultados obtenidos determinaron la aprobación de la hipótesis afirmativa de investigación en una correlación positiva, es decir, que sí existe una asociación significativa entre los niveles de autoestima y los niveles de habilidades sociales.

De igual manera, en el ámbito nacional, una investigación realizada por la Lic. Ximena Pérez Arenas en la ciudad de La Paz (2017), en la Universidad Católica Boliviana sobre déficit de habilidades sociales en adolescentes, muestra como conclusiones que existe una gran mayoría de adolescentes con déficit en las habilidades sociales para el afrontamiento con su entorno, aspecto que influye en su diario vivir al igual que influirá en el afrontamiento de diversas situaciones que les presenta la vida, respondiendo con miedo y desconfianza encontrando problemas como el rechazo, aislamiento e insatisfacción al actuar ante los demás.

Por otra parte, en el ámbito nacional, en la ciudad de Cochabamba en la universidad Mayor de San Simón, se realizó un estudio por el Lic. Carlos Walter Urquidi, acerca de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes de 6to de secundaria, en diferentes colegios de la ciudad, el resultado de dicha investigación, concluyó en que la adolescencia es un periodo crítico donde las habilidades sociales juegan un papel importante en el desempeño personal de

cada individuo, para lo cual la autoestima cumple un rol fundamental en el desarrollo y consolidación de dichas habilidades sociales.

A nivel regional, en la ciudad de Tarija, la implementación de un programa por la licenciada Teresa Maldonado Morato (2017) de fortalecimiento de la autoestima y de habilidades sociales implementado para el desarrollo de la autonomía personal realizado con adolescentes de Aldeas Infantiles SOS, a través del método MIA, se percibió que fue claramente beneficiaria, al permitirles a los adolescentes, fortalecer su autoestima y a través de ello, el conocimiento y aceptación de sí mismos, logrando apropiarse de conocimientos, habilidades sociales, y destrezas que le ayuden a interactuar de mejor manera con sus pares.

A lo largo de diferentes investigaciones, como por ejemplo la realizada por Penagos, Rodríguez, Carrillo y Castro (2017), en la que se evalúa la relación entre el apego, las relaciones sociales y la autoestima, se ha comprobado que la autoestima y las relaciones interpersonales están íntimamente ligadas. Es por ello, que la presente investigación está enfocada en determinar la relación existente entre la autoestima y las habilidades sociales en estudiantes de sexto de secundaria de colegios fiscales del área dispersa concentrada de la ciudad de Tarija, se trabaja con adolescentes, que fueron elegidos bajo la premisa de Erik Erikson (1968) quien afirma que “la adolescencia es definida como el periodo en el que se produce la búsqueda de la identidad, en ese sentido la autoestima y las habilidades sociales, cobran un rol protagónico durante esta etapa.

1.2 JUSTIFICACIÓN:

Considerando las características del ciclo vital de los adolescentes, se ve por conveniente llevar adelante la iniciativa de realizar este estudio, con el fin de conocer acerca del nivel de autoestima que poseen y la relación del mismo con el desarrollo de las habilidades sociales, que permitan desenvolverse de manera eficiente en el medio en el cual de desarrollan.

Por lo cual, la presente investigación, nos permite conocer el desarrollo de las habilidades sociales de los adolescentes en sus relaciones interpersonales y con el medio social en el cual interactúan, así mismo se podrá describir el nivel de autoestima que presentan y por ende determinar la relación entre estas dos variables.

Se considera importante y significativo desarrollar el estudio de la autoestima y habilidades sociales de los estudiantes de sexto de secundaria, para obtener conocimiento y saber si sus niveles son adecuados, para que los mismos puedan permitirles relacionarse adecuadamente con los demás y a su vez desarrollen con mayor facilidad sus habilidades comunicativas, de manera que al expresarse se sientan seguros de sí mismos. Es por ello que una adecuada autoestima está relacionada al beneficio de los estudiantes en el desarrollo de sus habilidades sociales, los cuales le ayuda a tener una mejor y espontánea cualidad de comunicarse con los demás.

Es preciso mencionar que el trabajo de investigación presenta justificación teorica, la cual brindará información y datos confiables, sobre la relación que existe entre la autoestima y el desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes, así mismo, el presente documento servirá de consulta para futuras investigaciones interesadas particularmente en el tema ya mencionado.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2. DISEÑO TEÓRICO:

2.1 PROBLEMA CIENTÍFICO:

¿Existe relación entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija en la gestión 2021?

2.2 OBJETIVOS:

2.2.1 Objetivo General

Determinar la relación entre la autoestima y las habilidades sociales en estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija en la gestión 2021

2.2.2 Objetivos Específicos:

- Establecer el nivel de autoestima en los estudiantes

- Determinar el nivel de las habilidades sociales que presentan los estudiantes

- Establecer la relación entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes

2.3 HIPÓTESIS

- 1.- Los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa – concentrada de la ciudad de Tarija, presentan un “buen nivel de autoestima”

2. Los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa – concentrada de la ciudad de Tarija, presentan un “ buen nivel “ de habilidades sociales

3. A mayor autoestima, mayor habilidades sociales, en estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa – concentrada de la ciudad de Tarija

2.3 OPERACIONALIZACION DE VARIABLES:

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
AUTOESTIMA	<p>Es la valoración que el estudiante tienen de sí mismo, esta puede ser positiva o negativa, o puede expresar una actitud de desaprobación o aprobación, mide a la persona como capaz, valiosa, importante y exitosa. (Coopersmith, 1990 citado por Acevedo, 2018)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La auto eficiencia 	<ul style="list-style-type: none"> -Considerarse capaz de pensar por uno mismo - Pensamiento crítico - Tomar decisiones - Comprensión y resolución de conflictos 	<p>Óptima 61-75 Excelente 46-60 Muy buena 31-45 Buena 16-30 Regular 0-15 Baja -1 a -15 Deficiente -16 a -30 Muy baja -31 a -45 Extrema -46 a -60 Nula -61 a -75</p>
		<ul style="list-style-type: none"> • La auto confianza 	<ul style="list-style-type: none"> -Superar retos -Adaptabilidad - Empatía - Control de las emociones 	
		<ul style="list-style-type: none"> • La auto dignidad 	<ul style="list-style-type: none"> -Respeto - Confianza en sí mismo - Seguridad - Toma de perspectiva 	

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
AUTOESTIMA	<p>Es la valoración que el estudiante tienen de sí mismo, esta puede ser positiva o negativa, o puede expresar una actitud de desaprobación o aprobación, mide a la persona como capaz, valiosa, importante y exitosa. (Coopersmith, 1990 citado por Acevedo, 2018)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad de logro, buenas relaciones 	<ul style="list-style-type: none"> - Perseguir sus propios objetivos - Alta capacidad de logro - Personalidad tenaz y perseverante - Buenas relaciones interpersonales 	<p>Óptima 61-75 Excelente 46-60 Muy buena 31-45 Buena 16-30 Regular 0-15 Baja -1 a -15 Deficiente -16 a -30 Muy baja -31 a -45 Extrema -46 a -60 Nula -61 a -75</p>
		<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad principios y valores 	<ul style="list-style-type: none"> - Entiende las consecuencias de hacer o dejar de hacer lo que promete - Defender sus opiniones y formas de pensar - Cumplir con sus obligaciones al hacer, decir u ofrecer algo con plena conciencia de sus actos - Acción responsable en cuanto a su actuación, interacción y relación con su entorno - Valores éticos, morales - Principios que se manifiestan en su forma de ser, pensar y actuar 	

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
HABILIDADES SOCIALES	Es un conjunto de conductas que expresa el estudiante, son habilidades y capacidades que van desarrollando, las mismas que le ayudan a tener un adecuado contacto interpersonal, para con sus profesores y compañeros de estudio, optimizando así las relaciones interpersonales. (Goldstein, 1980)	<ul style="list-style-type: none"> • Primeras habilidades sociales 	-Prestar atención -Elegir información adecuada -Iniciativa Propia -Conversación en común	Excelente nivel 205 a +
		<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales avanzadas 	-Pedir ayuda -Integración al grupo -Pedir disculpa -Persuadir a los demás	Buen nivel 157 a 204 Normal nivel 78 a 156
		<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades relacionadas con los sentimientos 	-Reconocer las emociones -Comprender a los demás -Preocupación por sus semejantes	Bajo nivel 26 a 77
		<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades alternativas a la agresión 	-Pedir permiso para realizar algo -Compartir con los demás -Ayudar a quien lo necesita -Controlar el carácter	Deficiente nivel 0 a 25

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
HABILIDADES SOCIALES	Es un conjunto de conductas que expresa el estudiante, son habilidades y capacidades que van desarrollando, las mismas que le ayudan a tener un adecuado contacto interpersonal, para con sus profesores y compañeros de estudio, optimizando así las relaciones interpersonales. (Goldstein, 1980)	<ul style="list-style-type: none"> Habilidades para hacer frente al estrés 	-Escuchar con atención -Ser sincero hacia los demás -Comprender la razón por la cual se llega a fracasar -Reconocer y resolver la confusión	Excelente nivel 205 a + Buen nivel 157 a 204 Normal nivel 78 a 156 Bajo nivel 26 a 77
		<ul style="list-style-type: none"> Habilidades de planificación 	-Decisiones realistas para comenzar tareas -Analizar las posibilidades de solución de conflictos - Analizar las causas del problema	Deficiente nivel 0 a 25

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3. MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se expone toda la información teórica que se encuentra relacionada con el tema a abordar, que es la autoestima y las habilidades sociales en los adolescentes. Para lo cual se presentan las definiciones conceptuales de las variables involucradas en la problemática, las teorías que se utilizaron para fundamentar los resultados encontrados y la interpretación de los mismos.

3.1 Autoestima y habilidades sociales en adolescentes:

Para Lupercio E. (2013) “La autoestima es un factor relevante en el desarrollo de la personalidad, adaptación social y emocional, es decir, en la salud mental en general. No contar con una autoestima saludable afectará significativamente el bienestar personal e impedirá el establecimiento de relaciones interpersonales saludables. Los individuos que han desarrollado una buena autoestima serán: expresivos, exitosos, sociables, capaces de enfrentar la crítica, tendrán confianza en sus propias percepciones; de modo contrario las personas con baja autoestima serán incapaces de expresarse y defenderse, temerosos del rechazo de los demás, preocupados por problemas internos, excesivamente sensibles a las críticas, con dificultades para entablar relaciones de amistad, duda, tristeza, culpa y vergüenza”.

El análisis de la autoestima y las habilidades sociales, en el período de la adolescencia juega un papel importante ya que permite conocer, en perspectiva, la forma de pensar y actuar de las futuras generaciones de adultos.

La autoestima está muy relacionada con la satisfacción que una persona tiene con respecto a sí misma y a su vida. Una persona con baja autoestima difícilmente se sentirá satisfecha y se sentirá incapaz de conseguir aquellos objetivos que la llevarían a sentirse a gusto con ella misma. La baja autoestima suele manifestarse en una autocrítica constante de la persona a sí misma, autoevaluaciones negativas, culpa, sentimientos de inferioridad, predicciones de fracaso, alta frustración ante errores, inseguridad ante situaciones cotidianas y en las relaciones interpersonales y poca o ninguna autoafirmación ante los demás. (Domínguez, 2015, pág. 35).

Las personas con déficit en habilidades sociales experimentan aislamiento social, rechazo y una baja autoestima, como consecuencia de percibirse a sí mismas como incompetentes socialmente. Cuando las habilidades sociales son apropiadas, el resultado es un mayor sentido de autoeficacia y un mayor reforzamiento social positivo, tanto a corto como a largo plazo. (Ruiz, 2013, pag. 32)

Las personas con autoestima baja se sienten mal consigo mismas, inseguras, dependientes, no se animan a expresar sus deseos, lo que las angustia y frustra por temor a la no aprobación o abandono del otro, manifestando problemas en las habilidades sociales vinculados a su autoestima. (Martorell, 2012, pag 23)

La autoestima es un factor relevante en el desarrollo de la personalidad, adaptación social y emocional, es decir, en la salud mental en general. No contar con una autoestima saludable afectará significativamente el bienestar personal e impedirá el establecimiento de relaciones interpersonales saludables. (Rogers, 1992, pag. 90)

Es importante que el ser humano se acepte tal como es, porque a base de la aceptación de sí mismo aceptará a las demás personas, debido a que todos los seres humanos somos parte del medio social. A través de las relaciones humanas se logra un crecimiento e inserción como persona dentro de este mundo, de las mismas dependen las interacciones con las personas significativas que le rodean. (Gardner, 2005, pag. 87)

Podemos considerar que la autoestima y las habilidades sociales están estrechamente unidas, ya que aceptarse y valorarse uno mismo es un requisito necesario para relacionarse eficazmente con otras personas. y a la vez, mejorar las habilidades sociales y ser asertivo ayuda a fomentar una buena autoestima. Representa un logro individual, producto de una labor perseverante de crecimiento interno. De la valoración que uno tenga de sí mismo dependerá lo que haga en la vida y su participación en ella ya que la autoestima condiciona el proceso de desarrollo de las potencialidades humanas y la inserción de la persona dentro de la sociedad. (Acevedo, 2018, pag. 78).

