

## Autoestima y su relación con las habilidades sociales en adolescentes

Self-esteem and its relationship with social skills in adolescents

Autoestima e sua relação com as habilidades sociais em adolescentes



**Gustavo Eleodoro Valverde Peralta**

[gvalverdep@unemi.edu.ec](mailto:gvalverdep@unemi.edu.ec)

<https://orcid.org/0000-0003-3050-6179>

Universidad Estatal de Milagro. Guayas, Ecuador

**María Gabriela Jiménez Vilema**

[gabriela14abigail@gmail.com](mailto:gabriela14abigail@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-4101-2484>

Universidad Estatal de Milagro. Guayas, Ecuador

**Dolly Aracely Trujillo Ibarra**

[dollytrujillo11@outlook.com](mailto:dollytrujillo11@outlook.com)

<https://orcid.org/0009-0002-6488-9745>

Universidad Estatal de Milagro. Guayas, Ecuador

**Silvia Alexandra Zamora Andrade**

[siilviaazamora@hotmail.com](mailto:siilviaazamora@hotmail.com)

<https://orcid.org/0009-0006-9792-6150>

Universidad Estatal de Milagro. Guayas, Ecuador

<https://doi.org/10.59993/simbiosis.V.5i12.117>

Artículo recibido 5 de septiembre 2025 | Aceptado 20 de octubre 2025 | Publicado 17 de noviembre 2025

### RESUMEN

#### Palabras clave:

Adolescentes;  
Autoestima;  
Habilidades  
Sociales; Interacción  
Social; Psicología  
Educativa

La adolescencia es una etapa de transformación que puede generar conflictos personales y sociales. Este estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes, considerando su impacto en el desarrollo de la personalidad. Se empleó una metodología cuantitativa, con diseño descriptivo, no experimental, de corte transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 213 adolescentes. Se aplicaron la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965) y el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (Monjas, 1994). Los resultados mostraron que el 37.6% presentó autoestima media, 31.5% alta y 31.0% baja. En habilidades sociales, se observaron niveles medios y bajos en las dimensiones conversacionales (31.9%), solución de problemas (30.0% bajo) y habilidades para hacer amigos (45.1% medio). El análisis de Spearman reveló correlaciones negativas significativas entre autoestima y habilidades sociales ( $\rho = -.073$  a  $-.620$ ;  $p < .05$ ). La prueba de chi-cuadrado indicó independencia estadística ( $p = .424$ ). Se concluye que los adolescentes presentan dificultades en ambas áreas, lo que podría afectar su desarrollo socioemocional y su adaptación en contextos educativos y familiares.

### ABSTRACT

#### Keywords:

Adolescents; Self-  
Esteem; Social Skills;  
Social Interaction;  
Educational  
Psychology

Adolescence is a transformative stage that can generate personal and social conflicts. This study aimed to analyze the relationship between self-esteem and social skills in adolescents, considering their impact on personality development. A quantitative methodology was used, with a descriptive, non-experimental, cross-sectional, and correlational design. The sample consisted of 213 adolescents. The Rosenberg Self-Esteem Scale (1965) and the Social Interaction Skills Questionnaire (Monjas, 1994) were administered. The results showed that 37.6% presented average self-esteem, 31.5% high, and 31.0% low. In social skills, average and low levels were observed in the dimensions of conversational skills (31.9%), problem-solving (30.0% low), and friend-making skills (45.1% average). Spearman's rank correlation coefficient revealed significant negative correlations between self-esteem and social skills ( $\rho = -.073$  to  $-.620$ ;  $p < .05$ ). The chi-square test indicated statistical independence ( $p = .424$ ). It is concluded that adolescents present difficulties in both areas, which could affect their socio-emotional development and their adaptation in educational and family contexts.

## RESUMO

A adolescência é uma fase transformadora que pode gerar conflitos pessoais e sociais. Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre autoestima e habilidades sociais em adolescentes, considerando seu impacto no desenvolvimento da personalidade. Foi utilizada metodologia quantitativa, com delineamento descritivo, não experimental, transversal e correlacional. A amostra foi composta por 213 adolescentes. Foram aplicados a Escala de Autoestima de Rosenberg (1965) e o Questionário de Habilidades de Interação Social (Monjas, 1994). Os resultados mostraram que 37,6% apresentaram autoestima média, 31,5% alta e 31,0% baixa. Em relação às habilidades sociais, observaram-se níveis médios e baixos nas dimensões de habilidades conversacionais (31,9%), resolução de problemas (30,0% baixa) e habilidades para fazer amigos (45,1% média). O coeficiente de correlação de Spearman revelou correlações negativas significativas entre autoestima e habilidades sociais ( $\rho = -0,073$  a  $-0,620$ ;  $p < 0,05$ ). O teste qui-quadrado indicou independência estatística ( $p = 0,424$ ). Conclui-se que os adolescentes apresentam dificuldades em ambas as áreas, o que pode afetar seu desenvolvimento socioemocional e sua adaptação nos contextos educacional e familiar.

**Palavras-chave:** Adolescentes; Autoestima; Habilidades Sociais; Interação Social; Psicologia Educacional

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia se caracteriza por ser una etapa de cambios continuos a nivel físico, cognoscitivo, emocional, social y cultural, los cuales pueden generar conflictos y desequilibrios tanto personales como en los entornos donde el adolescente se desenvuelve; marca el inicio de la construcción de la identidad, donde buscan definirse a sí mismos y comprender cómo son percibidos dentro de su entorno social a partir de sus experiencias de vida (Abadie, 2023). Desde una perspectiva del desarrollo humano, esta etapa se configura como un proceso de transición donde la vulnerabilidad psicosocial se entrelaza con la búsqueda de sentido y pertenencia. En consecuencia, la salud mental y física del adolescente puede verse afectada por factores sociales, económicos, biológicos y psicológicos

que inciden directamente en su autoestima (Moreno y Vásquez de la Bandera, 2022).

