

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Trabajo Final de Licenciatura

*“El apego y su relación con
el desarrollo de las
habilidades sociales y la
autoestima en adolescentes
mendocinos”*

Autora: Sofía Yenien Homola

Director: Dra. Laura Oros

Mendoza, 2022

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Agradezco a Dios y a la Virgen por haberme guiado y acompañado durante toda mi carrera.

A mis sobrinos Joaquina y Boris, por ser el amor más grande de mi vida y mi mayor inspiración cada día. Por empujarme a soñar y luchar para que todos los niños puedan tener una infancia tan feliz como la de ellos.

A mi familia, por ser mi pilar y mi sostén y por apoyarme en cada momento. Por siempre creer y confiar en mí.

A mis compañeras- amigas que me regaló la facultad, porque fueron fundamentales para llegar hasta acá. Gracias por sostenerme en las situaciones más difíciles y por compartir mis alegrías.

A mis amigos- hermanos de la vida, por acompañarme y ser mi sostén siempre.

Agradezco a Laura Oros, mi directora de tesis, por ayudarme a transitar esta etapa tan importante, por brindarme su tiempo, su predisposición y por enseñarme con tanto amor.

A Cecilia Affronti, por estar presente en cada etapa del trabajo, por su dedicación, acompañamiento y también por su amor en cada enseñanza.

A todos los adolescentes que dedicaron su tiempo para responder los cuestionarios.

Gracias a la Psicopedagogía, mi vocación, por ayudarme a ver el mundo con otros ojos y por mostrarme que detrás de toda dificultad hay una posibilidad esperando ser descubierta.

**Facultad de Humanidades
y Ciencias Económicas**



*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

ÍNDICE

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

| | |
|--|----|
| RESUMEN | 7 |
| FASE CONCEPTUAL | 10 |
| INTRODUCCIÓN | 11 |
| Problema de investigación | 15 |
| Objetivos | 15 |
| Hipótesis desagregadas | 16 |
| Justificación e importancia del estudio | 16 |
| MARCO TEÓRICO | 19 |
| CAPÍTULO 1 | 20 |
| APEGO | 20 |
| Introducción | 21 |
| Distinción entre apego y conducta de apego | 21 |
| Tipos de apego | 23 |
| Apego y adolescencia | 27 |
| Antecedentes sobre los correlatos del vínculo de apego | 28 |
| CAPÍTULO 2 | 32 |
| HABILIDADES SOCIALES | 32 |
| Introducción | 33 |
| Definición de habilidades sociales o conducta asertiva | 33 |
| Surgimiento, desarrollo y antecedentes | 35 |
| Clasificación de las habilidades sociales | 39 |
| Impacto sobre el desarrollo/ bienestar psicosocial/ salud mental | 42 |
| Psicología positiva y factores protectores | 44 |
| CAPÍTULO 3 | 47 |
| AUTOESTIMA | 47 |
| Introducción | 48 |
| Definición de autoestima | 48 |
| Surgimiento, desarrollo y antecedentes | 50 |
| Clasificación de la autoestima | 55 |
| Autoestima y autoconcepto | 56 |
| Impacto sobre el desarrollo/ bienestar psicosocial/ salud mental | 57 |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

| | |
|---|----|
| FASE EMPÍRICA | 60 |
| CAPÍTULO 4 | 61 |
| MARCO METODOLÓGICO | 61 |
| Tipo y diseño de investigación | 62 |
| Hipótesis | 62 |
| Operacionalización de variables | 63 |
| Muestra | 63 |
| Procedimientos para la recolección de datos | 64 |
| Instrumentos | 64 |
| Tratamiento estadístico | 66 |
| CAPÍTULO 5 | 68 |
| PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS | 68 |
| Resultados demográficos de los participantes (sexo y edad) | 69 |
| Gráfico 1: Edades | 69 |
| Gráfico 2: Sexo | 69 |
| Descripción de las variables principales | 70 |
| Tabla 1 | 70 |
| <i>Estadísticos descriptivos</i> | 70 |
| Tabla 2 | 71 |
| <i>Porcentajes de respuesta de los ítems de Apego seguro</i> | 71 |
| Tabla 3 | 72 |
| <i>Porcentajes de respuesta de los ítems de Apego inseguro</i> | 72 |
| Tabla 4 | 74 |
| <i>Porcentajes de respuesta de los ítems de la subescala Autoexpresión social</i> | 74 |
| Tabla 5 | 75 |
| <i>Porcentajes de respuesta de los ítems de Autoestima</i> | 75 |
| Correlaciones r de Pearson | 76 |
| Tabla 6 | 76 |
| <i>Correlaciones</i> | 76 |
| DISCUSIÓN | 77 |
| CONCLUSIONES | 86 |
| ANEXOS | 88 |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

| | |
|----------------------------|-----|
| BIBLIOGRAFÍA | 102 |
| Referencias bibliográficas | 103 |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

RESUMEN

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Diversos estudios ponen de manifiesto que los adolescentes sanos, felices y seguros de sí mismos son el resultado de familias estables en las que predomina un apego sólido, donde ambos cuidadores principales otorgan tiempo, atención y cuidado a los hijos (Bowlby, 2009; Grinker, 1962; Offer, 1969). Por el contrario, el apego inseguro, reduce la posibilidad de que los hijos desarrollen una visión positiva de sí mismos y de los demás, y limita la exploración social (Bowlby, 2009).

La conducta de apego se observa a lo largo de todo el ciclo vital, no sólo durante las primeras etapas, y se la considera parte integral del ser humano. Debido al papel esencial que ocupa el apego en el área del desarrollo socioemocional, resulta pertinente analizar su relación con otros recursos salugénicos.

El objetivo de la investigación fue establecer la relación entre el vínculo de apego ejercido por los principales cuidadores y el desarrollo de la autoexpresión social y la autoestima en los adolescentes de Mendoza.

Se trabajó con una muestra no probabilística intencional de 387 adolescentes de ambos sexos de la provincia de Mendoza, cuyas edades oscilaron entre los 18 y 25 años. Se administró la versión traducida y validada en Argentina (Balabanian et al., 2015) del Cuestionario de Apego Parental de Kenny (1987), la Escala de Habilidades Sociales (factor autoexpresión en situaciones sociales) de Gismero González (2002), y la Escala de Autoestima de Rosemberg (1995).

Los resultados indicaron que el apego seguro se relacionó de manera significativa y positiva con la autoexpresión social y con la autoestima, mientras

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

que el apego inseguro se relacionó de manera significativa y negativa con la autoexpresión social y con la autoestima.