3.2 La adolescencia:

La adolescencia es el periodo del desarrollo durante el cual las personas viven la transición de la niñez a la etapa adulta. Es básicamente un periodo de marcados cambios, tanto fisiológicos como cognitivos, emocionales y sociales. (Eytel, Max, 2003, pag. 212)

Cronológicamente, la adolescencia se extiende desde el instante en que los individuos entran en la pubertad, aproximadamente a los doce años hasta los 19 años de edad.

Junto a esta transición, la búsqueda de la propia identidad es talvez el fenómeno característico de la adolescencia. En una sociedad tan compleja y sometida a un constante cambio, como es la sociedad occidental moderna, la formación de la propia identidad es una tarea mucho más difícil y prolongada que en las sociedades relativamente sencillas, donde existe poco cambio social de una generación otra.

3.2.1. La adolescencia y las habilidades sociales

Rubin (1979) citado en Peres X., (2005) refiere que “Es importante tomar en cuenta a la adolescencia como una de las principales etapas, en la adquisición de las habilidades sociales ya que en esta edad están comenzando no solo a experimentar cosas nuevas, sino que están a punto de ingresar en una nueva etapa, tanto a nivel educativo como a nivel laboral, para lo que necesitan poseer ciertas formas de respuestas que las favorezcan en sus interacciones sociales”.

3.2.1 Características cognoscitivas del adolescente

El desarrollo cognoscitivo del adolescente se caracteriza por el retorno a un tipo de pensamiento egocéntrico. La mayor parte de la atención del adolescente en este periodo está dirigida hacia sí mismo, cree que el resto de las personas también están preocupadas por su conducta y apariencia. Si el adolescente es excesivamente autocrítico, pensará que los demás estarán observando continuamente sus deficiencias, si por el contrario tiene un elevado concepto de sí mismo, creerá que el resto del mundo existe única y exclusivamente para admirarlo. (McKeury, Kotchy y Browne, 1991, citado en Rice, 1997)

3.2.2 Características emocionales del adolescente:

En forma general, podemos afirmar que las emociones de mayor predominio en los adolescentes son los de tipo desagradable. Los mismos, tienden a identificar los momentos más infelices de su vida en la adolescencia. Entre las emociones más comunes encontramos:

a)Miedo: Los temores más típicos de la adolescencia tienen que ver con las relaciones sociales. La timidez hace que el adolescente se sienta inseguro de su conducta y teme de sobremanera comportarse inapropiadamente.

b)Preocupación: Las preocupaciones van reemplazando a los temores reales, es la preocupación una forma de miedo con causas imaginarias.

c)Ira y frustración: Una de las conductas más llamativas de la adolescencia es la ira y la agresividad. Los factores causales de esta emoción son ante todo de tipo social. (Rice, 1997, pag. 32)

3.2.3 Riesgos a los que están expuestos los adolescentes:

La adolescencia es una etapa de cambios que se produce entre la niñez y juventud. Está marcada por un cambio en las expectativas, en relación no solamente con las funciones sexuales y reproductivas, sino también con el aspecto social. En este periodo son particularmente intensas las conductas de riesgo en los adolescentes, que son aquellas acciones voluntarias o involuntarias, realizadas por el individuo, que pueden llevar a consecuencias nocivas. Estas conductas son múltiples, en el proceso de autonomía y reafirmación de la identidad, el déficit para postergar, planificar y considerar consecuencias futuras, la subestimación de los riesgos es habitual en los adolescentes en diferentes circunstancias, será más probable cuando está en juego su imagen, cuando se han habituado a ellos mismos, cuando creen poder controlarlos y/o tienen expectativas de daños pocos significativos y cuando se relacionan con importantes ganancias personales.

- Por ello se señala que el principal factor de riesgo psicológicos, es la insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Dentro de las cuales podemos destacar la necesidad de autoafirmación, de independencia, de relación íntima personal y la aceptación por parte del grupo, otro riesgo al que está expuesto el adolescente es al ambiente frustrante, cuando el adolescente no encuentra adecuadas manifestaciones de afecto, cuando hay

censura inmotivada y frecuente hacia su persona. Por otra parte, la sexualidad mal orientada lleva a la presencia de prejuicios en relación con los temas sexuales, la comunicación en esta esfera queda restringida y el adolescente busca por otros medios, no siempre los idóneos, sus propias respuestas e informaciones o en muchos casos mantiene grandes lagunas que le acarrearán grandes problemas por el desconocimiento, la desinformación y la formación de juicios erróneos en relación con la sexualidad. (Escobar, 2006, pag. 87).

3.2.3.1 Riesgos en la adolescencia relacionados con la baja autoestima y la carencia en las habilidades sociales

Reyna y Farley, (2006, pag 15) mencionan que el nivel de competencias de razonamiento alrededor de los 17 años es comparable con el existente en la etapa adulta. Es decir que, de manera general, los adolescentes no presentan menor capacidad que los adultos en la percepción del riesgo o en la estimación de la propia vulnerabilidad ante el mismo. Sin embargo, la asunción de riesgos es producto tanto del razonamiento lógico como de factores psicológicos menos estables temporal y contextualmente.

A diferencia de las habilidades de razonamiento, las competencias psicológicas que apoyan la toma de decisiones y moderan la asunción de riesgos (control de impulsos, regulación emocional, retraso de la recompensa o resistencia a la influencia del entorno) siguen madurando a lo largo de la juventud. Es decir, que los adolescentes no tienden a asumir más riesgos por no ser capaces de comprender y evaluarlos, sino por una menor capacidad para regularse y controlarse en la toma de decisiones. (Steinberg, 2004).

La dificultad para mantener relaciones con los demás, el no aceptarse a sí mismo y valorarse poco hace más difícil que el adolescente pueda mantener relaciones saludables ya que los adolescentes con baja autoestima tienen mayor tendencia a padecer depresión, no se aceptan a sí mismos, por tanto, piensan que los demás no los aceptarán como son. De igual manera el bajo rendimiento escolar, algunas veces tiene su causa en los problemas de autoestima de los adolescentes, el creer que no son capaces de aprender se convierte en un obstáculo para el aprendizaje. (Steinberg, L. 2005, pag. 57-63)

De igual manera, al sentirse menos que los demás, tienen la concepción de que cualquier cosa que sientan, por importante o grave que sea, no será de interés para quienes le rodean, de igual manera querer agradar para ser aceptado por los demás los lleva a querer tener una imagen que creen que es la ideal. La anorexia es una consecuencia grave que puede generar esta obsesión por conseguir cierto tipo de imagen. (Berk, L. 2004, pag79).

Los adolescentes con problemas de autoestima se muestran apáticos y faltos de interés, no lo intentan por su miedo constante de no cumplir las expectativas de los otros, de igual manera muchos adolescentes con baja autoestima pueden ser víctimas de abusos y maltratos. Se dejan maltratar o no son capaces de oponerse con firmeza ante un abuso por el temor de exponer su posición y el miedo al rechazo. (Pérez, 2019, pag. 90)

Al querer sentirse aceptado por un grupo, el adolescente puede llegar a realizar acciones violentas o ilegales, aunque sepa que lo que hace no está bien, al adolescente con una pobre imagen de sí mismo le costará independizarse, esto pasa porque se convence a sí mismo de que no es capaz de alcanzar nada sin ayuda de los demás, el joven no cree en sus capacidades, por lo tanto, no se plantea escenarios futuros de realización personal, su principal freno es el miedo a fracasar. (Ortiz, 2010, pag. 23)

Por otro lado, hablando acerca de las habilidades sociales, no disponer de los mismos puede dar lugar a diferentes tipos de problemas. Spinks, S. (2000, pag. 35) entre los más comunes, podríamos encontrar los siguientes:

- **Aislamiento social.** Como consecuencia de las dificultades para interactuar con otros, es habitual que se produzca un retraimiento. Este puede darse como actitud defensiva, al no sentirse el adolescente cómodo al interrelacionarse con otros o bien como consecuencia del rechazo por parte de otros adolescentes, que lo excluyen debido a su falta de habilidades.
- **Problemas escolares.** Puede darse como consecuencia del aislamiento social, por una incapacidad para mantener la atención, o por cualquier otro motivo. Al fin y al cabo, el

entorno escolar es un lugar donde la adquisición de conocimientos se produce a través de la interacción con otras personas.

- **Dificultad para desenvolverse.** Muchas veces, los adolescentes con pocas habilidades sociales encuentran difícil expresar sus deseos u opiniones. Esto puede ser debido a una actitud sumisa, a un carácter impulsivo o a una personalidad agresiva. En cualquier caso, el adolescente es consciente que el resto de las personas no le entienden o lo rechazan.
- **Problemas de autoestima.** Como consecuencia de las dificultades anteriores se podría desarrollar problemas de autoestima. Esto sucede al no ser aceptado por los demás.
- **Problemas emocionales.** También es una consecuencia frecuente de los problemas de habilidades sociales en los adolescentes. Desórdenes como la ansiedad, el estrés o la depresión se producen como consecuencia de los problemas anteriormente mencionados.

3.3 Autoestima

3.3.1 Definición de autoestima:

Etimológicamente, la palabra autoestima se encuentra formada por el prefijo griego “αυτος”, “autos”, que significa “por sí mismo” o, “hacia sí mismo”, adicionado a la palabra estima, que proviene de latín “estimar”, que significa “valorar”, “apreciar”. Así, la autoestima no es otra cosa de la valoración o el aprecio hacia sí mismo.

Según Coopersmith (1990 citado por Acevedo, 2018) La autoestima es la valoración que la persona tiene de si misma, esta puede ser positiva o negativa o puede expresar una actitud de desaprobacion o aprobación, mide a la persona como capaz, valiosa, importante y exitosa

La autoestima ha sido definida por Alcántara (1993) como el conjunto de creencias y valores que el individuo tiene acerca de quién es, de sus capacidades, habilidades y potencialidades.

Valencia (2007) sostiene que Maslow ha catalogado la autoestima dentro de una de las necesidades fundamentales que tiene el ser humano, la de reconocimiento, referida al respeto y la confianza que se tiene en sí mismo.

La autoestima se desarrolla a lo largo de la vida a medida que se va formando una imagen de sí mismo, imagen que lleva en el interior, que es reflejada por las experiencias que tiene con otras personas (Huayapa y Aragón, 2017, pág. 39).

La autoestima es el concepto de apreciación de la propia valía, y se basa en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que cada persona ha ido recogiendo durante el trayecto de su vida. Es la capacidad de establecer una identidad y darle un valor (Harrison, 2014, pág. 82).

La autoestima ha demostrado ser una variable de personalidad significativa para determinar el comportamiento humano. Para entender al individuo psicológicamente, hay que entender su naturaleza, el grado de autoestima y la manera en que cada persona se juzga a sí misma. Los individuos experimentan el deseo de autoestima como una necesidad urgente, imperativa y una necesidad básica. Las personas sienten intensamente la necesidad de una visión positiva de sí mismo (Branden, 1970, pág. 72).

Según Paladino (2001), la autoestima se define como:

Un estado mental. Es como se siente y piensa acerca de sí mismo y de los demás, se mide de acuerdo con el modo en que actúa. También se puede definir como un sistema de creencias internas y cómo experimenta la vida externamente. En algunos idiomas la expresión más positiva es la alta autoestima; se relaciona con tener un sentido positivo de su valor inherente como persona. La autoestima es confianza en sí, tener valía propia y autorrespeto. Significa respetar a otros y tener un sentido de armonía y paz internas. (Cardenas, 2017, pág. 19-20)

3.3.2 Componentes de la autoestima

* **Auto eficiencia:** la cual es la capacidad de pensar por uno mismo, pensamiento crítico, tomar decisiones, comprensión y resolución de conflictos. Aguilar (1999).

***Auto confianza:** Sánchez (2008) Citado en Rodas M., (2012:19) define la autoconfianza como “la creencia de que una persona o grupo será capaz y deseará actuar de manera adecuada en una determinada situación”. De igual manera, Pulido (2011) citado en Rodas M., (2012:19) refiere que la autoconfianza consiste en tener un planteamiento mental positivo sobre lo que va a suceder, esta puede traducirse en expectativas realistas sobre un fin que se persigue o desea conseguir, y de lo cual se está convencido de lograr.