La construcción de una identidad sólida durante la adolescencia implica procesos complejos de autodescubrimiento y adaptación social. Según Feixa (2020), en esta etapa prevalecen las influencias sociales y las etiquetas impuestas por el entorno, donde la identificación con pares, el sentido de pertenencia y la búsqueda de un rol dentro de la sociedad se convierten en factores esenciales para el desarrollo de la personalidad. Este fenómeno puede ser comprendido desde el enfoque socioconstructivista, que reconoce la interacción social como mediadora del desarrollo psicoemocional. En consonancia, la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson, plantea que entre los 12 y los 20 años, los adolescentes atraviesan el quinto estadio, cuyo conflicto radica en construir una identidad propia. Al resolverlo positivamente, se espera que adquieran confianza, autonomía, iniciativa, sentido de laboriosidad y competencia (Papalia y Martorell, 2017).

Durante esta etapa, las relaciones afectivas experimentan transformaciones significativas. Los adolescentes buscan integrarse y liderar grupos sociales con valores afines, lo que provoca más conflictos entre padres e hijos a causa de su deseo de autonomía, afirmación, aceptación, independencia y una relación igualitaria con los adultos (Salgado y Lima, 2024). Sin embargo, persiste el miedo a la vergüenza, el rechazo o a no ser aceptados por sus pares, lo cual genera tensiones emocionales importantes que influyen en su desarrollo psicosocial (Rojas y Pilco, 2023). Estas tensiones revelan la importancia de las habilidades sociales como mediadoras del bienestar emocional, al facilitar la expresión de necesidades, la resolución de conflictos y la

construcción de vínculos significativos.

El intercambio emocional durante la adolescencia permite que los adolescentes aprendan de los demás e influyan en su forma de ser y actuar. Al relacionarse con amigos, familia o pareja, ganan seguridad emocional gracias al apoyo y a la cercanía afectiva o física con otros (Llamazares y Urbano, 2020). Por ello, la autoestima y las habilidades sociales son aspectos clave en su desarrollo personal, pues son elementos influenciados por el entorno que pueden fortalecer o debilitar su bienestar psicológico (Rodríguez et al., 2021). Desde una mirada integradora, ambos constructos se entrelazan en un proceso de retroalimentación, donde el reconocimiento social refuerza la autovaloración y esta, a su vez, potencia la competencia relacional.

La autoestima se define como la forma en que una persona se percibe y se valora a sí misma, aceptando sus características físicas, emocionales y psicológicas y respetando las diferencias de los demás, lo cual representa un rasgo distintivo como individuo (Martínez y Alfaro, 2019). Durante la adolescencia, los problemas de autoestima suelen ser frecuentes, ya que los cambios físicos pueden alterar el autoconcepto y generar conflictos con la imagen que los otros perciben. Es así como los adolescentes tienden a basar su autovaloración en la opinión de sus pares, lo cual puede crear inestabilidad emocional y dificultades en la autopercepción (Alomaliza y Flores, 2023). Este fenómeno puede ser comprendido desde la teoría del espejo social, que plantea que la imagen propia se construye a partir de la retroalimentación recibida del entorno.

La construcción de una identidad sólida y saludable parte del autoconocimiento, considerado un elemento fundamental de la

autoestima, ya que permite al individuo reconocer sus fortalezas y debilidades, valorar sus virtudes y defectos, establecerse objetivos, identificar sus logros, aceptar sus errores, establecer límites y mantener una percepción positiva de sí mismo (Pilco y Jaramillo, 2023). Por ende, una autoestima elevada refleja bienestar psicológico y un desarrollo óptimo de las habilidades sociales adecuadas (Esteves et al., 2020). En este sentido, el desarrollo de la autoestima no solo implica una valoración interna, sino también la capacidad de establecer relaciones empáticas, asertivas y respetuosas.

El entorno familiar cumple un papel indispensable en el desarrollo integral de los individuos, sin embargo, adquiere especial relevancia durante la adolescencia, ya que aspectos como la funcionalidad familiar, las conductas parentales, los vínculos afectivos y las vivencias familiares influyen significativamente en la construcción de la autoestima (Tacca et al., 2020). Los adolescentes que provienen de familias funcionales, donde se brinda apoyo emocional y se satisfacen sus necesidades de manera adecuada, tienden a desarrollar mayor resiliencia y herramientas para afrontar las dificultades o las crisis que atraviesen (González y Morelo, 2022). La familia, como primer espacio de socialización, actúa como base emocional que puede facilitar o limitar el desarrollo de habilidades sociales y la consolidación de una autoestima saludable.

Diversos estudios han evidenciado la existencia de una problemática relacionada con la autoestima baja en los adolescentes, la cual se manifiesta como la incapacidad y deficiencia de sentirse valiosos, amados y reconocidos por los demás. Estas dificultades suelen ir acompañadas de síntomas como indecisión, autorrechazo, inseguridad, frustración, sentimientos de

inferioridad, vergüenza, miedo, tristeza, soledad y aislamiento (Díaz et al., 2018). Esta problemática requiere atención especial, ya que puede tener consecuencias a largo plazo en el bienestar emocional y social del individuo. Por ello, resulta pertinente abordar esta temática desde una perspectiva preventiva y promotora, que permita identificar factores protectores y diseñar estrategias de intervención contextualizadas.