Palabras Clave: apego, habilidades sociales, autoestima, adolescentes.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

FASE CONCEPTUAL

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

INTRODUCCIÓN

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tal como sostienen especialistas en desarrollo, como René Spitz (1965), Donald Woods Winnicott (1957) y Melanie Klein (1927), las interacciones de dar y recibir que se establecen entre los bebés y sus padres ya están influyendo en la futura experiencia social del niño y su desarrollo cerebral.

Los padres actúan como agentes de socialización, transmitiendo de forma explícita e implícita los valores sociales, representando al niño la cultura. Los estilos relacionales, las habilidades sociales y los patrones conductuales aprendidos en el seno familiar durante los primeros años, se generalizarán posteriormente al grupo de iguales y a otros contextos de desarrollo. (Balabanian et al., 2015, p. 281).

De esta manera, es preciso mencionar la relevancia que tiene el apego proporcionado por los cuidadores principales y a su vez, percibido por los adolescentes.

La Teoría del apego fue formulada por el psiquiatra y psicoanalista John Bowlby y por la psicóloga Mary Ainsworth, quienes definieron a este concepto como el vínculo afectivo que se establece, principalmente, entre madre e hijo. Si bien su análisis y estudio comenzó a desarrollarse hace más de 70 años, en la actualidad continúa en vigencia debido a que es la teoría mejor sustentada del desarrollo socioemocional (Bowlby, 2009). Desde este punto de vista, el apego influye a lo largo de todo el ciclo vital, de allí la relevancia de su abordaje.

Según lo propuesto por Bowlby, “el apego se entiende como un vínculo afectivo especial entre el cuidador y el niño, el cual se desarrolla gracias a las interacciones repetidas entre ellos” (Duarte Rico et al., 2016, p. 115). Este se clasifica, de modo general, en un tipo de apego seguro y un tipo inseguro, los cuales se desarrollarán en profundidad más adelante. Las distintas clases de apego dependen del tipo de interacción establecida entre los padres o principales cuidadores y los hijos.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tanto Bowlby como Ainsworth enfatizaron en la importancia que tienen los vínculos de apego establecidos con los padres durante la infancia para la posterior consolidación de relaciones afectivas.

La calidad del apego será fundamental para aspectos esenciales como el desarrollo de la empatía, la autorregulación emocional, la construcción del sentimiento de pertenencia y las capacidades de dar y recibir en la adultez. En ese sentido, las conductas que los padres proporcionan en respuesta a las necesidades de sus hijos, modelan la conducta prosocial o antisocial de estos (Krevans & Gibbs, 1996, en Balabanian et al., 2015, p. 281).

El afecto y la confianza proporcionados por las personas del círculo íntimo y allegados, luego se convierten en amor propio (Bernabé, 2000). De acuerdo con Oros et al. (2014), la sensibilidad y la accesibilidad materna representan en los niños un factor predictor de la alegría y la satisfacción consigo mismos, estando esta última variable relacionada con la autoestima. Además, tal como sostiene Bowlby (2009), esta accesibilidad y sensibilidad otorgada por la figura de apego principal, le proporciona a la persona un arraigado sentimiento de seguridad, como también la lleva a valorar y continuar dicha relación. Asimismo, la conciencia ética y el manejo de las emociones se asocian con un apego seguro. Balabanian, Lemos y Vargas (2013), señalan que los diferentes estilos de apego construidos en la infancia, son en gran medida predictores de los procesos vinculares posteriores; tanto de las relaciones con los padres, como con los iguales y con una futura pareja.

Además, especialistas en el tema muestran la importancia del desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes, como así también de un adecuado crecimiento de su autoestima, entre otros logros positivos en sus conductas luego de que estas interacciones entre sus cuidadores principales y ellos, se den de manera positiva.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Por lo tanto, son numerosos los aspectos del desarrollo de los hijos que pueden verse afectados por la calidad del apego. En esta investigación, el foco de atención estará puesto especialmente en el análisis de las habilidades sociales y la autoestima.

Las habilidades sociales “son definidas como las destrezas necesarias para actuar en forma socialmente eficiente” (Arón y Milicic, 1999, citado en Firpo, 2018, p. 9). Al decir de Goleman (2006) son un conjunto de hábitos (a nivel de conductas, pero también de pensamientos y emociones), que permiten mejorar las relaciones interpersonales, sentirse bien, obtener lo que se quiere y conseguir que las demás personas no impidan el logro de objetivos.

Dentro de las habilidades sociales, Gismero González (2002) propone seis grupos de conductas de autoafirmación: a) Autoexpresión en situaciones sociales; b) Defensa de los propios derechos como consumidor; c) Expresión de enfado o disconformidad; d) Decir no y cortar interacciones; e) Hacer peticiones; y f) Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Dentro de estas conductas, el presente estudio estará enfocado especialmente en la autoexpresión en situaciones sociales.

Las habilidades sociales ejercen un rol destacado en el inicio y mantenimiento de las buenas relaciones interpersonales, por lo cual resulta importante analizar los factores que pueden promover su desarrollo en las etapas de la niñez y adolescencia.

Otro concepto clave a abordar en la investigación es la autoestima, la cual consiste, según Rosenberg, en el “sentimiento de valía personal y de respeto hacia la propia persona, considerando la evaluación positiva o negativa del Yo” (Gualda y Lacunza, 2020, p. 23). Para Rogers (1967) la autoestima es la composición experiencial constituida por percepciones que se refieren al Yo, a las relaciones con los demás, con el medio y la vida en general, así como los valores que el sujeto concede a las mismas. Por lo que aquí se puede inferir que

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

el concepto es meramente subjetivo, arraigado a las experiencias individuales de cada ser humano.

Maslow (1943) plantea su teoría de la pirámide y la motivación, y considera la autoestima como una necesidad absoluta y real. Según este autor, el desarrollo de una buena autoestima es una de las claves fundamentales para el bienestar del ser humano. El hecho de sentirse bien con uno mismo y con la imagen que se proyecta es fundamental para creer en uno y alcanzar los objetivos propuestos. Por lo tanto, se torna relevante el análisis de las variables que pueden propiciar un buen sentido de valía personal.

Problema de investigación

Estos aspectos mencionados conducen al planteamiento del siguiente problema de investigación:

¿Existe relación entre el vínculo de apego ejercido por los cuidadores principales y el desarrollo de las habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en los adolescentes de Mendoza?