Pulido (2011) citado en Rodas M., (2012:19), afirma que la autoconfianza es la clave para llevar a cabo nuestro máximo nivel en una tarea. Las personas seguras creen en sí mismas, por lo que se sienten seguras para llevar a cabo una tarea. Por el contrario las personas menos seguras de sus capacidades dudan sobre sí mismas, de sí son o no lo bastante buenas lo cual impide el logro de su máximo potencial.

***Auto dignidad:** Se enfoca en la seguridad de qué tan digno se siente la persona de ser feliz, las personas con baja dignidad creen que no merecen ser felices. En cambio las personas con alta dignidad tienen una alta seguridad en sí mismos en cuanto a su verdadero valor como personas, mantienen una actitud positiva y la constante afirmación del derecho a ser felices en sus vidas. (Centeno M., 2019)

Ambos pilares son fundamentales en la Autoestima, la carencia de uno de ellos afecta enormemente en nuestras vidas. Pues quien tiene confianza y seguridad en sí mismo, posee una alta autoestima. (Centeno M., 2019)

***Capacidad de logro y buenas relaciones:** Nos menciona que la capacidad de logro es la tendencia que tenemos a perseguir nuestros objetivos sin perder de vista el camino y a pesar de las dificultades que conlleve, una alta capacidad de logro se relaciona con una personalidad tenaz y perseverante. Si quieres luchar por tus sueños y lograr todas tus metas, debes desarrollar esta parte de tu identidad.

Por otro lado las buenas relación, según Castro S. (2020) refiere que “las relaciones con los demás son fundamentales para formar nuestra autoestima. De esta manera, sabemos que las buenas relaciones sociales potencian nuestra autoestima y las personas con buena autoestima, crean, fomentan y se vinculan de manera sana y satisfactoria. Por ende, es fundamental la autoestima en las relaciones interpersonales. Diversos autores y estudios han puesto de manifiesto que a buenas relaciones personales, mejor autoestima y viceversa y cómo influyen las emociones en nuestras relaciones interpersonales”.

***Responsabilidad, principios y valores:**

Responsabilidad, es importante mencionar que la autoestima es la base de nuestro crecimiento como personas. Sin ella difícilmente podremos tomar la responsabilidad de nuestros actos y

sentirnos dueños de ellos, ingredientes fundamentales para sentirnos con derecho a decidir y desarrollar estrategias para llevar a cabo nuestra voluntad. Si no sentimos que decidimos, perdemos la sensación de control de nuestra vida. Castañer O. Citada en Mensalus I., (2015) define la autoestima como el conjunto de sentimientos, pensamientos y conductas que hacen que nos consideremos dignos de ser valorados y queridos por nosotros mismos sin depender para ello de la valoración y el cariño de los demás. Para que exista una sana autoestima debe existir una coherencia entre aquello que pensamos, sentimos y hacemos desde el respeto a nuestra persona y generando un ambiente respetuoso. Esto significa velar por nuestras necesidades y sentir que nuestro papel importa.

Los principios éticos, son normas sociales que indican lo que las personas deberían hacer o lo que no. También determinan cuáles son las acciones que deben ser promovidas o reconocidas y cuáles son las que deben ser criticadas o castigadas. Los principios socio comunitarios, son resultado de una construcción social y promueven la convivencia armónica entre los seres humanos y el entorno que nos rodea, a través de la práctica cotidiana. Ministerio de Educación (2020:52).

El concepto de valores, es aplicado al ser humano, en sus actitudes y parámetros para conducirse y tomar decisiones. “Desde un punto de vista socioeducativo, los valores son considerados referencias, pautas o atracciones que orientan el comportamiento humano hacia la transformación social, dan orientación a la conducta y a la vida de cada individuo y de cada grupo social” Santana D. (2003) Citado en Ministerio de Educación, (2020).

3.3.3 Tipos de autoestima:

En relación a los niveles de autoestima, Coopersmith, (1996, pág.22), afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja, que se evidencia porque las personas experimentan las mismas situaciones en forma notablemente diferente, dado que cuentan con expectativas diferentes sobre el futuro, reacciones afectivas y autoconcepto.

3.3.3.1 Autoestima Alta:

Es la valoración que cada individuo tiene de sí mismo y el respeto hacia los demás; los individuos con una alta autoestima son personas motivadas para cuidar de sí mismos y esforzarse de manera persistente en alcanzar sus metas.

Calderón, (2014, pág.21) 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 positiva 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.

3.3.3.2. Autoestima media o relativa:

Ojeda y Cárdenas, (2017, p.13); La autoestima media, 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.

Morello, (2017, pág. 39-40) menciona que en este tipo de autoestima las personas no se consideran superiores a otros ni tampoco se aceptan a sí mismos plenamente. También son aquellas “personas con gran capacidad de introspección y relaciones interpersonales óptimas. Son más flexibles”.

3.3.3.3. Autoestima Baja:

Coopersmith, (1996, pág. 23), conceptualiza a las personas con un nivel de autoestima bajo como 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. Agrega que 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.

3.3.4 Autoestima en relación al sexo

Alemann C. (2014) refiere que *“esta disparidad en la autoestima de hombres y mujeres es resultado, aparentemente, de factores que van desde disposiciones biológicas a la manera en que se socializa a los niños: se espera que las niñas sean modestas y tranquilas, y que los niños asuman riesgos, sean fuertes y controlen sus emociones. A esto se suma el papel clave que juegan instituciones y experiencias de vida a la hora de favorecer o restringir la capacidad de las mujeres para controlar sus vidas, tanto dentro como fuera del hogar”*.

Así mismo, Rojas L. (2007) refiere que “las mujeres tienen una autoestima más baja que los hombres debido a que en la actitud de observarse a sí mismas, analizarse y juzgarse, tienden a "incluir el aspecto físico más que el hombre, con unas connotaciones negativas".

3.3.5 Autoestima y edad

Según Súnico M. citada en Loring C., (2018) “la autoestima no es una diagonal que asciende o desciende de manera continua a lo largo de nuestras vidas, sino que viene y va en todos nosotros. La autoestima pasa por momentos de crisis en determinados puntos de la vida, como puede ser la adolescencia, o la crisis de la mediana edad. Igualmente, hay otros tiempos en que es más estable, como generalmente sucede entre los veinte y los treinta y algo, y en la edad adulta”.

3.3.6. Autoestima e Interacción Social:

Díaz, (2017, pág. 27) “La autoestima es la fuente de la salud mental, teniendo en cuenta grandes efectos en sus pensamientos, valores y emociones, radicando en la forma en que una persona se desenvuelve en su entorno social”

Alcántara, (1990, pág. 51) indica que una autoestima positiva permite una mejora en las relaciones sociales y en la capacidad de ser creativos.

Sin embargo, los individuos que demuestran una autoestima negativa según Rosenberg y Simmons, (1972, pág.19):

Tienden a rechazarse a sí mismos, menospreciándose e infravalorándose, disponiendo de una serie de pensamientos negativos hacia su persona. De la misma manera, sostienen que suelen manifestar falta de confianza, mostrándose indecisos, teniendo miedo a equivocarse y expresar sus ideas.

Además, se consideran personas pasivas, sin decisión a tomar iniciativa ante la ejecución de algún proyecto; y temen hablar en público, provocando de esta forma un aislamiento y malas relaciones sociales.

3.4 Habilidades Sociales:

3.4.1 Definición:

Etimológicamente, se identifica la raíz en el latín “habilitas”, designando a aquellas personas que cuentan con destrezas específicas. Una disposición que marca la diferencia y reporta beneficios. Gracias a tal o cual aptitud, que puede ser física o cognitiva, el individuo presentará una especial competencia, idoneidad y talento para desarrollarla.

Para Goldstein,(1980, pág.81), las habilidades sociales son un conjunto de habilidades y capacidades para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal. Estas habilidades y capacidades se aplican en actividades desde básicas hasta avanzadas.

El ser humano es un ser social por naturaleza. Desde que los individuos nacen, forman parte de la sociedad, la cual les plantea retos y obstáculos, como el hecho de relacionarse con otros. Ellos pasan la mayoría de su tiempo interactuando con diversas personas y con su entorno; sin embargo, para que esta interacción sea asertiva y exitosa, las personas requieren de una serie de habilidades, las cuales aprenden a medida que crecen y se relacionan con la sociedad. Esto permite una inmersión progresiva, activa y positiva dentro de la sociedad. Estas habilidades se conocen como “habilidades sociales” (Saldaña y Reategui, 2017).

Para Caballo (2011) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a la persona desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, emociones, actitudes, aspiraciones, opiniones o derechos de una forma adecuada a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros, en la medida que el individuo respeta las conductas de los demás.

Por su parte Phillips (1978) afirma que las habilidades sociales son la interacción entre una persona y su entorno y la capacidad de comenzar y mantener relaciones interpersonales.

3.4.2 Habilidades sociales en relación al sexo

Es importante mencionar que diversos estudios indican que tanto hombres como mujeres destacan en ciertas habilidades sociales, se encontró que las mujeres suelen puntuar más alto en

sus niveles de expresividad y sensibilidad emocional y en habilidades sociales que los estudiantes varones Denis, Hamarta & Ari, (2005) citado en García, M., Cabanillas, G., Morán, V. & Olaz, F. (2014) “Los resultados de los estudios permiten inferir la existencia de diferencias de género en las conductas sociales y, en general, se ha observado que los hombres experimentarían menos dificultades para concertar citas o llevar a cabo comportamientos asertivos de forma competente. Por su parte, las mujeres mostrarían comportamientos más competentes en términos de expresión de sentimientos positivos y empatía (Caballo, 2000) citado en García, M., Cabanillas, G., Morán, V. & Olaz, F., (2014).

3.4.3 Habilidades sociales en relación a la edad

En relación a ello, no se debe olvidar que la mayoría de los autores sostienen que el desarrollo de las habilidades sociales depende principalmente de la maduración y de las experiencias del aprendizaje (Fernández, 1999), citado en Ortego M, López S. & Álvarez M. (s/f): “Las habilidades sociales se adquieren normalmente como consecuencia de varios mecanismos básicos de aprendizaje. Entre ellos se incluyen: reforzamiento positivo directo de las habilidades, el modelado o aprendizaje observacional, el feedback y desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales”.

3.4.4 Clasificación de las habilidades sociales:

Goldstein (1996) manifiesta que la clasificación de las habilidades sociales se tipifica en seis grandes grupos, estos son:

3.4.4.1 Habilidades sociales básicas:

Según Goldstein a este grupo de habilidades también se las denomina primeras habilidades sociales y 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. 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 (Torres, 2018, pág.53).

3.4.4.2 Habilidades sociales avanzadas:

Según Goldstein, (2018, pág. 54) se refiere a un nivel de interacción más complejo en el que es necesario de seguir normas de conductas sociales. Dentro de este grupo se encuentra 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.

3.4.4.3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos:

Goldstein, (2018, pág. 54) manifiesta que tiene relación con la capacidad de manejar y expresar de una forma adecuada nuestra parte emocional, sin salirnos 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.

3.4.4.4 Habilidades alternativas a la agresión:

Saldaña y Reátegui, (2017, pág.41) sirven como técnicas de autocontrol y control de la impulsividad, tales como, pedir permiso, compartir, ayudar al otro, negociar, defender derechos, responder ante bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas.

Goldstein, (2018, pág. 54) constituyen aquellas capacidades que permiten que el ser humano logre por diversas rutas cumplir sus metas o propósitos deseados. Dentro de este se rescatan la cooperación, hacer valer los derechos propios, el autocontrol y pedir autorización para los fines deseados.

3.4.4.5 Habilidades para hacer frente al estrés:

Según Campos (2017) en el diario vivir se presentan situaciones que generan problemas difíciles de sobre llevar, en ocasiones provocan que el individuo pierda la calma y puede llevarlo a recibir críticas o incluso al fracaso, por lo que debe aprender a gobernar las emociones en dicha circunstancia para que no se vea afectado en ninguna etapa de la vida.

Goldstein, (2018, pág.54) Tiene relación con la capacidad del ser humano de enfrentar momentos de tensión, en los que no está de acuerdo con una situación o pensamiento; constituye hacer frente a las equivocaciones propias

o a las injusticias del medio en el que se desenvuelve, estar presto a recibir críticas y a reconocer el valor y mérito de otras personas.

3.4.4.6 Habilidades de planificación:

Para Saldaña y Reátegui, (2017, pág. 7) estas habilidades “Se utilizan para conocer y resolver problemas, como tomar la iniciativa, entender la causa de un problema, establecer un punto, recoger información, resolver problemas, tomar decisiones y concentrarse en una tarea”.