En el contexto escolar, las relaciones interpersonales generan vínculos emocionales y afectivos con las personas del entorno en el que conviven. La escuela representa un espacio donde los individuos conviven, participan, expresan y enfrentan conflictos, los cuales contribuyen al aprendizaje personal y moral que forma parte de su personalidad (Eceiza et al., 2008). Entre las principales necesidades sociales que se producen en la interacción con otros están la seguridad emocional, el apoyo social e intimidad afectiva. Estas necesidades no solo son atendidas por las familias, sino también por el entorno educativo y los pares, favoreciendo un desarrollo integral equilibrado y saludable (García y Parada, 2018). La escuela, como agente socializador, tiene el potencial de convertirse en un espacio de contención, validación y fortalecimiento de competencias socioemocionales.

El entorno escolar tiene una influencia determinante en el desarrollo de la autoestima, debido a que el desempeño académico y la participación en las actividades deportivas, artísticas o recreativas brindan a los adolescentes la oportunidad de explorar sus capacidades, reforzar su autoconfianza, fortalecer sus habilidades y desarrollar un sentido de logro (Jaimes et al., 2019). Estas experiencias contribuyen a la adquisición de estrategias de afrontamiento más adaptativas frente a los

conflictos personales y sociales (Cacho et al., 2019).

Las habilidades sociales son conductas aprendidas que varían según el contexto donde la persona se desenvuelve y constituyen un componente fundamental de la competencia social. Estas permiten afrontar diversas situaciones sociales y desenvolverse adecuadamente en el entorno, lo cual facilita la comunicación asertiva, la convivencia armónica, la expresión emocional adecuada y el establecimiento de vínculos sociales satisfactorios con los demás (Echeverría y Paredes, 2025). Aunque estas habilidades comienzan a consolidarse durante la niñez media, es en la adolescencia cuando los individuos aprenden a identificarlas y utilizarlas dependiendo del contexto y las demandas de la sociedad (León y Betina, 2020).

Actualmente, promover el desarrollo de habilidades que faciliten una interacción social saludable se ha vuelto una necesidad esencial. El ser humano, por naturaleza, es un ser social que requiere establecer vínculos y comunicarse con su entorno para potenciar su crecimiento personal y alcanzar sus metas (Sigüenza et al., 2019). Sin embargo, cuando existen dificultades o limitaciones para desenvolverse en un contexto social determinado, se ven afectados aspectos fundamentales de su desarrollo cognitivo, afectivo y psicológico (Varela y Jaramillo, 2024). Estas limitaciones no solo comprometen el bienestar emocional, sino que también pueden obstaculizar el rendimiento académico, la integración grupal y la construcción de proyectos de vida.

El desarrollo y fortalecimiento adecuado de estas habilidades se relaciona íntimamente con una mayor resiliencia, inteligencia emocional y autoestima. Además, su promoción contribuye a prevenir diversos problemas de salud mental,

como los trastornos de conducta, ansiedad, depresión, trastornos alimentarios, y también ayuda a reducir conductas de riesgo como los comportamientos sexuales inapropiados, el consumo de sustancias o la violencia (Barreros y Cuadrado, 2024). Por el contrario, la carencia de estas habilidades puede afectar el desarrollo cognitivo y emocional de la persona, dificultar el aprendizaje y generar baja asertividad, problemas de adaptación social y actitudes agresivas (Canales, 2006). Desde una perspectiva preventiva, el fortalecimiento de las habilidades sociales se convierte en una estrategia clave para promover entornos protectores y resilientes.

Las habilidades sociales no constituyen rasgos innatos de personalidad, sino que se desarrollan progresivamente a lo largo del tiempo a través de la observación, las experiencias y la retroalimentación obtenida de las interacciones sociales. El contexto social adquiere un papel central durante la adolescencia, debido a que las relaciones con los pares se vuelven más relevantes y pueden influir positiva o negativamente en la formación del desarrollo personal. Así, la carencia de recursos o estrategias para afrontar los cambios propios de esta etapa pueden dificultar la adaptación y transición hacia la vida adulta (Hernández et al., 2013). Este proceso de aprendizaje social requiere acompañamiento, modelamiento y espacios de práctica que favorezcan la expresión emocional y el respeto mutuo.

Es complejo determinar si las habilidades sociales derivan de la autoestima o si, por el contrario, esta se origina a partir de las interacciones sociales, puesto que ambas variables mantienen una relación recíproca y complementaria. Sin embargo, cada una desempeña un papel fundamental durante la

etapa de la adolescencia, al favorecer la interacción positiva con los demás y contribuir al desarrollo socioemocional del individuo (Rosenberg, 1965). Esta reciprocidad teórica sugiere que una mayor autoestima puede favorecer conductas de aproximación social y comunicación asertiva, mientras que las experiencias sociales satisfactorias refuerzan la valoración personal (Monjas, 1994). Este vínculo bidireccional plantea la necesidad de abordajes integrales que consideren simultáneamente el fortalecimiento de la autoestima y el desarrollo de competencias relacionales.

La relevancia del presente estudio reside en aportar evidencia empírica que ayude a comprender los patrones de asociación entre autoestima y habilidades sociales durante la adolescencia, con utilidad potencial para el diseño de programas psicoeducativos y políticas escolares orientadas al desarrollo integral del adolescente. La comprensión de estas relaciones puede contribuir a la implementación de estrategias preventivas y de intervención temprana que fortalezcan tanto la autoestima como las competencias sociales en esta etapa crítica del desarrollo. Además, se busca generar conocimiento aplicable que oriente a docentes, orientadores y familias en la promoción de entornos afectivos y formativos que potencien el desarrollo humano.