Objetivos

Con relación a lo expresado anteriormente, el objetivo general de la presente investigación es:

- Relacionar el vínculo de apego ejercido por los principales cuidadores con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en los adolescentes de Mendoza.

Por lo tanto, los objetivos específicos son:

- Evaluar y describir el vínculo de apego, las habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en una muestra de adolescentes mendocinos.

- Relacionar los tipos de apego con el desarrollo de habilidades sociales, especialmente de la autoexpresión en situaciones sociales, en adolescentes.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Relacionar los tipos de apego con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes.

Hipótesis desagregadas

-El vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes.

-El vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes.

-El vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes.

-El vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes.

Justificación e importancia del estudio

Sobre la base de lo expuesto anteriormente, se considera pertinente el presente estudio, en primer lugar y de modo general, ya que el apego es una variable fundamental del desarrollo socioafectivo y merece ser investigada en diversos contextos. Si bien la temática abordada ha sido estudiada parcialmente en otras partes del mundo, no ha sido profundizada en el contexto regional, según el relevamiento bibliográfico realizado. Además, se estima que los resultados obtenidos a partir de este trabajo serán un aporte para la realización de futuras investigaciones, como así también de intervenciones que puedan realizar especialistas en el área de la Psicología del Desarrollo en todas sus etapas.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Por otro lado, se considera de suma importancia hacer hincapié en el impacto que tiene el tipo de vínculo ejercido por los principales cuidadores, sobre todo durante la primera infancia, en la formación de la personalidad de los adolescentes. El estudio se enfocará en las habilidades sociales, especialmente en la autoexpresión en situaciones sociales, y en la autoestima, dado que son dos factores de vital importancia en el desarrollo de las relaciones tanto intrapersonales como interpersonales. De esta manera, se asume que el tipo de vínculo positivo que los padres llevan a cabo con sus hijos durante su primera infancia, resulta indispensable para sentar las bases de una autoestima fortalecida y habilidades sociales sólidas en su futuro crecimiento personal y social durante la adolescencia.

Independientemente del campo en el que se esté inserto, el tema expuesto involucra de manera directa a los profesionales del ámbito de la Psicopedagogía. Esto sucede ya que las variables estudiadas están estrechamente relacionadas con el aprendizaje significativo y el rendimiento académico. Se ha vislumbrado que el desarrollo socioemocional adecuado favorece un desempeño académico fructífero. De acuerdo con Jesús Castañeda Rivera (2020, p. 5):

el desarrollo socioemocional positivo promueve relaciones armónicas entre compañeros y disminuye los problemas de conducta y acoso escolar, mejora la participación ciudadana y el éxito laboral, contribuye a la salud y al bienestar adoptando mejores estilos de vida saludable y favoreciendo la salud mental en los estudiantes de los distintos niveles académicos.

A su vez, el vínculo de apego es primordial ya que sobre él se asienta la salud psicosocial del ser humano. Desde el punto de vista educativo, actúa como sostén de la estabilidad emocional, promoviendo la autoestima y apertura al entorno (Ávila de Encío, 2018).

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Además, investigaciones en el campo de la Neuroeducación muestran que el tipo de interacción que se establece entre principales cuidadores-niños es diversa, por lo que a su vez provee diferentes bases para lo que atañe al aprendizaje, a la atención, a la memoria, al lenguaje, a las gnosias, praxias y a las emociones (Campos, 2019).

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

MARCO TEÓRICO

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CAPÍTULO 1

APEGO

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Introducción

Diversos estudios ponen de manifiesto que los adolescentes sanos, felices y seguros de sí mismos son el resultado de familias estables en las que predomina un apego sólido, donde ambos cuidadores principales otorgan tiempo, atención y cuidado a los hijos (Bowlby, 2009; Grinker, 1962; Offer, 1969). Por el contrario, el apego inseguro, reduce la posibilidad de que los hijos desarrollen una visión positiva de sí mismos y de los demás, y limita la exploración social (Bowlby, 2009).

Distinción entre apego y conducta de apego

Como mencionara el psiquiatra y psicoanalista que formuló la teoría del apego, es preciso realizar una distinción entre apego y conducta de apego. Afirmar que un niño o que una persona mayor está apegada a alguien significa que está completamente abierta a buscar la proximidad y el contacto con ese otro individuo, sobre todo en ciertas situaciones. Esta disposición del comportamiento es característica de la persona apegada, un atributo permanente que se modifica de a poco con el paso del tiempo y que no se ve afectado por la situación del momento. En contraposición, la conducta de apego se refiere a cualquiera de las distintas maneras de conducta que la persona adquiere de vez en cuando para alcanzar y/o sostener una proximidad deseada (Bowlby, 2009)

La conducta de apego es cualquier manifestación que tiene como producto la ganancia o el sostenimiento de la proximidad con otra persona claramente identificada, a la que se considera con mayor capacidad para hacer frente al mundo. Esto resulta sumamente evidente en los momentos en que el individuo está asustado, cansado o enfermo, y se siente tranquilo con el consuelo y los cuidados recibidos. En otros momentos, la conducta es menos evidente (Bowlby, 2009). “Sin embargo, saber que la figura de apego es accesible y sensible le da

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

a la persona un fuerte y penetrante sentimiento de seguridad, y la alienta a continuar y valorar la relación” (Bowlby, 2009, p. 40).

Tal como menciona Bowlby (2009), la conducta de apego se observa a lo largo de todo el ciclo vital, no sólo en las primeras etapas de la vida y se la considera parte integral de la vida humana, de allí la pertinencia de la población abordada en el presente estudio. Además, la idea de apego fue expresada para conceptualizar una manera de conducta de gran importancia no solo para los clínicos y psicólogos experimentales, sino también para los padres, ya que la función biológica de esta conducta es la de la protección. Asimismo, dado que esta teoría es la de mayor peso dentro del desarrollo socioafectivo y a pesar de haber comenzado a estudiarse hace más de 7 décadas, actualmente permanece vigente.

Aunque la conducta de apego puede ser expresada en distintas circunstancias con una variedad de sujetos, un apego perdurable o un vínculo de apego está reducido a unos pocos. Existen pruebas evidentes de que casi todos los niños generalmente priorizan a una persona, mayormente su figura materna, a la cual recurren cuando están afligidos; aunque en su ausencia, se apoyarán con alguna otra figura, preferentemente alguien a quien conocen. Incluso, por lo general, los chicos demuestran una evidente jerarquía de preferencias (Bowlby, 2009). Cabe destacar que, así como el dolor y la incomodidad se reducen en el contacto con la figura de apego, asimismo lo positivo se engrandece y se vuelve más potente (Di Bártolo y Seitún, 2019).