(Goldstein, 2019, pág. 55) “Se refieren a la capacidad de prever y por ende eludir problemas o contratiempos, de tal manera que se optimiza el tiempo al resolver los conflictos y tomar decisiones con este fin”.

3.5. Importancia de las habilidades sociales

Torres, (2014, pág.22) afirma que cuando “la interacción es grata, positiva y cálida, nos hace sentir bien, aumenta nuestro bienestar social, personal, nuestra autoestima y autoconcepto, optimizando nuestra calidad de vida”.

Silva, (2017, pág.31) precisa lo siguiente: “Las habilidades sociales, llevarán al individuo a enfrentar apropiadamente diversas situaciones cotidianas y a resolver efectivamente los conflictos que se le presenten en los diferentes contextos que se desenvuelve”

Por su parte Armijos y Chávez, (2016). mencionan que las habilidades sociales son herramientas importantes para todos los individuos, ya que son utilizadas para la prevención de futuros comportamientos problemáticos, estrés, conductas violentas y deserción escolar, entre otras.

3.5.1 Habilidades Sociales y Autoestima:

Mozón, (2014, pág. 47): Las habilidades sociales son herramientas que permitirán adaptarse a un grupo y vivir en armonía con la mayoría de pares en vez de crear conflictos. Este tipo de personas tienen y desarrollan cada vez mayor autoestima. Ya que esto les proporciona confianza y permite el desarrollo de una conducta segura, abierta y participativa con el entorno social donde se desenvuelva.

Álvarez, (2013, pág. 32) menciona que, “Fomentar las relaciones interpersonales da lugar a una mejoría de la autoestima, obteniendo una felicidad y tranquilidad por parte del individuo. Las habilidades sociales permiten la evolución de la identidad social del individuo, haciendo que la imagen que cada individuo tiene sobre sí mismo, al ser parte de un grupo social sea buena. Y también permite la obtención de conductas adecuadas para un adecuado desenvolvimiento interpersonal.

3.6 Investigaciones semejantes, relacionadas a la autoestima y las habilidades sociales en adolescentes

Valencia (2012) *La autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de la escuela pública*. Tesis de maestría, Ecuador, Universidad Católica de Loja. Su objetivo general es precisar la relación existente entre la autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de la escuela pública. La metodología de la investigación es transversal dado el caso que se recogió los datos en un determinado tiempo y espacio. El diseño es correlacional no experimental, el tipo de investigación es básica y el nivel correlacional. El método empleado es hipotético deductivo, el paradigma es positivista, los instrumentos examinados por expertos en el campo, metodólogos y temáticos, para la confiabilidad se empleó el Alfa de Cronbach, se obtuvo una confiabilidad de 0.825 altamente confiable para su aplicación. Concluye que según el estadístico Rho de Spearman una correlación de 0.891 alta entre las variables estudiadas, de autoestima y habilidades sociales.

Silva (2017) llevó a cabo una investigación titulada “Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de 5 años de la institución educativa inicial N° 105 – Jicamarca – 2017, Perú”; dentro del propósito fundamental, la tesis se orientó a identificar la conexión entre la autoestima y las habilidades sociales en estudiantes de cinco años, para tal fin se estructuró bajo una metodología de tipo no experimental, correlacional y de corte transversal, la recolección de datos se obtuvo a través de una lista de cotejo de autoestima y otra para las habilidades sociales. Dentro de los resultados se evidenció un coeficiente de correlación (,768) entre la variable autoestima y la variable de habilidades sociales en los estudiantes de cinco años de la Institución Educativa Inicial N°105 Jicamarca 2017, en tal sentido, se concluyó que existe una relación positiva alta entre las variables anteriormente mencionadas.

Lagos (2018) en su trabajo de investigación titulado “Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de cuarto grado de secundaria de la institución educativa 2037 Ciro Alegría. Carabayllo – 2017, Perú” estuvo orientado a identificar la relación que existe entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes del cuarto grado de secundaria; para ello se estructuró un diseño metodológico de tipo no experimental, correlacional y de corte transversal; para la recolección de los datos se utilizó el Inventario de Coopersmith y un cuestionario de habilidades sociales de Goldstein. Los resultados reportaron relación estadísticamente significativa entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa 2037 Ciro Alegría. Carabayllo – 2017, por tanto, se concluyó que existe una relación significativa positiva alta entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes.

Acevedo (2018), realizó una investigación titulada “Habilidades sociales y autoestima en escolares de 1° a 4° de secundaria de un colegio nacional de la Molina, Perú” cuyo objetivo principal estuvo orientado a identificar la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en estudiantes del primer al cuarto grado del nivel secundario, por ello su estructura fue bajo un diseño metodológico de tipo no experimental, correlacional, por tanto, para la recolección de datos utilizaron una lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el inventario de autoestima de Coopersmith – versión escolar. Los resultados obtenidos evidenciaron una relación estadísticamente significativa (.382; $p < 0.01$) entre las habilidades sociales y la autoestima a nivel general, por tanto, se concluyó que la presencia de un adecuado nivel de autoestima permitirá a los estudiantes obtener mayores capacidades para socializar e interactuar de manera positiva con sus pares.

Montesdeoca y Villamarín (2017), realizaron una investigación que se tituló “Autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de segundo de bachillerato de la unidad educativa “Vicente Anda Aguirre” Riobamba, 2015 -2016, Ecuador”, cuyo objetivo principal se enfocó en determinar la relación entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de segundo de bachillerato en Ecuador, el diseño metodológico utilizado fue de tipo no experimental, de campo y bajo un proceso deductivo – inductivo; para tal propósito se utilizó la Escala de autoestima de Lucy Reidl y el de habilidades sociales (EHS) de Gismero. Los resultados obtenidos evidenciaron la conclusión de que sí existe relación entre la autoestima y

las habilidades sociales en los estudiantes de segundo de bachillerato de la unidad educativa
“Vicente Anda Aguirre” Riobamba, 2015 -2016, Ecuador.

CAPÍTULO VI

DISEÑO METODOLÓGICO

4.METODOLOGÍA:

4.1 Área de la investigación:

El presente trabajo corresponde al área socioeducativa, ya que promueve y contribuye a lograr la educación integral, que tiene como características la integración de habilidades sociales, emocionales, intelectuales y físicas en el estudiante. Es por ello que en la siguiente investigación, se analizará la relación de la autoestima y las habilidades sociales, ya que ambas variables, constituyen a la globalidad del individuo, en el área socioeducativa de igual manera se responde a los factores de tipo social, se dirige a la superación de deficiencias, problemas y dificultades propias del desarrollo social. (Sánchez, 1995).

4.2 Tipificación de la investigación:

Según el propósito la siguiente investigación es teórica, ya que su fin es aportar con información nueva, o corroborar datos previos. En este caso, se recurre a la recolección de datos para generar conceptos generales. (Hernández y col, 2006).

De igual manera, la investigación es de tipo correlacional, ya que el objetivo de estudio, es medir el grado de relación que existe entre las variables de estudio, tales como la autoestima y las habilidades sociales, Según Hernández Sampieri (2003) los estudios correlacionales tienen como finalidad, conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto particular.

En cuanto al enfoque de investigación, se empleó el enfoque mixto, según (Sampieri y Mendoza, 2008) Las investigaciones con enfoque mixto consisten en un proceso de recolección, análisis y vinculación de datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio o una serie de investigaciones ya que se propone aprovechar las ventajas de ambos métodos. Se eligió este enfoque porque permite recopilar, analizar e integrar tanto la perspectiva cuantitativa como cualitativa, el cual requiere un mejor conocimiento del problema de investigación y al mismo tiempo gana amplitud y profundidad en la corroboración de datos y a la vez compensa las debilidades inherentes del uso de cada enfoque por separado y al utilizar ambos tipos de investigación, las fortalezas de cada enfoque pueden compensar los puntos débiles del otro, de igual manera consiste en proporcionar una comprensión más completa de la investigación presentada.

En lo que se refiere a la parte cuantitativa, se transformó toda la información recopilada expresada en distintos cuadros referenciales, que cuantifica la frecuencia y porcentaje de los resultados encontrados, los mismos que fueron procesados a través de un programa estadístico.

Con relación a la parte cualitativa, se realizó un análisis claro, basado en toda la teoría bibliográfica recopilada y los marcados objetivos que se plantearon.

De igual manera se estableció la correlación entre la variable de autoestima y habilidades sociales a través del coeficiente de Pearson, el cual se utiliza para estudiar la relación (o correlación) entre dos variables.

Para conseguir lo mencionado se interpretaron todos los datos transformados y obtenidos en resultados, a través de los métodos de deducción, la lógica y la síntesis, de esta manera se tuvo una idea clara del presente trabajo de investigación.

Por otra parte, la presente investigación según el grado de manipulación de las variables, pertenece al diseño no experimental. Refieren al respecto (Hernández, 2010) que, “se denomina no experimental, porque no se aplica ningún programa o tratamiento, no se realiza experimento alguno, es decir, que no existe manipulación de ninguna variable de estudio, la misma que de manera natural se observan los hechos o fenómenos tal y como se dan en su natural contexto”

Según el procedimiento para la recolección de los datos, se utilizaron los test psicológicos estandarizados, tal como lo afirma (Chiavenato 2008), el test psicométrico es una medición objetiva y estandarizada que mide el comportamiento de un determinado individuo

4.3 Población y muestra:

4.3.1 Población:

Para la presente investigación se tuvo como población a todos los alumnos que cursan el 6to de secundaria, del área dispersa- concentrada de la ciudad de Tarija en la gestión 2021.

Los datos se obtuvieron de la Dirección Distrital de la ciudad de Tarija – Cercado, al inicio de la gestión 2021; se tomó en cuenta todos los colegios que se encuentran en el área dispersa concentrada, los mismos que dan cuenta que existen 292 estudiantes, en el presente año, cursando el 6to de secundaria.

Cuadro N° 1 Población

COLEGIOS QUE PERTENECEN AL ÁREA DISPERSA- CONCENTRADA DE LA CIUDAD DE TARIJA		
Nro.	Unidades Educativas	Total, de alumnos
1	San Jerónimo	36
2	Pampa Galana	37
3	José Naval Monzón Cardozo	37
4	San Mateo	46
5	San Luis	9
6	Lourdes	54
7	José María Velaz 2	45
8	Candy Colodro de Reyes	28
	TOTAL	292

Fuente: Dirección Distrital de Educación

4.3.2 Muestra:

En el trabajo de investigación, no hubo una muestra como tal, ya que se trabajó con el total de la población.

4.4 Métodos, técnicas e instrumentos:

4.4.1. Métodos:

Según el grado de integración o desintegración del fenómeno de estudio, la investigación pertenece al método analítico sintético, el mismo que consiste en descomponer el todo en las partes y partiendo de este análisis, realizar la síntesis para reconstruir y explicar. (Véliz y Jorna, 2014). Este método se utilizó en la investigación ya que consiste en la desmembración de las variables de estudio, en este caso de la autoestima y de las habilidades sociales,

descomponiéndolo en sus partes o elementos para observar la naturaleza, los efectos y después relacionar las mismas, mediante la elaboración de una síntesis general del fenómeno estudiado. Es decir que en un primer momento las variables de estudio se separaron para el análisis y en un segundo momento fueron integradas para la síntesis.

Por otra parte, en la investigación se utilizó el método teórico, por lo cual se pretende generar información tomando en cuenta dudas científicas, ya que desde el inicio se procura brindar datos confiables, sobre la relación que existe entre la autoestima y las habilidades sociales en los adolescentes de 6to de secundaria del área dispersa concentrada de la ciudad de Tarija. En relación al método teórico, Robles (2017) indica que el propósito de este tipo de investigaciones es incrementar las bases del conocimiento científico, ya que solo se busca mejorar el entendimiento humano, en este caso, incrementar el conocimiento de investigaciones previas ya realizadas, sobre la relación que existe entre la autoestima y las habilidades sociales.

De igual manera se utilizó el método estadístico, ya que consiste en una secuencia de procedimientos para el manejo de los datos, tanto cualitativos como cuantitativos en las variables principales de la investigación, que son la autoestima y las habilidades sociales, las cuales fueron medidas mediante técnicas de recolección y recuento de los datos proporcionados por la población, posterior a ello se realizó la presentación en el capítulo de “análisis e interpretación de resultados”, la síntesis de todos los datos encontrados y el análisis correspondiente. De tal manera que el método estadístico permite comprobar hipótesis y establecer relaciones de variables de un determinado fenómeno.