El contexto social contemporáneo presenta desafíos únicos para los adolescentes, donde las plataformas digitales y las redes sociales han alterado significativamente los patrones tradicionales de interacción social, aumentando la complejidad del desarrollo de habilidades sociales auténticas. En este escenario, comprender las dinámicas entre autoestima y competencia social se vuelve aún más crucial, ya que los jóvenes



enfrentan presiones adicionales relacionadas con la aprobación social digital y la comparación constante con otros. El estudio contribuye a llenar este vacío de conocimiento, proporcionando evidencia que puede informar estrategias de intervención adaptadas a las realidades sociales contemporáneas de los adolescentes. Así, se reconoce la urgencia de generar propuestas contextualizadas que respondan a los retos emergentes del ecosistema digital y promuevan el bienestar psicosocial.

En atención a lo planteado, el presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la autoestima y las habilidades sociales en adolescentes, reconociendo su impacto en el desarrollo psicoemocional, la integración social y la construcción de una identidad saludable.

## MÉTODO

El presente estudio se realizó bajo una investigación de tipo cuantitativo, lo cual permite evaluar el problema mediante instrumentos que determinan en cifras estadísticas todos los criterios de interés relacionados con las variables de estudio. Este enfoque responde a la necesidad de establecer patrones de asociación entre constructos psicológicos, como la autoestima y las habilidades sociales, a partir de evidencias empíricas verificables. Se adoptó un diseño descriptivo, de corte transversal y no experimental, dado que no se tiene contacto ni manipulación de variables. En cuanto al método se empleó el hipotético-deductivo, mismo que permite contrastar el supuesto con los resultados y la realidad observada, facilitando el análisis de las relaciones entre variables sin inferencias causales.

Los participantes fueron inicialmente 456 como población general, habitantes de la

ciudadela 21 de enero del cantón Milagro, Ecuador. Posteriormente, mediante el método de muestreo por intención, la cantidad definitiva de usuarios quedó en 213 participantes. Este tipo de muestreo se justifica por la necesidad de acceder a una población específica que cumpla con criterios definidos, en este caso, la etapa adolescente como núcleo de interés del estudio. Se establecieron criterios éticos de inclusión, como el asentimiento y consentimiento informado, garantizando el anonimato y la confidencialidad de los datos. La muestra final incluyó adolescentes entre 12 y 17 años, lo que permitió capturar la variabilidad propia de esta etapa del desarrollo.

Para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos estandarizados, seleccionados por su validez psicométrica y pertinencia teórica. El primero fue la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965), compuesta por 10 ítems con formato de respuesta tipo Likert de 4 puntos. Este instrumento, ampliamente utilizado en investigaciones con población adolescente, presenta coeficientes de fiabilidad alfa entre 0.76 y 0.87. Evalúa los niveles de autoestima agrupados en tres categorías: alta, media y baja. Su aplicación en este estudio se fundamenta en su capacidad para captar las fluctuaciones en la autovaloración durante la adolescencia, etapa caracterizada por cambios significativos en la percepción de sí mismo.

El segundo instrumento fue el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (Monjas, 1994), compuesto por 60 ítems que evalúa seis dimensiones específicas: habilidades sociales básicas, habilidades para hacer amigos y amigas, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con emociones y sentimientos, habilidades de solución de problemas interpersonales y habilidades de relación con los

adultos. Su fiabilidad reportada es de 0.85. Este cuestionario permite una aproximación multidimensional al constructo de habilidades sociales, facilitando el análisis diferenciado de las competencias relacionales según el contexto y la edad. Su elección responde a la necesidad de contar con un instrumento comprehensivo que oriente futuras intervenciones psicoeducativas.

El procesamiento de la información se realizó mediante el programa SPSS v.27, donde se construyeron los indicadores para la evaluación. Se ingresó la información de los cuestionarios y se gestionaron tablas tanto descriptivas como inferenciales que permitieron visualizar estadísticamente el problema vinculado con las variables de estudio. Se aplicaron análisis de frecuencias y porcentajes para describir las distribuciones, así como correlaciones de Spearman para analizar las relaciones entre variables, y pruebas de chi-cuadrado para determinar la independencia entre las variables categóricas.

La elección de la correlación de Spearman se fundamenta en la naturaleza ordinal de los datos y en la ausencia de normalidad en las distribuciones, lo cual exige el uso de estadísticos no paramétricos que garanticen robustez frente a valores atípicos. Se estableció un nivel de significancia de 0.05 para todas las pruebas, siguiendo los estándares internacionales de investigación cuantitativa. La combinación de análisis correlacional y pruebas de asociación cualitativa permite una triangulación metodológica que enriquece la interpretación de los resultados, aportando evidencia sólida sobre la relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los resultados del estudio, organizados sistemáticamente para responder al objetivo de analizar la relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes. La presentación de resultados incluye descriptivos por dimensiones de habilidades sociales y niveles de autoestima, seguidos del análisis correlacional entre las variables.

### Distribución de habilidades sociales por dimensiones

#### Habilidades sociales básicas

En la dimensión de habilidades sociales básicas Tabla 1, se observó que el 39.0% de los participantes se situó en el nivel alto, seguido del 34.7% en nivel medio, 19.2% en nivel muy alto y 7.0% en nivel muy bajo. Estos resultados indican que la mayoría de adolescentes (73.7%) presenta niveles adecuados en las habilidades sociales fundamentales para la interacción.

Este hallazgo sugiere que los adolescentes participantes cuentan con recursos básicos para desenvolverse en contextos sociales cotidianos, lo cual puede facilitar la expresión emocional, la comunicación verbal y el respeto por normas de convivencia. La prevalencia de niveles altos y medios en esta dimensión refleja una base sólida sobre la cual pueden desarrollarse competencias más complejas.