El apego se entiende como un vínculo afectivo particular que se produce con aquellas personas que resultan significativas ya que fueron y son capaces de otorgar seguridad, cuidados y calma en los momentos de tensión (Ainsworth, 1969; Di Bártolo, 2018, citado en Sánchez, 2020) . Siguiendo a Di Bártolo y Seitún (2019), el vínculo de apego se edifica poco a poco en la interacción diaria y continua entre su cuidador (habitualmente los padres) y el niño. Este vínculo

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

es el que lo une a los padres en la infancia, y a lo largo de los años a personas distintas, que van complementando o supliendo esos primeros lugares de los padres: la pareja, hermanos, el amigo íntimo. Lo peculiar del vínculo de apego es que otorga seguridad y permite recobrar el equilibrio emocional cuando se altera.

“La cercanía física de los padres se combina con su disponibilidad, con la sintonía emocional y la empatía, con miradas, estimulación, juego, comunicación, buenos cuidados, llevando a un vínculo día a día más rico, placentero, nutricional, amoroso, confiable” (Di Bártolo y Seitún, 2019, p. 9). La solidez del apego otorga la estructura que sostiene, de manera tal de no requerir armar escudos para defender y apoyar, tanto al otro como a uno mismo. No solo contribuye el ambiente seguro que se da al niño sino cómo se vivencia el contexto. Cuando los vínculos de apego funcionan bien, resultan ser espacios estables donde las personas pueden crecer y florecer (Di Bártolo y Seitún, 2019).

La teoría del apego intenta explicar tanto la conducta de apego- con su ocasional aparición y desaparición- como los apegos perdurables que los niños y sujetos mayores tienen con otras personas determinadas (Bowlby, 2009). En esta teoría, el concepto de apego no habla de todos los puntos de vista de una relación próxima. No equivale al amor o afecto, ni hace referencia al lazo afectivo que puede conectar a una persona con otra (Di Bártolo y Seitún, 2019).

Tipos de apego

Un total de 56 niños (Bowlby, 1986) fueron estudiados mediante un método acuñado por Ainsworth y Bell (1970). El mismo fue conocido como Situación extraña o Situación del extraño y permitió observar la relación entre las conductas de apego y las formas de exploración del niño, ante la presencia o ausencia de la madre. Esta situación experimental constaba de los siguientes momentos:

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

1º La madre y el niño son incorporados a una sala de juegos en la que se introduce una persona extraña.

2º Mientras la persona juega con el niño, su madre se va de la sala y lo deja con la persona desconocida.

3º La madre retorna y vuelve a salir, en esta ocasión con la persona extraña, por lo que el niño queda completamente solo.

4º Finalmente regresan ambas a la sala.

Además, en este estudio cuidadosamente realizado en Baltimore, Estados Unidos, la autora analizó a 23 de los 56 niños de la muestra total en sus hogares con sus madres (Bowlby, 1986). Luego de la observación, Ainsworth halló notorias diferencias individuales en el modo de proceder de los niños ante esta situación experimental. Estas disparidades le permitieron describir tres patrones de conducta que representaban a los distintos tipos de apego constituidos:

1. Niños de apego seguro: luego de ingresar a la sala de juegos, los niños comenzaban a examinar pero utilizando a su madre como base. Cuando esta salía, su conducta exploratoria disminuía y se los veía afectados. El retorno de la madre los hacía poner contentos nuevamente y se acercaban a ella en busca de contacto físico unos momentos, para después seguir explorando.

En los niños que examinó en su hogar, halló que sus madres eran muy sensibles y responsivas a las llamadas del bebé, se mostraban disponibles cuando los hijos las requerían. Mientras que los niños no lloraban mucho en casa y utilizaban a sus madres como base segura para explorar.

Ainsworth consideraba que estos niños se mostraban con un patrón saludable en sus conductas de apego. La respuesta de todos los días de parte de sus madres les había otorgado confianza como modo de protección, por lo que su simple presencia en la Situación extraña los instaba a explorar el contexto. Al mismo tiempo, sus respuestas a su ida y vuelta develaban la imperiosa necesidad que tenían de su proximidad.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Este tipo de apego seguro se presentó en aproximadamente el 65-70% de los niños observados en la anteriormente mencionada ciudad de Estados Unidos (Oliva Delgado, 2004).

2. Niños de apego inseguro-evitativo: desde el inicio empezaban a sondear y examinar los juguetes, pero sin usar a su madre como base segura, ya que la ignoraban; no se detenían a chequear si estaba presente. Al salir la madre de la habitación, no se veían afectados ni buscaban la cercanía o el contacto físico con ellas en su retorno. Inclusive si su madre era la que buscaba el contacto, ellos lo rechazaban. Se los notaba con bastante independencia en la Situación del extraño.

Dada su conducta de independencia en la situación experimental, como primera apreciación, esta podría ser interpretada como una conducta saludable. No obstante, Ainsworth percibió que se trataba de niños con problemas emocionales; su desapego era similar al exhibido por los niños que habían vivido separaciones angustiosas.

Lo observado en el hogar compartía esta interpretación, debido a que las madres de los mencionados niños se mostraban relativamente insensibles a los pedidos de sus hijos y con marcado rechazo. A su vez, los niños se habían mostrado inseguros, y en ciertos casos con excesiva preocupación por la cercanía de la madre, llorando fuertemente cuando dejaba la habitación.

Ainsworth realizó una interpretación general en la que dedujo que cuando estos niños ingresaban en la Situación extraña entendían que no podían contar con el apoyo de su madre y de esta manera reaccionaban a la defensiva y siendo indiferentes. Habiendo padecido varias negativas en el pasado, intentaban rechazar el hecho de que necesitaban de su madre para evitar frustrarse. Es así que al regresar la madre a la habitación, ellos desistían de mirarla, negando todo tipo de sentimientos hacia ella.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Este tipo de apego inseguro-evitativo se halló en aproximadamente el 20% de los niños estudiados (Oliva Delgado, 2004).

3. Niños de apego inseguro-ambivalente: al ingresar a la sala, estos niños casi no se detenían a explorar dado que se mantenían preocupados por ubicar a sus madres. Cuando estas salían de la habitación, la pasaban mal, mientras que cuando volvían se mostraban ambivalentes. Estos niños oscilaban entre la irritación, la renuencia al contacto, el acercamiento y las conductas de sostenimiento de contacto.