Se utilizó de igual manera el método empírico, ya que según Cerezal y Fiallo (2005), es un modelo de investigación que pretende obtener conocimiento a partir de la observación de la realidad. En este método, la observación de la realidad es el punto de partida para formular hipótesis, las cuales deben ser rechazadas o aceptadas. Toda investigación basada en el método empírico se caracteriza por los siguientes elementos: La realidad sensible, es decir, aquello que puede ser observado, el investigador delimitará cual es el objeto a analizar y el tamaño de la muestra, en este caso se eligió las variables de la autoestima y habilidades sociales, de igual manera se determinó el tamaño de la muestra, para que posterior a ello pueda ser medida, cuantificada o verificada, después se realizó la formulación de la hipótesis, tras la observación.

Posterior a ello se llevo a cabo la verificación de la hipótesis, la cual fue sometida a prueba, lo que significó aplicar técnicas diversas para confirmarla o refutarla. Por todos estos pasos mencionados se sometió el trabajo de investigación.

Se eligió las variables de estudio, después se delimitó el problema ya que solo se está trabajando con estudiantes de 6to de secundaria del área dispersa concentrada de la ciudad de Tarija y mediante la observación, se pudo plantear las hipótesis de la investigación, para que posterior a ello a través de técnicas aplicadas, sean verificadas o rechazadas las hipótesis propuestas.

De igual manera, según el tipo de razonamiento empleado para sacar las conclusiones, la investigación realizada, pertenece a un esquema deductivo, ya que busca formular preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas. (Sampieri, 2004)

4.4.2. Técnicas:

Las técnicas aplicadas durante el proceso de investigación fueron seleccionadas de acuerdo con los requerimientos y las características de la población de estudio.

Se aplicó el “cuestionario”; según Hernández Sampieri (1997), el cuestionario es la técnica más utilizada para la recolección de datos, consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir, suelen estar formada a menudo por una serie de ítems o elementos, cuyas opciones de respuesta no están ordenadas ni graduadas y en los que no existe respuestas correctas e incorrectas. A esta técnica corresponde el “cuestionario de autoestima 35B”.

También se utilizó la “escala”. Para (Sánchez y Reyes, 2009), una escala de medición es la forma en que una variable va a ser medida o cuantificada. Se caracterizan porque los sujetos han de responder eligiendo, sobre una escala de categorías graduada y ordenada, aquella categoría que mejor represente su posición respecto a aquello que se está midiendo, no hay respuestas correctas o incorrectas, y la puntuación total es la suma de las puntuaciones asignadas a las categorías elegidas por los sujetos. A esta técnica corresponde la “escala de habilidades sociales, de Arnold Goldstein”

4.4.3. Instrumentos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación, se utilizaron los siguientes instrumentos, que se detallan a continuación:

- **Cuestionario de autoestima 35B**

Objetivo: El objetivo del cuestionario de autoestima 35B, es determinar el nivel de la autoestima que presenta la persona, adaptado al contexto, por sus características de evaluación, que presenta en el pensamiento, sentimiento y comportamiento que se muestra relevante y mantiene coherencia en la actualidad con la realidad de las personas.

Autor: El inventario de autoestima 35 B, es un instrumento seleccionado de una Tesis de Grado de Rodrigo Aguilar “El impacto del programa de capacitación de pro mujer en la potenciación y autoestima de las mujeres de sectores urbano populares del Alto”, UMSA 1999. Dicho instrumento sirvió como prueba diagnóstica y evaluación final para medir la efectividad del programa.

Año: 1999

Técnica: Test psicométrico (Cuestionario)

Validez y confiabilidad: La confiabilidad del instrumento refiere al grado de su aplicación que producirá los mismos resultados si se aplican a otras personas con características similares.

Existen diversos procedimientos para calcular la confiabilidad de un instrumento de medición. Todas utilizan fórmulas que producen coeficientes de confiabilidad, estos coeficientes pueden oscilar entre 0 y 1, donde el coeficiente 0 significa nulo de confiabilidad y 1 representa máximo de confiabilidad en nuestro caso se utilizó el Alfa de Crombach. Se trabajó con 20 personas en situación de conflicto permitiendo el análisis de la confiabilidad de las preguntas relacionadas a un indicador en particular.

Cuadro de Alfa de Crombach con cálculo de índice:

Una vez aplicados el instrumento y el cálculo del Alfa de Crombach se tiene los siguientes resultados:

Cuadro de Índice de Crombach

ÍTEM	ALFA	OBSERVACIONES
1	1.000	Aprobada
2	1.000	Aprobada
3	0.984	Aprobada
4	0.998	Aprobada
5	1.000	Aprobada
6	1.000	Aprobada
7	1.000	Aprobada
8	1.000	Aprobada
9	0.998	Aprobada
10	0.984	Aprobada
11	0.998	Aprobada
12	1.000	Aprobada
13	0.992	Aprobada
14	0.992	Aprobada
15	1.000	Aprobada
16	0.984	Aprobada
17	1.000	Aprobada
18	0.984	Aprobada
19	0.998	Aprobada
20	1.000	Aprobada
21	1.000	Aprobada
22	1.000	Aprobada
23	1.000	Aprobada
24	0.998	Aprobada
25	0.984	Aprobada
26	0.998	Aprobada
27	1.000	Aprobada
28	1.000	Aprobada
29	0.984	Aprobada
30	0.998	Aprobada
31	1.000	Aprobada
32	1.000	Aprobada
33	1.000	Aprobada
34	0.998	Aprobada
35	0.984	Aprobada
36	0.998	Aprobada
37	1.000	Aprobada
38	0.992	Aprobada
39	0.992	Aprobada
40	1.000	Aprobada
41	0.984	Aprobada

Para la validación del instrumento a cada uno de los ítems se ha empleado la siguiente ecuación:

$$\alpha = \left(\frac{N}{N-1} \right) \left(1 - \frac{VE}{\sum VT} \right)$$

$$\left(\frac{50}{50-1} \right) \left(1 - \frac{51,03829}{304,2475} \right)$$

0,8492

85 % (ANTES)

$$\alpha = \left(\frac{N}{N-1} \right) \left(1 - \frac{VE}{\sum VT} \right)$$

$$\left(\frac{50}{50-1} \right) \left(1 - \frac{48,997333}{329,81} \right)$$

86,8013

87% (DESPUÉS)

Tipo y tiempo de aplicación promedio: La administración es individual y colectiva.

El tiempo de aplicación promedio es de 20 minutos.

Material: El cuestionario de autoestima 35B, está formado por un cuadernillo, en formato A-4, en el que se incluye datos de identificación, las instrucciones para complementarla y los elementos que constituyen la escala.

Escala de presentación de los resultados:

Escala de respuesta de los ítems:

0 = Es mentira
1 = Tiene algo de verdad
2 = Creo que es verdad
3 = Estoy convencido (a) de que es verdad

Escala final de la variable:

Óptima	61 a 75	Baja	-1 a -15
Excelente	46 a 60	Deficiente	-16 a -30
Muy buena	31 a 45	Muy baja	-31 a -45
Buena	16 a 30	Extrema	-46 a -60
Regular	0 a 15	Nula	-61 a -75

- **Escala de habilidades sociales de Goldstein:**

Objetivo: El objetivo de la escala de habilidades sociales de Goldstein, es medir el nivel de habilidades sociales que presentan los sujetos.

Autor: Arnold Goldstein

Año: 1978

Técnica: Test psicométrico (Escala)

Validez y confiabilidad: Tomás, A. (1995), al realizar el análisis de ítems de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales halló correlaciones significativas ($p < .05$, $.01$ y $.001$), quedando el instrumento intacto, es decir, con todos sus ítems completos ya que no hubo

necesidad de eliminar alguno. Asimismo, 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, es decir, todas contribuyen de una manera altamente significativa a la medición de las Habilidades sociales.

Por su parte, la prueba test-re test fue calculada mediante el coeficiente de correlación Producto-momento de Pearson, obteniéndose una “ r ” = 0.6137 y una “ t ” = 3.011, la cual es muy significativa al $p < .01$. El tiempo entre el test y el re test fue de 4 meses. Con propósitos de aumentar la precisión de la confiabilidad se calculó el Coeficiente Alpha de Cronbach, de consistencia interna, obteniéndose Alpha Total “ r_{tt} ” = 0.9244. Finalmente, todos estos valores demostraron la precisión y estabilidad de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y de acuerdo con la consistencia interna de Alpha de Cronbach, la lista de chequeo de habilidades sociales es confiable debido a que su valor es de 0.94.

Material: La escala de evaluación de habilidades sociales (EEHS) está formado por un cuadernillo, en formato A-4, en el que se incluye datos de identificación, las instrucciones para complementarla y los elementos que constituyen la escala.

Tipo y tiempo de aplicación promedio: La aplicación se la puede realizar individual o colectivo. El tiempo de aplicación es de 15 a 20 minutos aproximadamente.

Escala de presentación de los resultados:

Escala de respuesta de los ítems:

1. = Nunca.
2. = Muy Pocas veces
3. = Alguna vez
4. = A menudo
5. = Siempre

Escala final de la variable:

CATEGORÍA	Puntaje directo	Eneatipo	Percentil
Excelente nivel	205 a +	9	75 a +
Buen nivel	157 a 204	7 y 8	58 a 74
Normal nivel	78 a 156	4, 5, 6	43 a 57
Bajo nivel	26 a 77	2 y 3	26 a 42
Deficiente nivel	0 a 25	1	0 a 25

Cuadro resumen de los métodos, técnicas e instrumentos:

VARIABLE	TÉCNICA	INSTRUMENTO
Autoestima	Cuestionario	Cuestionario de autoestima 35B
Habilidades Sociales	Escala	Escala de habilidades sociales de Goldstein

4.4 Procedimiento:

El proceso de la investigación del trabajo, se desarrolló en las siguientes fases que se detallan a continuación:

FASE I. Revisión bibliográfica:

En esta fase inicial se procedió a la exploración bibliográfica. Fueron revisados distintos conceptos teóricos acerca del presente estudio, con el fin de fundamentar el mismo. De igual manera se revisaron diferentes publicaciones para seleccionar los datos más actuales que proporcionen información confiable para el sustento referencial y conceptual del presente trabajo.

FASE II. Selección y preparación de los instrumentos:

En esta fase del trabajo, se realizó la preparación de los instrumentos de medición en la investigación, tales como el cuestionario 35B de autoestima y la escala de habilidades sociales de Goldstein.

FASE III. Prueba piloto:

Dentro de esta fase mediante la aplicación de los instrumentos a una muestra reducida, compuesta por diez estudiantes de 6to de secundaria, se procedió a verificar si los mismos responden a los objetivos planteados en un inicio, de igual manera esta aplicación ayudó con el entendimiento de cada uno de los ítems de los instrumentos, evitando de esta manera cualquier sesgo futuro.

FASE IV. Contacto con la población:

En esta etapa se coordinó en primera instancia con autoridades de la Dirección Distrital de Educación, mediante los cuales se pudo obtener las listas completas de todos los colegios y de la cantidad de alumnos que pertenecen a los mismos, posterior a ello, se procedió a contactar a los diferentes directores de las Unidades Educativas que pertenecen al área dispersa concentrada de la ciudad de Tarija y se solicitó la autorización para aplicar los instrumentos, los directores comunicaron a los profesores lo que se iba a realizar, para que los mismos puedan ceder un tiempo de su clase para la aplicación de los mismos. Cuando los profesores cedieron un tiempo de su clase, se procedió a explicar mediante zoom a los alumnos en qué consiste la investigación que se está realizando, también se le explicó que se les aplicaría dos instrumentos a cada uno de ellos. La aplicación de los instrumentos fue de manera virtual, por la cancelación de las clases presenciales en las Unidades Educativas por el confinamiento resultante de la pandemia.

FASE V. Recolección de la información:

Tomando en cuenta las previsiones e información recabada en la prueba piloto, se procedió con la aplicación de cada uno de los instrumentos. Debido a la emergencia sanitaria por consecuencia se tuvo que hacer modificaciones al proceso de aplicación, lo que implicó dejar a un lado la aplicación tradicional y hacerlo a partir de la virtualidad.

FASE VI. Procesamiento de la información:

Tomando en cuenta que los instrumentos que fueron utilizados tienen características numéricas, una vez obtenidos los datos se procedió a la sistematización de la información a través de la tabulación, haciendo uso del programa Excel. Ya realizada la tabulación fueron presentados los datos, se procedió a realizar el cruce de las variables previstas en función a los objetivos trazados, posibilitando de esta manera la aceptación o el rechazo de las hipótesis planteadas.

FASE VII. Redacción del informe final:

Una vez completadas las fases anteriores se procedió con la redacción del informe final, en el cual es presentada toda la información recabada, con sus respectivas gráficas y sus interpretaciones en base a la bibliografía propuesta dentro del marco teórico.