**Tabla 1.** *Distribución de habilidades sociales básicas*

| Nivel        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje<br>válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|--------------|----------------------|----------------------|
| Muy alto     | 41         | 19.2         | 19.2                 | 19.2                 |
| Alto         | 83         | 39.0         | 39.0                 | 58.2                 |
| Medio        | 74         | 34.7         | 34.7                 | 93.0                 |
| Muy bajo     | 15         | 7.0          | 7.0                  | 100.0                |
| <b>Total</b> | <b>213</b> | <b>100.0</b> | <b>100.0</b>         |                      |

### Habilidades para establecer amistades

Las habilidades para establecer amistades mostraron un patrón de distribución donde la mayoría de los participantes (45.1%) se situó en el nivel medio, seguido del 18.8% en nivel muy alto, 15.5% en nivel alto, 10.8% en nivel muy bajo y 9.9% en nivel bajo. Estos hallazgos revelan que menos de la mitad (34.3%) de los participantes presenta niveles adecuados (alto + muy alto) en esta dimensión social crítica para el desarrollo de vínculos interpersonales durante la adolescencia.

Este resultado evidencia una oportunidad de mejora en la capacidad de los adolescentes para generar vínculos afectivos significativos, lo cual es esencial para la construcción de redes de apoyo y el fortalecimiento de la autoestima. La predominancia del nivel medio podría indicar que, si bien existe disposición para la interacción, aún se requieren estrategias para consolidar relaciones de confianza y reciprocidad.

### Habilidades conversacionales

En cuanto a las habilidades conversacionales (Tabla 2), se evidenció una distribución más homogénea, con el 31.9% en nivel medio, 22.1% en nivel bajo, 20.7% en nivel muy bajo, 15.5% en nivel muy alto y 9.9% en nivel alto. Los resultados indican que el 42.8% de los adolescentes presenta

niveles deficientes (bajo + muy bajo) en habilidades conversacionales.

Este dato es especialmente relevante, ya que las habilidades conversacionales constituyen un componente esencial para la interacción social efectiva. Las dificultades en esta dimensión pueden limitar la capacidad de los adolescentes para expresar sus ideas, resolver conflictos y establecer relaciones empáticas, lo cual repercute directamente en su autovaloración y bienestar emocional.



**Tabla 2.** *Distribución de habilidades conversacionales*

| Nivel        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje<br>válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|--------------|----------------------|----------------------|
| Muy alto     | 33         | 15.5         | 15.5                 | 15.5                 |
| Alto         | 21         | 9.9          | 9.9                  | 25.4                 |
| Medio        | 68         | 31.9         | 31.9                 | 57.3                 |
| Bajo         | 47         | 22.1         | 22.1                 | 79.3                 |
| Muy bajo     | 44         | 20.7         | 20.7                 | 100.0                |
| <b>Total</b> | <b>213</b> | <b>100.0</b> | <b>100.0</b>         |                      |

### **Habilidades relacionadas con emociones y sentimientos**

En cuanto a las habilidades relacionadas con emociones y sentimientos, se evidenció una distribución polarizada donde el 29.1% de los participantes se ubicó en nivel muy alto, mientras que el 45.5% presentó niveles deficitarios (27.7% bajo + 17.8% muy bajo). Adicionalmente, el 20.2% se situó en nivel medio y únicamente el 5.2% en nivel alto. Esta polarización sugiere una división clara entre adolescentes con alta competencia emocional y aquellos con dificultades significativas en el reconocimiento y manejo de emociones.

### **Habilidades de solución de problemas interpersonales**

En la dimensión de solución de problemas Tabla 3, el 30.0% presentó nivel bajo, 26.3% nivel muy bajo, 21.1% nivel muy alto, 15.5% nivel medio y 7.0% nivel alto. Los resultados indican que el 56.3% de los adolescentes presenta niveles deficitarios en esta competencia crucial.

La resolución de conflictos es una habilidad clave para la adaptación social, y su déficit puede generar dinámicas de confrontación, aislamiento o dependencia emocional. La alta proporción de

adolescentes con dificultades en esta dimensión sugiere la necesidad de fortalecer el pensamiento crítico, la toma de decisiones y la negociación en contextos escolares y familiares.

**Tabla 3.** Distribución de habilidades de solución de problemas interpersonales

| Nivel        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| Muy alto     | 45         | 21.1         | 21.1              | 21.1                 |
| Alto         | 15         | 7.0          | 7.0               | 28.2                 |
| Medio        | 33         | 15.5         | 15.5              | 43.7                 |
| Bajo         | 64         | 30.0         | 30.0              | 73.7                 |
| Muy bajo     | 56         | 26.3         | 26.3              | 100.0                |
| <b>Total</b> | <b>213</b> | <b>100.0</b> | <b>100.0</b>      |                      |

**Habilidades de relación con los adultos**

En cuanto a la relación con adultos (Tabla 4), el 43.7% mostró nivel muy alto, 24.4% nivel muy bajo, 20.7% nivel bajo, 6.1% nivel medio y 5.2% nivel alto. Esta dimensión presenta los mejores resultados, con casi la mitad de los adolescentes (48.9%) en niveles altos. Este resultado puede interpretarse como un indicador positivo de la capacidad de los adolescentes para establecer

vínculos respetuosos y funcionales con figuras adultas, lo cual puede actuar como factor protector frente a situaciones de riesgo psicosocial. La relación con adultos, especialmente en contextos educativos y familiares, constituye un espacio de validación que puede fortalecer la autoestima y las habilidades sociales.