En sus hogares, las madres de estos niños habían actuado de manera inconsistente, mostrándose sensibles y cálidas algunas veces, y frías e insensibles en otras ocasiones. Estos patrones de comportamiento produjeron en el niño sentimientos de inseguridad sobre la disponibilidad de la madre cuando la llegaran a necesitar.

El porcentaje que las investigaciones realizadas en Estados Unidos encuentran de este tipo de apego se aproxima al 10%. Sin embargo, en estudios llevados a cabo en Israel y Japón se hallan porcentajes más altos (Oliva Delgado, 2004).

Como era de esperarse, se observó que los niños exploraban y jugaban más estando su madre, y que esto menguaba al entrar la persona desconocida y, sobre todo, al salir la madre. A partir de estas observaciones, resultaba evidente que el niño usaba (y usa) a su madre como una base segura para la exploración, y que la sensación de cualquier peligro encendía las conductas de apego y hacía desaparecer las conductas exploratorias (Oliva Delgado, 2004).

De acuerdo con Di Bártolo y Seitún (2019), el niño que percibe que cuenta con una base segura, no precisa dirigir continuamente su atención a la figura de apego. Puede ocuparse- incluso arriesgarse- a explorar el contexto, a relacionarse con otros, a examinar el mundo físico y social. De forma contraria, en el instante en que duda acerca de si la figura de apego se encuentra

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

asequible, estas actividades se detienen y la atención se concentra en sostener la proximidad a dicha figura. La figura de apego desempeña dos funciones básicas. Una es la de puerto, aquella que le posibilita a la persona volver a buscar protección cuando tiene la necesidad. La otra función la complementa y es contraria: le permite retirarse, apartarse; es la de base. Es decir que se requiere que la figura de apego esté, no solo para regresar a ella sino también para alejarse. En cuanto se puede asegurar que está, se puede soltar también.

Di Bártolo y Seitún (2019) sostienen que el hecho de aprender a cuidar y comprender al propio bebé es un proceso, una construcción que se va realizando a medida. Consideran que facilitar un apego seguro no quiere decir tener al bebé pegado al cuerpo la mayor parte del tiempo, ni amamantarlo durante muchos años, ni dormir juntos en la misma habitación y cama. El tipo de crianza que da pie al apego positivo y seguro de un hijo hacia sus padres no se simplifica a eso. En este sentido, la crianza con apego comprendida de esta manera es una forma de simplificar los grandes hallazgos de la teoría del apego para la crianza, que luego puede resultar confusa para los padres.

Luego de descriptos los distintos tipos de apego y sus manifestaciones, es necesario aclarar que, ni Bowlby ni la teoría del apego en sí misma, expresaron o expresan que el desarrollo de un apego inseguro durante la infancia causa necesariamente patología a lo largo de las etapas del ciclo vital. Lo que se pregona es que la inseguridad en el apego ocasiona vulnerabilidad para que esto suceda (Sroufe, 1999 citado en Marrone, 2001). Es por esto que se debe tomar conciencia de la importancia del tema para poder acompañar y educar personas saludables tanto física como psíquicamente.

Apego y adolescencia

Desde la mirada de la teoría del apego, la adolescencia es una etapa de transición, de cambios profundos en las estructuras comportamentales, emocionales y cognitivas, en la medida en que los adolescentes pasan de ser

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

cuidados a ser cuidadores de otro ser humano (Allen y Land, 1999, citado en Carreras et al. 2008).

Uno de los tantos beneficios significativos de poseer una relación cercana y confiada con los padres en la infancia es que esa estrechez y seguridad permanecen en el período evolutivo de la adolescencia. A pesar de que los adolescentes se alejen de manera física y emocional de sus padres para poder lograr la individuación y hallar su propia voz, dentro de ellos queda afianzada la base sobre la cual pararse durante su crecimiento. Les queda, además, la convicción de tener un puerto seguro al que regresar en momentos de dificultad, o simplemente para descansar.

Una relación de apego seguro con los padres, o por lo menos con uno de ellos, es un tesoro para los adolescentes, ayuda para que ellos mismos preserven el criterio ante las propuestas tentadoras de sus pares, de la sociedad consumista, de la propia cultura en la que están insertos.

No es posible proteger a los hijos de que sean lastimados por sus pares u otras personas o ampararlos de las circunstancias de la vida. Todos se equivocarán en su camino, se golpearán, tomarán decisiones erradas, sufrirán burlas o traiciones, incluso ellos mismos lastimarán a otros. Sin embargo, al haber estado y aún seguir estando cercanos y otorgándoles atención, al brindar un contexto claro y delimitado, al acompañarlos en sus experimentaciones, al fortalecer su autoestima valorando su ser único incluyendo las diferencias, y al propiciar la iniciativa y la asertividad, los padres les ofrecen una base sólida sobre la cual se pueden apoyar en esos momentos (Di Bártolo y Seitún, 2019).

Antecedentes sobre los correlatos del vínculo de apego

En cuanto a estudios previamente realizados sobre las variables en investigación, se halla el ejecutado por Sánchez (2020), el cual encontró que el apego seguro se correlaciona de manera positiva con todas las dimensiones de la empatía, fundamentalmente con la de conciencia de otros. Además, se halló

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

que los niños que desarrollaron un apego inseguro, tanto evitativo como ambivalente, presentan mayores dificultades en el desarrollo de la empatía, principalmente en la dimensión de contagio emocional. Se llegó a la conclusión de que los niños con apego seguro logran el desarrollo de la empatía dado que en sus primeros años de vida existió alguien que respondió sensiblemente a sus necesidades, que tuvo empatía con ellos y por lo tanto ellos también aprendieron a ser empáticos. Por el contrario, aquellos niños que desarrollaron un apego inseguro, que no contaron en sus primeros años de vida con un cuidador con sensibilidad y empatía, se vieron imposibilitados para desarrollar la capacidad empática.

Balabanian et al. (2013), señalan que los distintos tipos de apego constituidos en la infancia, predicen en gran medida las relaciones vinculares posteriores, tanto con los padres, como con los iguales y con una relación de pareja futura. Para estas investigadoras, hay pruebas de que las personas que construyeron un apego del tipo seguro con sus padres expresan hacia las personas con las que se relacionan, una actitud básica de confianza.

Las mismas autoras (2015), concluyeron que un mayor grado de apego seguro se correlaciona de manera positiva con la conducta prosocial, puntualmente en cuanto a acciones ejecutadas como respuesta ante una necesidad concreta.