4.5Cronograma:

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2020					GESTIÓN 2021						
	SEP	OCT	NOV	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
Revisión Bibliográfica	x	x										
Selección de los instrumentos			x									
Prueba Piloto			x									
Selección de la Muestra				x								
Recojo de la información					x	x	x					
Procesamiento de la Información								x	x	x		
Redacción del informe final											x	x

CAPÍTULO V

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Dentro de este capítulo, se presentan los datos de mayor relevancia derivados de la aplicación de los instrumentos seleccionados para la medición de las variables del estudio, es importante mencionar que todos estos datos ayudan a dar respuesta al objetivo general el cual es “ Determinar la relación entre la autoestima y las habilidades sociales en estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija”.

De igual manera es importante mencionar que toda la información recabada se encuentra organizada en una serie de cuadros, dentro de los cuales se ven reflejados todos los valores numéricos y porcentuales de las variables de estudio. Así mismo, sumadas a los cuadros y respectivos graficos, se encuentran las interpretaciones de cada uno de los anteriores.

De igual manera es importante referir que para las interpretaciones, son presentadas solamente los datos más significativos, los mismos que son derivados de los instrumentos que fueron aplicados, pudiendo de esta manera, responder a los objetivos específicos planteados en el presente estudio.

Cuadro N° 2

Sexo y Edad

SEXO	F	%
Femenino	134	45, 9
Masculino	158	54, 1
EDAD	F	%
17 años	84	28, 8
18 años	208	71, 2

De acuerdo a los datos presentados, se puede observar que del total de estudiantes que fueron parte del estudio, el 54,1% son del sexo masculino, como así también el 45,9% de los estudiantes son del sexo femenino.

En relación a la distribución de la población en cuanto a la edad, el 71,2% de los estudiantes tienen 18 años de edad y por otra parte el 28,8% de los estudiantes tienen 17 años de edad.

OBJETIVO N.º 1

En relación al primer objetivo específico; *“Establecer el nivel de autoestima en estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija”*, se encontraron los siguientes resultados:

Cuadro N° 3
Nivel de autoestima

Autoestima	f	%
Óptima	9	3%
Excelente	9	3%
Muy Buena	21	7%
Buena	63	22%
Regular	91	31%
Baja	48	16%
Deficiente	14	5%
Muy baja	10	3%
Extrema	16	5%
Nula	11	4%
Total general	292	100%

En cuando al nivel de autoestima, definida por Coopersmith., 1990 (Citado por Acevedo, 2018) como *“la valoración que la persona tiene de sí mismo, expresa una actitud de desaprobación o aprobación, mide al individuo como capaz, valioso, importante y exitoso”*, Se pudo encontrar que el 31% de los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija, presentan un nivel regular de autoestima, es decir, se encuentran en nivel medio que puede por momentos tener destellos de autoestima alta como también momentos de baja autoestima. En relación a ello, (Ojeda y Cárdenas, 2017, p.13) refieren que *“La autoestima media, 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 mismos en su totalidad”*.

De igual forma, se pudo encontrar que el 22% de los estudiantes presenta una buena autoestima, un 7% una muy buena, un 3% una excelente autoestima y un 3% una óptima autoestima.

Si agrupamos todos estos resultados se puede notar una tendencia de los estudiantes de 6to de secundaria a presentar un nivel alto de autoestima. Hay que recordar que los individuos con una alta autoestima son personas motivadas para cuidar de sí mismas y esforzarse de manera persistente en alcanzar sus metas. En cuanto a la autoestima alta Calderón (2014, pág.21) refiere que “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 positiva 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”.

Para terminar, también se puede ver que un 16% de los estudiantes presenta una autoestima baja, lo cual quiere decir que son personas con problemas para apreciarse a sí mismas, que no pueden darse cuenta de los aspectos positivos que tienen las cuales las hacen especiales. Es importante mencionar que cuando una persona presenta síntomas de baja estima puede pensar que no son lo suficiente y que no cuentan con las capacidades necesarias para destacar correctamente y tener éxito en la vida. En relación a la autoestima baja, Coopersmith (1996, pág. 23), conceptualiza que las personas con un nivel de autoestima bajo como “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. Agrega que 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”.

Cuadro N° 4

Nivel de autoestima según sexo

Autoestima	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		f	%
	F	%	f	%	f	%
Nula	3	2,2	8	5,1	11	3,8
Extrema	1	0,7	15	9,5	16	5,5
Muy baja	2	1,5	8	5,1	10	3,4
Deficiente	4	3,0	10	6,3	14	4,8
Baja	18	13,4	30	19,0	48	16,4
Regular	44	32,8	47	29,7	91	31,2
Buena	36	26,9	27	17,1	63	21,6
Muy Buena	12	9,0	9	5,7	21	7,2
Excelente	5	3,7	4	2,5	9	3,1
Óptima	9	6,7	0	0,0	9	3,1
Total	134	100	158	100	292	100

Los resultados del nivel de autoestima en relación al sexo refieren que los estudiantes de sexo femenino presentan una tendencia que oscila entre regular a bajos niveles de autoestima. De igual forma, se puede observar que los estudiantes del sexo masculino por su parte presentan mejores niveles de autoestima en comparación a las mujeres, pues la tendencia oscila entre regular a buenos niveles de autoestima.

De manera general se puede ver una diferencia clara en relación al sexo, pues los estudiantes varones tienden a presentar mejores niveles de autoestima, estas diferencias pueden encontrar una explicación en que buena parte de las diferencias de género y edad en la autoestima son impulsados en parte por mecanismos universales, como los biológicos, las influencias hormonales o mecanismos culturales, como los roles tradicionales de género y estilos de crianza.

Siguiendo esta idea, Alemann C. (2014) refiere que “esta disparidad en la autoestima de hombres y mujeres es resultado, aparentemente, de factores que van desde disposiciones biológicas a la manera en que se socializa a los niños, se espera que las niñas sean modestas y tranquilas, y que los niños asuman riesgos, sean fuertes y controlen sus emociones. A esto se suma el papel clave que juegan instituciones y experiencias de vida a la hora de favorecer o restringir la capacidad de las mujeres para controlar sus vidas, tanto dentro como fuera del

hogar”. Asimismo, Rojas L. (2007) refiere que “las mujeres tienen una autoestima más baja que los hombres debido a que en la actitud de observarse a sí mismas, analizarse y juzgarse, tienden a incluir el aspecto físico más que el hombre, con unas connotaciones negativas”.

Cuadro N° 5

Nivel de autoestima según edad

Autoestima	Edad					
	17		18		Total	
	F	%	F	%	f	%
Nula	8	9,5	3	1,4	11	3,8
Extrema	13	15,5	3	1,4	16	5,5
Muy baja	6	7,1	4	1,9	10	3,4
Deficiente	6	7,1	8	3,8	14	4,8
Baja	15	17,9	33	15,9	48	16,4
Regular	24	28,6	67	32,2	91	31,2
Buena	5	6,0	58	27,9	63	21,6
Muy Buena	6	7,1	15	7,2	21	7,2
Excelente	0	0,0	9	4,3	9	3,1
Óptima	1	1,2	8	3,8	9	3,1
Total	84	100	208	100	292	100

De acuerdo a los resultados encontrados del nivel de autoestima en relación a la edad, existe una diferencia entre los estudiantes de 17 años y los de 18 años de edad, pues se puede observar que los estudiantes que tienen 17 años presentan niveles desde regular hasta una baja autoestima. Por otra parte, los estudiantes de 18 años tienden a presentar mejores niveles de autoestima, ya que la tendencia oscila entre regular a buena autoestima por encima de los estudiantes menores.

Según estos datos, de manera general se puede observar que los estudiantes mayores tienen mejores niveles de autoestima, esto puede deberse a los efectos de la madurez y la experiencia que los estudiantes de 18 tienen mejor desarrolladas que los estudiantes de 17 años, los cuales todavía están en ese proceso.

A pesar de ello es importante referir que la autoestima puede sufrir cambios durante los años y que dependen de diversos factores. Según Súnico M (Citada en Loring C., 2018) “la autoestima no es una diagonal que asciende o desciende de manera continua a lo largo de nuestras vidas, sino que viene y va en todos nosotros. La autoestima **pasa por momentos de crisis** en determinados puntos de la vida, como puede ser la adolescencia, o la crisis de la mediana edad. Igualmente, hay otros tiempos en que es más estable, como generalmente sucede entre los veinte y los treinta y algo, y en la edad adulta”.

CUADRO N° 6*Dimensiones de autoestima*

Auto dignidad		
Nivel	Fr	%
Baja	90	31
Regular	202	69
Total	292	100

Autoconfianza		
Nivel	Fr	%
Baja	225	77
Regular	67	23
Total	292	100

Responsabilidad, principios y valores		
Nivel	Fr	%
Muy baja	2	1
Deficiente	42	14
Baja	216	74
Regular	32	11
Total	292	100

Capacidad de logro y buenas relaciones		
Nivel	Fr	%
Deficiente	4	1
Baja	54	19
Regular	214	73
Buena	20	7
Total	292	100

Auto eficiencia		
Nivel	Fr	%
Baja	52	18
Regular	170	58
Buena	70	24
Total	292	100

De acuerdo a los cuadros presentados sobre las dimensiones de la autoestima, se pueden observar varios datos significativos. En primer lugar en relación a la auto eficiencia la cual, según Aguilar (1999), “es la capacidad de pensar por uno mismo, pensamiento crítico, tomar decisiones, comprensión y resolución de conflictos”, se pudo encontrar que el 58% de los estudiantes de los colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija presentan un nivel de auto eficiencia regular, esto quiere decir que no tienen problemas para pensar por sí mismos y resolver dificultades que se les presenten, pero a pesar de ello no presentan un nivel alto.

En cuanto a la auto confianza, que según Pulido (2011) (Citado en Rodas M., 2012:19), “es la clave para llevar a cabo nuestro máximo nivel en una tarea. Las personas seguras creen en sí mismas, por lo que se sienten seguras para llevar a cabo una tarea. Por el contrario, las personas menos seguras de sus capacidades dudan sobre sí mismas, de si son o no lo bastante buenas lo cual impide el logro de su máximo potencial”, se puede ver que la mayoría de los estudiantes, un 77%, presentan un nivel de autoconfianza baja, lo cual es un dato no favorable debido a que indica que estos estudiantes no confían en sí mismos impidiendo de esta manera que logren su máximo potencial.

Asimismo, en relación a la auto dignidad, la cual según Centeno M. (2019) “Se enfoca en la seguridad de que tan digno eres para tener una vida feliz. Las personas con baja dignidad creen que no merecen ser felices. En cambio, las personas con alta dignidad tienen una alta seguridad en sí mismos en cuanto a su verdadero valor como personas, mantienen una actitud positiva y la constante afirmación del derecho a ser felices en sus vidas”, se pudo encontrar que el 69% de los estudiantes de los colegios dispersos presentan un nivel de auto dignidad regular, esto quiere decir que por momentos pueden tener una buena auto dignidad como así también pueden presentar niveles bajos. Para Centeno M. (2019) tanto la auto confianza y la auto dignidad “son pilares fundamentales en la Autoestima, la carencia de uno de ellos afecta enormemente en nuestras vidas. Pues quien tiene confianza y seguridad en sí mismo, posee una alta autoestima”.

De igual manera, en relación a la capacidad de logro y buenas relaciones, se pudo encontrar que el 73% de los estudiantes presentan un nivel regular. Es importante mencionar que la capacidad de logro es la tendencia que tenemos a perseguir nuestros objetivos sin perder de vista el camino y a pesar de las dificultades que conlleve. En relación a las buenas relaciones, Castro S. (2020)

refiere que “las relaciones con los demás son fundamentales para formar nuestra autoestima. De esta manera, sabemos que las buenas relaciones sociales potencian nuestra autoestima y las personas con buena autoestima, crean, fomentan y se vinculan de manera sana y satisfactoria. Por ende, es fundamental la autoestima en las relaciones interpersonales”.

Asimismo, en relación a la Responsabilidad, principios y valores, los estudiantes presentan en un 74% un nivel bajo, lo cual quiere decir que tienen dificultades a la hora de ser responsables, dificultades a la hora de cumplir con ciertos principios y valores. Es importante mencionar que para Mensalus I. (2015) “la autoestima es la base de nuestro crecimiento como personas. Sin ella difícilmente podremos tomar la responsabilidad de nuestros actos y sentirnos dueños de ellos”. Es importante recordar que los principios según el Ministerio de Educación (2020:52) son definidos como “normas sociales que indican lo que las personas deberían hacer o lo que no. También determinan cuáles son las acciones que deben ser promovidas o reconocidas y cuáles son las que deben ser criticadas o castigadas”. Por otra parte, Santana D. (2003) (Citado en Ministerio de Educación., 2020) refiere que “los valores son considerados referencias, pautas o atracciones que orientan el comportamiento humano hacia la transformación social y la realización de otra persona, dan orientación a la conducta y a la vida de cada individuo y de cada grupo social”.