**Tabla 4.** Distribución de habilidades de relación con los adultos

| Nivel        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| Muy alto     | 93         | 43.7         | 43.7              | 43.7                 |
| Alto         | 11         | 5.2          | 5.2               | 48.8                 |
| Medio        | 13         | 6.1          | 6.1               | 54.9                 |
| Bajo         | 44         | 20.7         | 20.7              | 75.6                 |
| Muy bajo     | 52         | 24.4         | 24.4              | 100.0                |
| <b>Total</b> | <b>213</b> | <b>100.0</b> | <b>100.0</b>      |                      |

**Distribución de niveles de autoestima**

Los niveles de autoestima Tabla 5, mostraron una distribución equilibrada: 37.6% en nivel medio, 31.5% en nivel alto y 31.0% en nivel bajo. Estos resultados indican que el 68.6%

de los adolescentes presenta niveles no óptimos de autoestima (medio + bajo), lo cual constituye un área de preocupación significativa.

Este hallazgo revela que, aunque una tercera parte de los adolescentes presenta autoestima

elevada, la mayoría se encuentra en rangos que podrían limitar su desarrollo emocional y social. La presencia de niveles medios y bajos sugiere la necesidad de fortalecer los procesos de

**Tabla 5.** *Distribución de niveles de autoestima*

| Nivel        | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| Alto         | 67         | 31.5         | 31.5              | 31.5                 |
| Medio        | 80         | 37.6         | 37.6              | 69.0                 |
| Bajo         | 66         | 31.0         | 31.0              | 100.0                |
| <b>Total</b> | <b>213</b> | <b>100.0</b> | <b>100.0</b>      |                      |

### **Análisis de correlaciones entre autoestima y habilidades sociales**

Para analizar la relación entre autoestima y habilidades sociales se realizó un análisis de correlación de Spearman que reveló relaciones estadísticamente significativas negativas entre autoestima y las diversas dimensiones de habilidades sociales, con coeficientes que oscilan entre muy bajos y moderados. Específicamente, se identificó una correlación muy baja y no significativa entre autoestima y habilidades sociales básicas ( $\rho = -.073$ ,  $p = .288$ ), relaciones bajas y moderadas negativas con habilidades para hacer amigos ( $\rho = -.449$ ,  $p = .030$ ), habilidades conversacionales ( $\rho = -.523$ ,  $p = .001$ ) y habilidades relacionadas con emociones y sentimientos ( $\rho = -.151$ ,  $p = .028$ ). Las dimensiones de solución de problemas interpersonales y relación con adultos mostraron correlaciones no significativas con niveles de significancia que variaron entre .687 y .774, indicando ausencia de asociación estadísticamente significativa entre estas variables.

Los resultados de las pruebas de chi-cuadrado aplicadas entre los niveles de autoestima y las

diversas dimensiones de habilidades sociales mostraron valores de chi-cuadrado de .000 con significancia asintótica de .424 para todas las comparaciones realizadas. Aunque estos resultados sugieren independencia entre las variables, deben interpretarse con cautela debido a la naturaleza de los datos categóricos y la presencia de celdas con frecuencias esperadas menores a 5, lo cual puede afectar la validez de las pruebas estadísticas.

La ausencia de asociación significativa en algunas dimensiones no implica que no exista una relación funcional entre autoestima y habilidades sociales, sino que esta puede estar mediada por variables contextuales, emocionales o culturales no contempladas en el análisis estadístico. Por ello, se recomienda complementar estos hallazgos con estudios cualitativos que permitan explorar las percepciones, narrativas y experiencias subjetivas de los adolescentes.

### **Discusión**

Los resultados del presente estudio evidencian un panorama complejo en el desarrollo de habilidades sociales y autoestima durante la

adolescencia. La distribución de habilidades sociales por dimensiones revela patrones diferenciados que requieren análisis detallado. En las habilidades sociales básicas, más del 70% de los adolescentes presentó niveles adecuados (alto + muy alto), lo cual contrasta positivamente con otras dimensiones más complejas como las habilidades conversacionales y la solución de problemas interpersonales, donde se observó que más del 42% y 56% respectivamente, presentan niveles deficitarios.

Estos hallazgos son consistentes con los estudios de Salgado (2023), quien identificó en su muestra evaluada un 50.91% de jóvenes que poseen un rango medio de desarrollo de habilidades sociales, sugiriendo que existe una tendencia general hacia niveles intermedios en estas competencias durante la adolescencia. La naturaleza de las habilidades conversacionales y de resolución de conflictos exige mayor madurez cognitiva, regulación emocional y experiencia social, lo que podría explicar las dificultades observadas en estas dimensiones.

Los resultados de las habilidades relacionadas con emociones y sentimientos muestran una distribución polarizada, con un 29.1% en nivel muy alto y un 45.5% en niveles deficitarios (bajo + muy bajo). Esta polarización sugiere que existe una división clara entre adolescentes con alta competencia emocional y aquellos con dificultades significativas en el reconocimiento y manejo de emociones, lo cual es coherente con los estudios de Varela y Jaramillo (2024), quienes reportaron que el 78.54% de su muestra evaluada posee un nivel medio en el desarrollo de habilidades sociales, especialmente vinculados en componentes relacionados con la interacción social con pares. Este contraste evidencia la

necesidad de intervenciones diferenciadas que consideren los distintos niveles de competencia emocional presentes en la población adolescente.

Respecto a los niveles de autoestima, los resultados muestran una distribución equilibrada entre niveles alto (31.5%), medio (37.6%) y bajo (31.0%). Sin embargo, es preocupante que casi el 69% de los adolescentes presente niveles no óptimos de autoestima (medio + bajo), lo cual coincide parcialmente con los hallazgos de Barreros y Cuadrado (2024), quienes en su estudio encontraron que, aunque el 72% de su muestra evaluada posee un nivel alto de autoestima, la dificultad se les presenta en el desarrollo de sus habilidades sociales donde presentan un déficit del 45%. Esta divergencia puede atribuirse a diferencias contextuales y culturales entre las poblaciones estudiadas.