Ciertos estudios coinciden en que los adolescentes con modelos de apego seguro se expresan de manera más cómoda en las interacciones afectivas íntimas características de las relaciones de amistad (Allen et al. 2007; Sroufe et al. 2005, citado en Oliva Delgado, 2011), posiblemente dado que estas personas suelen manejar mejor sus respuestas emocionales en situaciones de estrés. A pesar de que algunos autores han sugerido que la seguridad en el apego resulta mayormente determinante del modo de funcionar en relaciones íntimas de pareja que en relaciones con pares con menor cercanía afectiva, se hallan datos que

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

alientan la influencia de seguridad del adolescente con medidas generales de competencia social tales como la popularidad y la aceptación social (Allen et al., 2007, citado en Oliva Delgado, 2011).

Por el contrario, los adolescentes con modelos de apego inseguro evitativo suelen manifestar una comunicación distorsionada y expectativas con características negativas respecto a los otros, que les ocasionan dificultades en el funcionamiento social (Cassidy et al. 1996, citado en Oliva Delgado, 2011). Además, su descontento en las relaciones interpersonales los hará mantenerse alejados emocionalmente de aquellas personas que podrían llegar a ser amigos íntimos, por lo que suelen ser calificados como más hostiles y distantes (Larose y Bernier, 2001, citado en Oliva Delgado, 2011). Cuando se trata de adolescentes ambivalentes o preocupados, los resultados son menos convincentes. Por un lado, su inclinación por la intimidad y la búsqueda de apoyo hará que posean un mejor desempeño social que aquellos que son autosuficientes. Por otro lado, los predispondrá para estar muy ansiosos acerca de cómo vivenciar las relaciones íntimas y de la disponibilidad y apoyo de los demás. Es por esto que, a pesar de que estos adolescentes muestran un interés hacia los demás y mucho atractivo por las relaciones sociales, su ansiedad excesiva los dispondrá a un pobre desempeño en ellas (Seiffgekrenke, 2006, citado en Oliva Delgado, 2011).

Es necesario mencionar que, a pesar de que existen numerosas investigaciones sobre el apego en las primeras etapas del ciclo vital, no se hallan tantos estudios sobre la incidencia del apego seguro en los adolescentes. Es por ello que con el presente trabajo se aspira a brindar evidencias de que resulta relevante que los padres e hijos adolescentes basen sus vínculos en el cariño, la proximidad y el buen diálogo, sin dejar olvidado esto solo para los primeros años de vida del hijo.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

El modo de cuidar a todas las personas en los primeros tiempos, predecirá el modo en que dicho bebé, luego niño, adolescente y futuro adulto, transita su vida y sus vínculos. “La regulación emocional y el estado mental de seguridad provienen de la conexión afectiva profunda con una figura de apego, no solo en la infancia sino en todas las edades” (Di Bártolo y Seitún., 2019, p. 31).

La relación de apego se transforma en un espejo a través del cual primero el niño y luego el adolescente al que se hace referencia, se mira a sí mismo y observa a su entorno: en la instancia de escoger amigos, parejas, ese modelo vincular colaborará para que se queden con aquellas personas que le brinden una relación positiva y, en cambio, para que se alejen de las personas que le ofrecen todo lo contrario (Di Bártolo y Seitún., 2019).

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CAPÍTULO 2

HABILIDADES SOCIALES

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Introducción

Los adolescentes se muestran con frecuencia en actividades específicas que implican dejar las relaciones de apego con sus padres o figuras adultas de confianza para comenzar vínculos nuevos que puedan persistir más allá de la adolescencia (Fraley y Davis, 1997, citado en Carreras et al. 2008). Los vínculos con los pares se vuelven relevantes y cumplen varias funciones que perdurarán a lo largo del ciclo vital, al ofrecer intimidad, retroalimentar las conductas sociales así como los vínculos de apego (Carreras et al. 2008).

Definición de habilidades sociales o conducta asertiva

Caballo (2007) define a las habilidades sociales como el grupo de conductas manifestadas por un sujeto, en un ámbito interpersonal, de un modo apropiado al momento en el cual expresa sentimientos, deseos, actitudes, opiniones o derechos. A su vez, respeta tales conductas en los otros y por lo general resuelve los conflictos inmediatos de la situación al mismo tiempo que minimiza la probabilidad de problemas futuros.

Si bien no hay un concepto universalmente aceptado para definir a las habilidades sociales, existe consenso en la utilización del término habilidades, el cual remite a que la conducta interpersonal reside en un conjunto de capacidades aprendidas (Caballo, 2007).

Siguiendo al mencionado autor, los modelos teóricos de la personalidad remarcan que las personas suponen previamente una capacidad inherente para proceder de manera eficaz, mientras que las teorías conductuales enfatizan en que la capacidad de responder debe adquirirse y que esta consiste en un grupo de fácil identificación de conductas puntuales. Asimismo, la posibilidad de suceso de cualquier habilidad en cualquier momento crítico está determinada por factores ambientales, características de la persona y la interacción entre ambas variables. Por lo tanto, una correcta definición de la conducta socialmente habilidosa supone la especificación de tres elementos de la habilidad social: una

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

dimensión conductual (tipos de conductas), una dimensión cognitiva y una dimensión situacional (situaciones dentro de un contexto ambiental) (Gismero González, 2002).

“Las personas socialmente habilidosas se diferencian de las no habilidosas en dimensiones tanto conductuales como cognitivas y fisiológicas; lo motor, lo fisiológico y lo cognitivo conforman un sistema de relaciones interdependientes” (Lang, 1968, citado en Almaraz Feroso et al., 2019, p. 193).

Gismero González (2002) considera a las habilidades sociales y a la conducta asertiva como términos semejantes, debido a que distintos autores se refieren a estos mencionando contenidos idénticos. Se estima preferible el uso de cualquiera de ellos antes que conceptos como asertividad o persona asertiva, dado que estos incluyen la existencia de un rasgo unitario y estable, lo cual no se ha visto que pueda sostenerse de forma empírica.

Luego de realizar las anteriores aclaraciones sobre los términos, Gismero González (1996, 2002) definió a la conducta asertiva/socialmente habilidosa como

“el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto- reforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir refuerzo externo (Gismero González, 2002, p. 14)”.