Para terminar, de manera general se pueden observar puntajes regulares con tendencia a bajos, lo cual resulta poco favorable para los estudiantes pues indica que no tienen buenos niveles de auto eficacia, auto confianza, auto dignidad, capacidad de logro y buenas relaciones, como así también tienen bajo nivel en relación a la responsabilidad, principios y valores.

OBJETIVO N° 2

En relación al segundo objetivo; *Determinar el nivel de las habilidades sociales que presentan los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija*”, fueron encontrados los siguientes resultados:

Cuadro N° 7
Nivel de habilidades sociales

Habilidades sociales	F	%
Excelente nivel	41	14%
Buen nivel	114	39%
Normal nivel	86	29%
Bajo nivel	51	17%
Total general	292	100%

En cuanto a las habilidades sociales, las cuales según Goldstein (1980) “*Son un conjunto de habilidades y capacidades (variadas y específicas) para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socioemocional*”, se pudo encontrar que el 39% de los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija, presentan un buen nivel de habilidades sociales, esto quiere decir que, los estudiantes tienen la capacidad de poner en práctica conductas que les permiten un mejor relacionamiento interpersonal, efectivo y satisfactorio. En relación a ello, Rodríguez C. (2005) refiere que “la persona que posee habilidades sociales será siempre socialmente aceptada y respetada, con ella la convivencia será no solo positiva sino placentera, esta persona tendrá la virtud de lograr soluciones a los conflictos en forma rápida, pacífica, razonable, evitará que en su entorno se generen situaciones desagradables por el simple hecho de tener la facilidad de conocer y respetar los sentimientos y emociones de aquellos que lo rodean y, por sobre todo, asumirá aquellas obligaciones que efectivamente pueda cumplir y evitará caer en excesos porque tiene la capacidad de autocontrol y autocorrección”.

De igual manera se puede observar que el 29% de los estudiantes presentan un normal nivel de habilidades sociales, esto quiere decir que a pesar que los niveles no son altos los estudiantes tienen las habilidades suficientes para poder relacionarse de manera grata y positiva, hay que recordar que tener una interacción positiva es muy importante para el individuo, Torres (2014, pág.22) refiere que cuando “la interacción es grata, positiva y cálida, nos hace sentir bien, aumenta nuestro bienestar social, personal, nuestra autoestima y autoconcepto, optimizando nuestra calidad de vida”.

Para terminar, también se pudo encontrar que el 17% de los estudiantes tienen un bajo nivel de habilidades sociales, esto quiere decir que tienen dificultades para poder relacionarse y convivir con las personas de su entorno. El tener un bajo nivel de habilidades sociales puede traer una serie de problemas como baja autoestima, problemas para desenvolverse en su entorno social, dificultad para expresar deseos y opiniones, dificultades para relacionarse con los demás, problemas escolares, inadaptación social, fracaso escolar y hasta malestar emocional. También hay que recordar que en esta etapa de la vida es muy importante contar con buenas habilidades sociales, Rubin (1979) (Citado en Peres X., 2005) refiere que “Es importante tomar en cuenta a la adolescencia como una de las principales etapas, en la adquisición de las habilidades sociales ya que en esta edad están comenzando no solo a experimentar cosas nuevas, sino que están a punto de ingresar en una nueva etapa, tanto a nivel educativo como a nivel laboral, para lo que necesitan poseer ciertas formas de respuestas que las favorezcan en sus interacciones sociales”.

Cuadro N° 8

Nivel de habilidades sociales según sexo

Habilidades sociales	Sexo					
	Masculino		Femenino		Total	
	F	%	f	%	F	%
Bajo nivel	14	10,4	37	23,4	51	17,5
Normal nivel	46	34,3	40	25,3	86	29,5
Buen nivel	54	40,3	60	38,0	114	39,0
Excelente nivel	20	14,9	21	13,3	41	14,0
Total	134	100	158	100	292	100

En cuanto a las habilidades sociales, pero en relación al sexo, se puede ver que el 23,4% de las estudiantes del sexo femenino presentan un bajo nivel, siendo este porcentaje superior al de los varones. De igual manera, se puede notar que los hombres tienen ligeramente mejores niveles de habilidades sociales, pues un 40,3% presenta un buen nivel y un 14,9% de los estudiantes varones tiene un excelente nivel de habilidades sociales.

De manera general, aunque la diferencia no es amplia y grande, se puede ver que los estudiantes del sexo masculino presentan mejores niveles de habilidades sociales, esto quizás pueda deberse a que los mismos, como se pudo observar en cuadros anteriores, también presentan mejores niveles de autoestima, hay que recordar que tener una buena autoestima ayuda a tener un mejor relacionamiento interpersonal con los demás y por ende el desarrollo de mejores habilidades sociales.

Es importante mencionar que diversos estudios indican que tanto hombres como mujeres destacan en ciertas habilidades sociales, se encontró que las mujeres suelen puntuar más alto en sus niveles de expresividad y sensibilidad emocional y en habilidades sociales que los estudiantes varones (Denis, Hamarta & Ari, 2005) (Citado en García, M., Cabanillas, G., Morán, V. & Olaz, F. (2014): “Los resultados de los estudios permiten inferir la existencia de diferencias de género en las conductas sociales y, en general, se ha observado que los hombres experimentarían menos dificultades para concertar citas o llevar a cabo comportamientos

asertivos de forma competente. Por su parte, las mujeres mostrarían comportamientos más competentes en términos de expresión de sentimientos positivos y empatía (Caballo, 2000) (Citado en García, M., Cabanillas, G., Morán, V. & Olaz, F., 2014).

Cuadro N° 9

Nivel de habilidades sociales según edad

Habilidades sociales	Edad					
	17		18		Total	
	F	%	f	%	f	%
Bajo nivel	32	38,1	19	9,1	51	17,5
Normal nivel	20	23,8	66	31,7	86	29,5
Buen nivel	27	32,1	87	41,8	114	39,0
Excelente nivel	5	6,0	36	17,3	41	14,0
Total	84	100	208	100	292	100

De acuerdo a los resultados que se pudieron encontrar, se puede ver en las habilidades sociales en relación a la edad que el 38,1% de los estudiantes que tienen 17 años de edad presentan un bajo nivel de habilidades sociales.

Por otra parte, los estudiantes que tienen 18 años de edad, un 41,8% presentan un buen nivel y un 17,3% presentan un excelente nivel de habilidades sociales, siendo estos porcentajes superiores a los de 17 años.

De forma general, se puede ver que los estudiantes mayores, es decir, los de 18 años presentan mejores niveles de habilidades sociales. Esto puede deberse al efecto de la madurez y la experiencia que tienen los estudiantes de 18 ligeramente por encima de los estudiantes de 17 años. En relación a ello, no se debe olvidar que la mayoría de los autores sostienen que el desarrollo de las habilidades sociales depende principalmente de la maduración y de las experiencias del aprendizaje (Fernández, 1999), (Citado en Ortego M, López S. & Álvarez M. (s/f)): “Las habilidades sociales se adquieren normalmente como consecuencia de varios mecanismos básicos de aprendizaje. Entre ellos se incluyen: reforzamiento positivo directo de las habilidades, el modelado o aprendizaje observacional, el feedback y desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales”.

CUADRO N° 10*Dimensiones de habilidades sociales*

Primeras habilidades sociales		
Nivel	Fr	%
Deficiente	22	8
Bajo	51	17
Normal	33	11
Bueno	98	34
Excelente	88	30
Total	292	100

Habilidades sociales avanzadas		
Nivel	Fr	%
Deficiente	29	10
Bajo	49	17
Normal	44	15
Bueno	93	32
Excelente	77	26
Total	292	100

H. Relac. con los sentimientos		
Nivel	Fr	%
Deficiente	28	10
Bajo	53	18
Normal	53	18
Bueno	84	29
Excelente	74	25
Total	292	100

Alternativas a la agresión		
Nivel	Fr	%
Deficiente	25	9
Bajo	45	15
Normal	35	12
Bueno	73	25
Excelente	114	39
Total	292	100

Para hacer frente al estrés		
Nivel	Fr	%
Deficiente	42	14
Bajo	39	13
Normal	37	13
Bueno	80	27
Excelente	94	33
Total	292	100

Habilidades de planificación		
Nivel	Fr	%
Deficiente	46	16
Bajo	33	11
Normal	34	12
Bueno	70	24
Excelente	109	37
Total	292	100

En los presentes cuadros se muestran todos los resultados en relación a las dimensiones de las habilidades sociales, en primer lugar en cuanto a las primeras habilidades sociales, Goldstein (1996) (Citado en Torres, 2018, pág.53) refiere que “este grupo de habilidades constituyen a aquellas capacidades que facilitan al individuo a desenvolverse en la sociedad de manera elemental o básica, hacen referencia a las pautas de cortesía mínimas requeridas a nivel social. 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”. En cuanto a este tipo de habilidades se pudo encontrar que el 34% de los estudiantes presentan un nivel bueno, esto quiere decir que los estudiantes no tienen dificultad a la hora de escuchar, iniciar una conversación, dar las gracias entre otras habilidades que resultan ser básicas a la hora de relacionarse con los demás.

De igual manera en relación a las habilidades sociales avanzadas que según Goldstein (2018, pág. 54) menciona que son “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”; un 32% de los estudiantes presentan un nivel bueno de habilidades sociales avanzadas, lo cual resulta positivo para el relacionamiento interpersonal que tienen los mismos.

En cuanto a las habilidades relacionadas con los sentimientos, las cuales según Goldstein (2018, pág. 54) menciona que “tienen relación con la capacidad de manejar y expresar de una forma adecuada nuestra parte emocional, sin salirnos 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”, de acuerdo a estas habilidades se pudo encontrar que el 29% de los estudiantes presentan un nivel bueno. De igual manera, se pudo encontrar que el 39% de los estudiantes presentan un nivel excelente de habilidades sociales alternativas a la agresión, esto quiere decir que pueden fácilmente controlarse, pedir ayuda a los demás y evitar problemas con las demás personas. En relación a este tipo de habilidades sociales, Saldaña y Reátegui, (2017, pág.41) refieren que estas habilidades “sirven como técnicas de autocontrol y control de la impulsividad, tales como, pedir permiso, compartir, ayudar al otro, negociar, defender derechos, responder ante bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas”.

Asimismo, en relación a las habilidades sociales para hacer frente al estrés se pudo encontrar que el 33% de los estudiantes presentan un excelente nivel, es decir cuentan con una buena habilidad para hacer frente a momentos de tensión. En relación a las habilidades para hacer frente al estrés, Campos (2017) refiere que “en el diario vivir se presentan situaciones que generan problemas difíciles de sobrellevar, en ocasiones provocan que el individuo pierda la calma y puede llevarlo a recibir críticas o incluso al fracaso, por lo que debe aprender a gobernar las emociones en dicha circunstancia para que no se vea afectado en ninguna etapa de la vida”.

Finalmente, en relación a las habilidades de planificación se puede ver que el porcentaje más representativo refiere que el 37% de los estudiantes tiene un nivel excelente, lo cual es dato muy favorable debido a que indica que estos estudiantes tienen una muy buena habilidad para planificar y así poder cumplir con alguna tarea o poder resolver algún conflicto. De acuerdo a Saldaña y Reátegui (2017, pág. 7) estas habilidades “se utilizan para conocer y resolver problemas, como tomar la iniciativa, entender la causa de un problema, tomar decisiones y concentrarse en una tarea”. Asimismo, Goldstein (2019, pág. 55) afirma que estas habilidades “se refieren a la capacidad de prever y por ende eludir problemas o contratiempos, de tal manera que se optimiza el tiempo al resolver los conflictos y tomar decisiones con este fin”.

OBJETIVO N° 3

De acuerdo al tercer objetivo específico planteado, “*Establecer la relación entre el nivel de autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija*”, se pudo encontrar los siguientes datos:

Cuadro N° 11

Nivel de autoestima según nivel de habilidades sociales

Autoestima	Habilidades sociales								Total	
	Bajo		Normal		Bueno		Excelente			
	F	%	f	%	F	%	f	%	F	%
Óptima	1	0%	7	2%	1	0%		0%	9	3%
Excelente		0%	4	1%	4	1%	1	0%	9	3%
Muy Buena		0%	2	1%	12	4%	7	2%	21	7%
Buena		0%	11	4%	34	12%	18	6%	63	22%
Regular	2	1%	32	11%	43	15%	14	5%	91	31%
Baja	7	2%	21	7%	19	7%	1	0%	48	16%
Deficiente	8	3%	5	2%	1	0%		0%	14	5%
Muy baja	8	3%	2	1%		0%		0%	10	3%
Extrema	14	5%	2	1%		0%		0%	16	5%
Nula	11	4%		0%		0%		0%	11	4%
Total general	51	17%	86	29%	114	39%	41	14%	292	100%

Los resultados de las habilidades sociales en relación al nivel de autoestima, refieren en primera instancia que 12%, 4% y el 1% de los estudiantes que tienen un buen nivel de habilidades sociales presentan a la vez una buena, muy buena y excelente autoestima respectivamente. De igual forma se puede notar la misma tendencia en los estudiantes que tienen un excelente nivel de habilidades sociales, pues un 6% y un 2% tiene una buena y muy buena autoestima. Como se puede observar en ambos resultados, los estudiantes que presentan mejores niveles de habilidades sociales a la vez tienden a presentar mejores niveles de autoestima.