El análisis correlacional reveló relaciones estadísticamente significativas negativas entre autoestima y las diversas dimensiones de habilidades sociales, con coeficientes que oscilan entre muy bajos y moderados. La correlación más fuerte se encontró en las habilidades conversacionales ( $\rho = -.523$ ,  $p = .001$ ), seguida por las habilidades para hacer amigos ( $\rho = -.449$ ,  $p = .030$ ). Estos resultados son contrarios a la hipótesis inicial de una relación positiva, pero coinciden parcialmente con los estudios de Díaz et al. (2018), quienes reportaron relaciones negativas moderadas en criterios sociales vinculados con baja autoestima.

Estas asociaciones negativas pueden interpretarse desde una perspectiva bidireccional: por un lado, los adolescentes con baja autoestima podrían evitar situaciones sociales que refuerzan su autopercepción negativa; por otro, quienes presentan dificultades en habilidades sociales podrían experimentar rechazo o frustración

interpersonal que afecte su autoestima. Esta dinámica de retroalimentación negativa entre ambas variables podría explicar los patrones observados, y plantea la necesidad de abordajes integrales que consideren simultáneamente el fortalecimiento de la autovaloración y la competencia relacional.

La ausencia de correlaciones significativas en dimensiones como habilidades sociales básicas y relación con adultos sugiere que estas competencias podrían estar menos directamente vinculadas con la autoestima. Las relaciones con adultos, especialmente en contextos familiares, pueden estar mediadas por factores como el estilo de crianza, la comunicación afectiva y la funcionalidad del hogar, más que por la autovaloración individual. Esto refuerza la importancia de considerar variables contextuales en el análisis de las competencias socioemocionales.

Es importante considerar las limitaciones metodológicas del presente estudio. El diseño correlacional transversal impide establecer relaciones causales entre las variables y no permite determinar la dirección temporal de las asociaciones observadas. La naturaleza no experimental del estudio exige cautela en la interpretación de los vínculos observados, aunque aporta valiosa evidencia exploratoria para futuras investigaciones.

Las implicaciones de estos hallazgos para la práctica educativa y la intervención psicológica son significativas. Los resultados sugieren la necesidad de implementar programas integrales que aborden tanto el fortalecimiento de la autoestima como el desarrollo de habilidades sociales específicas, particularmente las conversacionales y la solución de problemas interpersonales. La naturaleza de las relaciones

negativas observadas indica que los programas más efectivos podrían ser aquellos que abordan ambas variables de manera simultánea y coordinada.

Futuros estudios deberían considerar diseños longitudinales para explorar las relaciones causales y los cambios en estas variables a lo largo del tiempo. Además, la incorporación de variables contextuales como la funcionalidad familiar, el apoyo social y el clima escolar podría enriquecer la comprensión de los factores que influyen en estas asociaciones. El uso de diseños experimentales o cuasi-experimentales permitiría evaluar la efectividad de intervenciones psicoeducativas dirigidas a mejorar simultáneamente la autoestima y las habilidades sociales, contribuyendo al bienestar integral del adolescente.

## CONCLUSIONES

La presente investigación logra cumplir satisfactoriamente su objetivo principal de analizar la relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes, proporcionando evidencia empírica valiosa que contribuye significativamente al conocimiento científico en el área del desarrollo socioemocional durante la adolescencia. El estudio no solo confirma la complejidad de las interacciones entre ambas variables, sino que también ofrece fundamentos sólidos para el diseño de estrategias preventivas e interventivas contextualizadas.

Uno de los aportes más relevantes radica en la identificación de patrones relacionales no lineales entre autoestima y habilidades sociales, lo cual desafía las concepciones tradicionales de una asociación unidireccional positiva. Esta contribución teórica permite reconocer que no todas las competencias sociales responden de manera homogénea a los procesos de autovaloración, lo que exige enfoques



diferenciados en la investigación y la intervención. El estudio amplía el marco interpretativo previo al demostrar variaciones significativas en la forma en que distintas dimensiones de las habilidades sociales interactúan con la autoestima.

Desde el punto de vista metodológico la investigación ofrece un modelo replicable para el análisis de dos variables socioemocionales en poblaciones adolescentes, especialmente en el contexto latinoamericano. La confirmación de relaciones complejas entre los constructos estudiados sugiere que los marcos explicativos deben superar la lógica lineal y considerar factores moderadores como el entorno familiar, el clima escolar y la cultura digital. Este hallazgo abre nuevas líneas de investigación orientadas a comprender los mecanismos subyacentes a estas interacciones.

El estudio también identifica vacíos relevantes en la literatura actual, al evidenciar que las relaciones entre autoestima y habilidades sociales no son uniformes ni universales. Esta especificidad dimensional permite refinar los modelos teóricos existentes y orientar el desarrollo de propuestas más comprensivas sobre el desarrollo socioemocional adolescente. Asimismo, se destaca la necesidad de incorporar variables contextuales que puedan influir en la expresión y evolución de estas competencias.

En términos prácticos, los hallazgos ofrecen insumos aplicables para la optimización de programas educativos y de intervención psicológica. Al establecer que las intervenciones en estas áreas requieren enfoques diferenciados según las dimensiones específicas, el estudio proporciona fundamentos empíricos para el desarrollo de estrategias más precisas y efectivas. Esta contribución práctica es especialmente

valiosa en el contexto de la formación integral, donde el desarrollo de competencias sociales y la promoción del bienestar psicológico se reconocen como objetivos educativos prioritarios.

Además, el estudio genera evidencia con potencial transformador para las prácticas educativas contemporáneas, al demostrar la urgencia de integrar el desarrollo socioemocional como componente estructural del currículo académico. Los resultados sugieren que las instituciones educativas deben adoptar enfoques más sofisticados, capaces de reconocer la diversidad de trayectorias socioemocionales y de responder con intervenciones diferenciadas.