Fernández Ballesteros (1994, citado en Lacunza y Contini, 2011), delimitó ciertas características que contienen las habilidades sociales:

- Heterogeneidad: debido a que estas habilidades abarcan una variedad de comportamientos en las distintas etapas del ciclo vital, en una diversidad

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

de niveles de funcionamiento y en todos los ambientes en los que se desenvuelve el ser humano.

- Naturaleza interactiva del comportamiento social: por lo que las interacciones se producen en un determinado contexto, la conducta de la persona es interdependiente y está ajustada a los comportamientos de los interlocutores. La conducta social es realizada de forma integrada y se da con una secuencia establecida.
- Especificidad situacional del comportamiento social: ya que se deben tener en cuenta los diversos contextos socioculturales de manera indispensable.

Surgimiento, desarrollo y antecedentes

Caballo (2002) considera que el estudio científico y sistemático de las habilidades sociales tiene tres fuentes. La primera de estas, la cual es generalmente reconocida como la única o la más importante, hace referencia al trabajo precursor de Salter (1949) denominado Terapia de reflejos condicionados, a la vez influenciado por Pavlov en sus estudios sobre la actividad nerviosa superior. El trabajo de Salter fue continuado por Wolpe (1958), quien fue el primer autor en utilizar el concepto asertivo y luego por Lazarus (1966). El primer libro dedicado de manera exclusiva a la asertividad o habilidades sociales y el cual se denominó *Estás en tu perfecto derecho*, fue el de Alberti y Emmons (1970).

Los trabajos sobre competencia social, de Zigler y Phillips (1960, 1961), constituyen la segunda fuente. Esta investigación fue realizada con adultos institucionalizados y se demostró que cuanto mayor era la competencia social anterior de los pacientes internados en el hospital, menor era la duración de su estadía en este y a su vez más baja la tasa en las recaídas. Resultó ser que el nivel de competencia social previo a la internación fue mejor predictor del ajuste

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

posterior a la hospitalización que el propio diagnóstico psiquiátrico o el tratamiento recibido en el nosocomio.

El pronunciamiento de las habilidades sociales tuvo además parte de sus cimientos históricos en el término habilidad, otorgado a las interacciones hombre- máquina, en la cual la analogía de los dos sistemas involucraba cualidades perceptivas, decisoras, motoras y otras características referidas al procesamiento de la información. Mediante la aplicación del concepto de habilidad a la estructura hombre- hombre, se dio lugar a un gran trabajo sobre habilidades sociales en Inglaterra (Argyle, 1967, 1969; Argyle y Kendon, 1967 y Welford, 1966, citados en Caballo, 2002), sitio de donde surge la tercera fuente científica.

Por lo tanto, se puede afirmar que el estudio sobre habilidades sociales tuvo un origen y un hincapié distintos en Estados Unidos con las dos primeras fuentes y en Inglaterra, con la tercera fuente. Sin embargo, hubo gran coincidencia en los temas, métodos y conclusiones de ambos países (Caballo, 2002).

Existe aprobación en la comunidad científica en relación a que el estadio de la infancia y la adolescencia es una instancia de privilegio para el aprendizaje y la práctica de las habilidades sociales, ya que se ha comprobado la relevancia de dichas capacidades en el desarrollo infantil y en el consiguiente funcionamiento social, académico y psicológico (Lacunza y Contini, 2011).

Continuando con el planteo de las autoras, se observa que el desarrollo de las habilidades sociales está ligado a las características evolutivas adquiridas. Se ha estudiado que en la infancia, la configuración de estas habilidades está estrechamente vinculada a las figuras de apego y al grupo primario. Se acentúa en el hecho de que las habilidades sociales, en la etapa preescolar, se enfocan en el aprendizaje de reglas y patrones sobre cómo deberían relacionarse con sus pares y adultos, especialmente con los integrantes del entorno familiar.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Durante estos años, el juego es el principal instrumento para la incorporación y práctica de comportamientos sociales satisfactorios. De hecho, es en la actividad lúdica donde se manifiestan y perduran las interacciones con sus pares. El juego pasa de ser solitario y/o en paralelo a uno más interactivo y de mayor cooperación, por lo que la asunción de roles y la simbolización le permiten al niño salir de sí mismo y comenzar a comprender el mundo social.

En referencia al desarrollo de la competencia social, Hatch (1987, citado en Lacunza y Contini, 2011), realizó distintas investigaciones y halló que, a los cuatro años aproximadamente, estos niños ya suelen tener un autoconcepto formado y que continúa en formación. Este sencillo conocimiento de sí mismo facilita que el niño forme relaciones amistosas, fundamentalmente con aquellos pares que los saludan, les sonríen, les ofrecen ayuda o poseen una mayor cercanía física. El hecho de ayudar a otros niños o compartirles la merienda o los juguetes, constituye una de las primeras manifestaciones prosociales del pequeño que se encuentra en preescolar. Sin embargo, además existen investigaciones (Lacunza y Contini, 2011) que dan cuenta de que estos comportamientos aparecen incluso desde los dos años de vida aproximadamente y se evidencian en el ámbito familiar.

El ingreso al colegio indica la utilización de habilidades sociales de mayor complejidad, debido a que esta esfera implica la comprensión y la expresión de sentimientos y comportamientos sociales más jerárquicos. En esta fase, la inclusión del niño en situaciones interpersonales es cada vez más grande ya que sus contextos significativos se van ampliando y se involucra participando activamente en ellos.

En la entrada del niño al ámbito escolar, se instaura la segunda socialización. El hecho educativo se da en un entorno social, con características propias, donde los comportamientos sociales de los actores que intervienen (alumnos, maestros e interacción entre ambos) resultan de suma importancia,

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

tanto para el proceso educativo como para el desarrollo de la competencia social infantil (Semrud-Clikeman, 2007, citado en Lacunza y Contini, 2011).

En los adolescentes, la adquisición y práctica de las habilidades sociales resulta aún más compleja que en los escolares pequeños, por lo que se puede decir que la adolescencia es un período crítico para esta variable. Sucede que, por un lado, los adolescentes deben dejar de lado comportamientos propios de la niñez debido a que en su lugar tienen que adoptar comportamientos que resultan más desafiantes para las normas sociales; mientras que por otro lado, se les exigen comportamientos sociales más elaborados de parte del entorno adulto (Zavala Berbena et al., 2008, citado en Lacunza y Contini, 2011).

El rol de las habilidades sociales es primordial para aproximarse a los pares, conformar una pareja y participar en distintos grupos. A su vez, para la configuración de la identidad del adolescente, la interacción con pares es fundamental.