De igual forma, es importante mencionar que se pudo encontrar que el 2%, el 3% y el 5% de los estudiantes que presentan un bajo nivel de habilidades sociales a la vez una baja, deficiente, muy baja y extrema autoestima respectivamente. Estos resultados indican que mientras menor sea el nivel de habilidades sociales los estudiantes muestran menores niveles de autoestima.

De manera general, se puede observar dentro del cuadro de doble entrada una relación entre ambas variables. En relación a ello, Ballester, R. y Gil Llario, M. (2002, pag. 21) refieren que “Las personas con déficit en habilidades sociales experimentan aislamiento social, rechazo y una baja autoestima, como consecuencia de percibirse a sí mismas como incompetentes socialmente”.

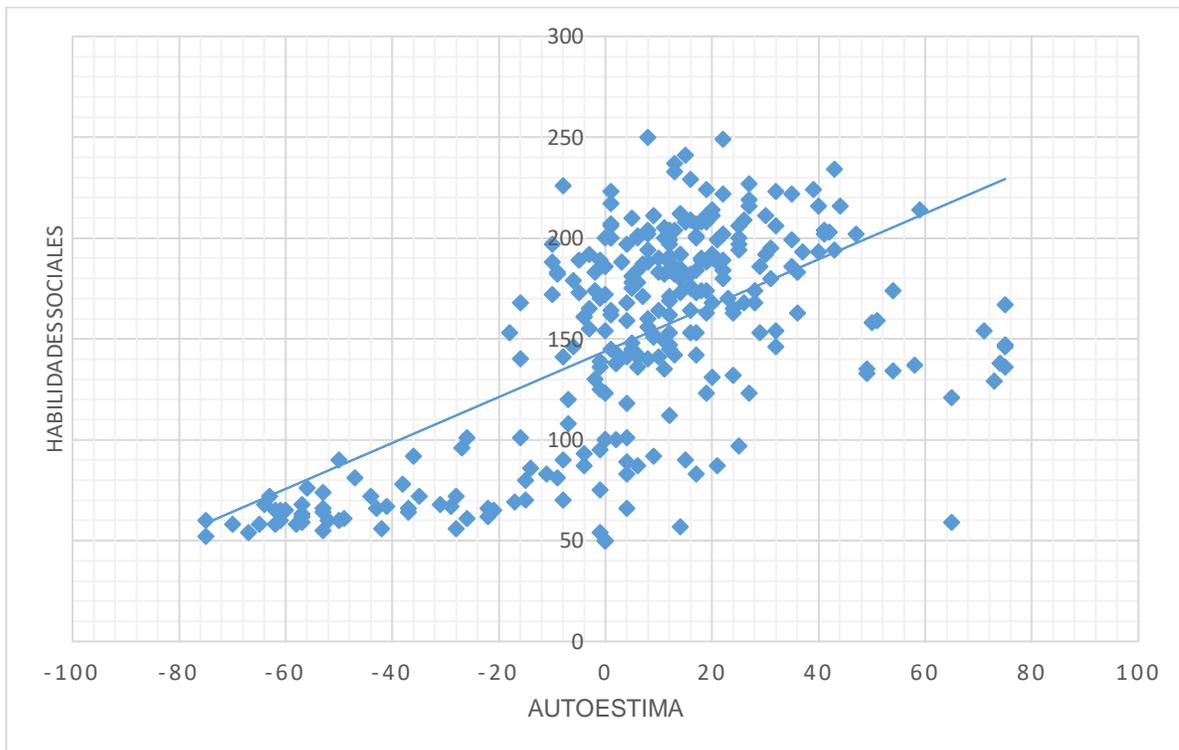
De igual forma, según Acevedo (2018, pag. 78) “Podemos considerar que la autoestima y las habilidades sociales están estrechamente unidas, ya que aceptarse y valorarse uno mismo es un requisito necesario para relacionarse eficazmente con otras personas. Y a la vez, mejorar las habilidades sociales y ser asertivo ayuda a fomentar una buena autoestima. Representa un logro individual, producto de una labor perseverante de crecimiento interno. De la valoración que uno tenga de sí mismo dependerá lo que haga en la vida y su participación en ella. Ya que la autoestima condiciona el proceso de desarrollo de las potencialidades humanas y la inserción de la persona dentro de la sociedad”.

Cuadro N° 12

Análisis correlacional según niveles de autoestima y niveles de habilidades sociales.

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	$r = 0,62$	292

Diagrama de dispersión



De acuerdo al análisis correlacional entre el nivel de autoestima y el nivel de habilidades sociales, se pudo encontrar un coeficiente de correlación de $r=0,62$, esto quiere decir que existe una **correlación positiva** entre ambas variables, es decir, cuando el nivel de autoestima aumenta, los niveles de habilidades sociales también se incrementan.

Es importante reconocer que tener una buena autoestima potencia el desarrollo de habilidades sociales y por ende también beneficia al relacionamiento interpersonal. Para Lupercio E. (2013) “La autoestima es un factor relevante en el desarrollo de la personalidad, adaptación social y emocional, es decir, en la salud mental en general. No contar con una autoestima saludable

afectará significativamente el bienestar personal e impedirá el establecimiento de relaciones interpersonales saludables. Los individuos que han desarrollado una buena autoestima serán: expresivos, exitosos, sociables, capaces de enfrentar la crítica, tendrán confianza en sus propias percepciones; de modo contrario, las personas con baja autoestima serán incapaces de expresarse y defenderse, temerosos del rechazo de los demás, preocupados por problemas internos, excesivamente sensibles a las críticas, con dificultades para entablar relaciones de amistad, duda, tristeza, culpa y vergüenza”.

Para terminar, comparando los resultados encontrados en la presente investigación y los resultados de otros estudios se puede ver que también fueron encontradas correlaciones positivas, aunque en un nivel ligeramente más alto. En primer lugar, en la investigación realizada por Valencia (2012) titulada “*La autoestima y habilidades sociales en los estudiantes de la escuela pública*”, se obtuvo una correlación positiva de 0.891 alta entre las variables estudiadas, de autoestima y habilidades sociales.

De igual forma en la investigación realizada por Silva (2017) titulada “*Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de 5 años de la institución educativa inicial N° 105 – Jicamarca – 2017, Perú*”; se obtuvo un coeficiente de correlación (0,768) entre la variable autoestima y la variable de habilidades sociales, en tal sentido se concluyó que existe una relación positiva alta entre las variables anteriormente mencionadas.

Y por último, el estudio realizado por Lagos (2018) titulado “*Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de cuarto grado de secundaria de la institución educativa 2037 Ciro Alegría. Carabayllo – 2017, Perú*”, estuvo orientado a identificar la relación que existe entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes del cuarto grado de secundaria. Los resultados reportaron relación estadísticamente significativa entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes del cuarto grado de secundaria por tanto, se concluyó que existe una relación significativa positiva alta entre la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

De acuerdo a los resultados encontrados y ordenados en función a los objetivos planteados, se presentan las siguientes conclusiones:

En relación al primer objetivo específico:

En cuanto al primer objetivo se hace referencia a la autoestima, la misma que es el conjunto de creencias y valores que el individuo tiene acerca de quien es, de sus capacidades, habilidades y potencialidades, por lo cual se concluye que los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija presentan un nivel de autoestima *regular*, lo cual indica que se encuentran en nivel medio que se caracteriza por disponer de confianza propia, pero a su vez pueden 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. Al mismo tiempo de acuerdo a los cuadros presentados sobre las dimensiones de la autoestima, se pueden observar varios datos significativos, en primer lugar en relación a la auto eficiencia, se pudo encontrar que el 58% de los estudiantes presentan un nivel de auto eficiencia regular, en cuanto a la autoconfianza, se puede ver que el 77% de los estudiantes presentan un nivel de autoconfianza baja, asimismo, en relación a la auto dignidad, se pudo encontrar que el 69% de los estudiantes presentan un nivel de auto dignidad regular, de igual manera, en relación a la capacidad de logro y buenas relaciones, se pudo encontrar que el 73% de los estudiantes presentan un nivel regular, asimismo en relación a la responsabilidad, principios y valores, los estudiantes presentan en un 74% un nivel bajo.

De esta manera la hipótesis planteada a una etapa inicial “de que los estudiantes presentan un buen nivel de autoestima” se rechaza.

- En cuanto al nivel de autoestima en relación al sexo se pudo encontrar que los estudiantes del sexo masculino presentan mejores niveles de autoestima en relación a las estudiantes mujeres. Por otra parte, el nivel de autoestima en relación a la edad, muestra que los estudiantes de 17 años tienen menores niveles de autoestima que sus pares de 18 años de edad, los cuales presentan niveles de autoestima más elevados.

En relación al segundo objetivo específico:

- En cuanto al segundo objetivo, se hace referencia a las habilidades sociales, las mismas que son un conjunto de habilidades y capacidades para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal y/o socio-emocional. De igual manera se llegó a la conclusión de que los estudiantes de 6to de secundaria de colegios fiscales del área dispersa-concentrada de la ciudad de Tarija presentan un **buen nivel** de habilidades sociales, esto quiere decir que, los estudiantes tienen la capacidad de poner en práctica conductas que les permiten un mejor relacionamiento interpersonal, efectivo y satisfactorio.

Al mismo tiempo de acuerdo a los cuadros presentados sobre las dimensiones de las habilidades sociales, se pudo percibir que en las primeras habilidades sociales, el 34% de los estudiantes presentan un nivel bueno, de igual manera en relación a las habilidades sociales avanzadas un 32% de los estudiantes presentan un nivel bueno, en cuanto a las habilidades relacionadas con los sentimientos se pudo encontrar que el 29% de los estudiantes presentan un nivel bueno, de igual manera, se pudo encontrar que el 39% de los estudiantes presentan un nivel excelente de habilidades sociales alternativas a la agresión. Así mismo, en relación a las habilidades sociales para hacer frente al estrés se pudo encontrar que el 33% de los estudiantes presentan un excelente nivel, finalmente, en relación a las habilidades de planificación se puede ver que el porcentaje más representativos refiere que el 37% de los estudiantes tienen un excelente nivel.

De esta manera, la hipótesis planteada en una etapa inicial “de que los estudiantes presentan un buen nivel de habilidades sociales” se **acepta**.

- En cuando a las habilidades sociales en relación al sexo, se pudo encontrar que los hombres presentan ligeramente mejores niveles de habilidades sociales que las estudiantes del sexo femenino. Por otra parte, en relación a la edad se pudo ver que los estudiantes de 18 años de edad tienen mejores niveles de habilidades sociales que sus pares de 17 años.

En relación al tercer objetivo específico:

- En cuando a la correlación entre el nivel de autoestima y el nivel de habilidades sociales se pudo encontrar un coeficiente de correlación de $r=0,62$, esto quiere decir que existe una *correlación positiva* entre ambas variables, es decir, cuando el nivel de autoestima aumenta, los niveles de habilidades sociales también tienden a aumentar. De esta manera la hipótesis planteada en un inicio se *acepta*.

6.2. Recomendaciones

A las instituciones educativas:

- A los equipos psicopedagógicos y al personal docente de los colegios recomendar la implementación de actividades que fomenten la autoestima y las habilidades sociales en los adolescentes.
- A los directores de las unidades educativas, promover las capacitaciones a los docentes de la institución sobre autoestima y habilidades sociales ayudando de esta manera a mejorar en los estudiantes sus capacidades de comprensión de los sentimientos de las demás personas que los rodean, saber expresar sus propios sentimientos y afectos, pudiendo con todo esto ayudar a mejorar la convivencia en el aula.

A futuros investigadores:

- Abordar el tema de la autoestima y habilidades sociales ampliando la muestra del estudio a profesores y padres de familia, permitiendo de esta manera un mejor análisis de los resultados que se vayan a encontrar.
- Recomendar la aplicación de entrevistas a los estudiantes para poder recabar mayor información sobre la autoestima y las habilidades sociales, de esta manera el estudio tendría mayor profundidad en relación a los datos recabados.