El alcance de las implicaciones teóricas y prácticas de este estudio se extiende más allá de la población específica evaluada, proporcionando insights aplicables a contextos educativos y clínicos diversos. Al evidenciar la complejidad de las interacciones entre autopercepción y competencia social, el estudio establece una base sólida para el desarrollo de marcos comprensivos que puedan ser adaptados a distintos escenarios culturales, institucionales y comunitarios.

En síntesis, la investigación logra sus objetivos de manera integral, proporcionando tanto contribuciones teóricas como evidencia empírica que puede informar la práctica profesional en las áreas de educación y psicología clínica. El estudio establece un precedente metodológico para el abordaje de variables socioemocionales complejas en la adolescencia, y proporciona la base empírica necesaria para el diseño de estrategias preventivas e interventivas más efectivas, pertinentes y contextualizadas.

## CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

## REFERENCIAS

- Abadie, S. (2023). Identidad y adolescencia desde la perspectiva filosófica del reconocimiento. *EQUINOCCIO*, 4(1), 13-32.  
<https://doi.org/10.53693/ERPPA/4.1.1>
- Alomaliza, C., y Flores, V. (2023). Autoestima y resiliencia en mujeres. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 392-405.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.252>
- Barreros, R., y Cuadrado, V. (2024). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de la parroquia San Miguelito-Píllaro, Ecuador. *Puriq*, 6(5), 1-12.  
<https://doi.org/10.37073/puriq.6.556>
- Cacho, Z., Silva, M., y Yengle, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Revista Transformación*, 15(2), 186-205.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4123](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4123)
- Canales, M. (2006). Metodología de investigación social. LOM Ediciones.
- Díaz, D., Fuentes, I., y Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Revista Conrado*, 14(64), 98-103.  
<https://doi.org/10.36647/conrado.14.64.9>
- Eceiza, M., Arrieta, M., y Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 11-26.  
<https://doi.org/10.1174/113560408784198170>
- Echeverría, J., y Paredes, C. (2025). El desarrollo de habilidades sociales en estudiantes adolescentes desde una perspectiva educativa. *Revista InveCom*, 5(4), 1-8.  
<https://doi.org/10.52080/rluoc.5.4.1.1>
- Esteves, A., Paredes, R., Calcina, C., y Yapuchura, C. (2020). Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar. *Comuni@cción: Revista de investigación en comunicación y desarrollo*, 11(1), 16-27.  
<https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- Feixa, C. (2020). Identidad, juventud y crisis: el concepto de crisis en las teorías sobre la juventud. *Revista española de sociología*, 29(3), 11-26.  
<https://doi.org/10.22325/fes/res.2020.72>
- García, C., y Parada, D. (2018). "Construcción de adolescencia": una concepción histórica y social inserta en las políticas públicas. *Universitas Humanística*, 85, 348-373.  
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.uh85.cach>
- González, A., y Morelo, M. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 113-123.  
<https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.15111>
- Jaimes, C., Cruz, L., Vega, E., Balladares, P., y Matta, H. (2019). Habilidades sociales en estudiantes adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(1), 39-43.  
<https://doi.org/10.37736/pjhc.2019.37>
- León, G., y Betina, A. (2020). Autoestima y habilidades sociales en niños y niñas del Gran San Miguel de Tucumán, Argentina. *Revista Argentina de Salud Pública*, 11(42), 22-31.  
<https://rasp.saha.org.ar/index.php/rasp/article/view/42>
- Llamazares, A., y Urbano, A. (2020). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes: el papel de variables familiares y escolares. *Pulso: Revista de Educación*, 43, 99-117.  
<https://doi.org/10.58265/pulso.4801>
- Martínez, G., y Alfaro, A. (2019). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg. *Fides et Ratio*, 17(17), 83-99.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7003803>
- Monjas, M. I. (1994). Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS). CEPE.
- Moreno, L., y Vásquez de la Bandera, F. (2022). Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(6), 10161-10178.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4123](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4123)
- Papalia, D., y Martorell, G. (2017). Desarrollo humano (13va ed.). McGraw-Hill.
- Pilco, V., y Jaramillo, A. (2023). Funcionalidad familiar y su relación con la autoestima en adolescentes de la ciudad de Ambato. *CHAKIÑAN Revista de Ciencias Sociales y*

- Humanidades, 21, 110-123.  
<https://doi.org/10.37135/chk.002.21.07>
- Rodríguez, C., Gallegos, M., y Padilla, G. (2021). Autoestima en niños, niñas y adolescentes chilenos: análisis con árboles de clasificación. *Revista Reflexiones*, 100(1), 1-18.  
<https://doi.org/10.15517/rr.v100i1.43342>
- Rojas, V., y Pilco, G. (2023). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 3823-3833.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.529>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Salgado, J. (2023). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de Latacunga. *Maskana*, 15(2), 45-60.  
<https://doi.org/10.18537/mskn.13.02.02>
- Salgado, J., y Lima, D. (2024). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de Latacunga, 2023. *Maskana*, 15(2), 45-60.  
<https://doi.org/10.18537/mskn.13.02.02>
- Sigüenza, W., Quezada, E., y Reyes, M. (2019). Autoestima en la adolescencia media y tardía. *Revista Espacios*, 40(15), 1-19.  
<https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n15p01>
- Tacca, D., Cuarez, R., y Quispe, R. (2020). Habilidades sociales, autoconcepto y autoestima en adolescentes peruanos de educación secundaria. *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293-324.  
<https://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Varela, G., y Jaramillo, A. (2024). Relación entre habilidades sociales y autoestima en adolescentes del Cantón Baños, Ecuador. *CienciAmérica*, 13(1), 11-23.  
<https://doi.org/10.33210/ca.v13i1.426>