La inclusión y participación en grupos de pares resulta indispensable en la adolescencia, ya que le permiten a la persona, entre otras cosas, lograr la elaboración de ideas, la discusión de puntos de vista, desarrollar amistades y el enamoramiento. Aunque el grupo de pares colabora en la delimitación de intereses, identidad y habilidades sociales, la influencia de estos no siempre resulta positiva para el adolescente. Esto se debe a que se observan grupos que fomentan una socialización ligada a las conductas agresivas y al alejamiento de los comportamientos que socialmente se espera de ellos (Lacunza y Contini, 2011).

Tal como se viene mencionando, el ser humano es social por naturaleza. Desde el nacimiento, se genera un complejo pero maravilloso entramado entre las bases biológicas y las relaciones sociales para que la persona se torne experta en relacionarse con otros: desde mirar a los ojos, entender rostros y

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

emociones, comenzar interacciones hasta hacer amigos y resolver conflictos (Grañana, 2014).

Aún cuando este proceso complejo implica una gran predisposición biológica y se asienta fuertemente en el desarrollo de sistemas cerebrales, la presencia de la otra persona es de igual relevancia para activarlos. Es decir que las habilidades sociales en sí mismas, no son innatas, sino que son adquiridas por la persona en la medida en que toma contacto con otros.

Una habilidad primordial en este proceso complejo es el llamado mecanismo de la teoría de la mente. Los orígenes de este concepto se hallan en los trabajos pioneros de David Premack y Guy Woodruff (1978, citado en Grañana, 2014) y se refiere a la “habilidad para comprender y predecir la conducta de otras personas, sus conocimientos, sus intenciones, sus emociones y sus creencias” (p. 391).

A modo de resumen de lo expuesto anteriormente, Cohen Imach et al. (2010) manifiestan que para que las habilidades sociales se adquieran más fácilmente, se requiere de la presencia de los siguientes factores:

- El vínculo temprano madre- hijo: este es sustancial en la organización psíquica del niño y por lo tanto, en el desarrollo de habilidades sociales.
- Las interacciones con los pares: el mayor crecimiento emocional se da entre los 6 y los 12 años. Los niños internalizan los sentimientos de vergüenza y orgullo, los cuales dependen de cuán conscientes sean de sus acciones y de la clase de socialización recibida. Asimismo, se afianza el autoconcepto del niño y, mientras este crece, puede entender y controlar las emociones negativas y a su vez expresarlas de manera correcta, como también consigue entender las emociones de los demás.

Clasificación de las habilidades sociales

Así como existe una variedad de definiciones de las habilidades sociales o conducta asertiva, es que se hallan numerosas clasificaciones de las mismas.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Para la presente investigación, se recogen aquellas que resultan de interés y relevancia para el enriquecimiento de ésta, como así también las que se consideran importantes en el ámbito científico.

Peñafiel y Serrano (2010) citado en Corrales y Schroeder (2018) manifiestan que se pueden hallar tres tipos de habilidades sociales según la clase de destrezas desarrolladas por la persona:

- Cognitivas: son aquellas asociadas con el pensar y en las que intervienen aspectos psicológicos. Se pueden mencionar: reconocimiento de gustos, deseos y necesidades, en uno mismo y en los demás; identificación y discriminación de conductas socialmente aceptables. Además, Loyola Cornejo (2012) agrega la resolución de problemas, la autorregulación y el reconocimiento de estados anímicos propios y de los demás.
- Emocionales: habilidades en las que están implicadas la exteriorización de distintas emociones como la alegría, la ira, la tristeza.
- Instrumentales: son aquellas que tienen un provecho y están relacionadas con el actuar. Entre ellas se encuentran: las conductas verbales como el comienzo y el mantenimiento de diálogos y la realización de preguntas y respuestas; las conductas no verbales como gestos, contacto visual, posturas, intensidad, tonos de voz y ritmo.

Gismero González (2002), utiliza una clasificación de habilidades sociales o respuestas asertivas, a partir de la cual elabora la Escala de Habilidades Sociales. Dicha clasificación consta de los siguientes factores:

- Autoexpresión en situaciones sociales: habilidad que tienen las personas para expresarse de forma espontánea en diferentes situaciones sociales y contextos.

Cada sujeto tiene derecho a expresar de manera voluntaria sus preferencias personales, su opinión, su postura ante un tema. Puede estar potencialmente de acuerdo o en desacuerdo con lo que opinan otras

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

personas, sin presionar ni forzar para coincidir (Caballo, 2002, citado en Firpo, 2018).

- Defensa de los propios derechos como consumidor: habilidades para ser asertivo frente a personas desconocidas haciendo valer positivamente los derechos personales en situaciones de consumo.
- Expresión de enfado o disconformidad: habilidad para expresar sentimientos negativos justificados y evitar conflictos o confrontaciones con otras personas.

Si bien cada persona tiene el derecho de expresar sus sentimientos de disconformidad, esto debe hacerlo dejando de lado la agresividad y actuando de forma socialmente aceptable.

- Decir no y cortar interacciones: habilidad para poder “decir que no” y finalizar relaciones interpersonales que no se quieren o no se pueden sostener.
- Hacer peticiones: capacidad para pedir y expresar lo que la persona necesita o desea a los demás de forma adecuada.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: habilidades para establecer contacto e interactuar con el sexo opuesto, pudiendo realizar espontáneamente expresiones verbales positivas o cumplidos.

Si bien todas estas habilidades resultan de gran relevancia, el presente trabajo investigativo estará orientado especialmente al análisis de la autoexpresión en situaciones sociales. Más allá de las circunstancias puntuales (ej. como cuando el adolescente debe defender su propio derecho como consumidor, hacer una petición o relacionarse con una persona del sexo opuesto), interesa fundamentalmente conocer la capacidad del adolescente para expresar espontáneamente y sin ansiedad sus propias emociones, puntos de vista y opiniones en una variedad de situaciones. Se considera que esta es una

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

habilidad crucial en esta etapa de la vida donde las interacciones sociales reflejan tanta complejidad.

Impacto sobre el desarrollo/ bienestar psicosocial/ salud mental

Denham et al. (1990) señalan que aquellos que pueden utilizar adecuadas estrategias de resolución de problemas, son los que mantienen relaciones satisfactorias con sus pares. Es por esto que la resolución de problemas se puede ver como una capacidad que fomenta el desarrollo de las habilidades sociales (Lacunza y Contini, 2011).

Otras herramientas relevantes en las primeras etapas de la vida son la competencia para esperar turnos, hacer silencio y oír a los que están hablando, la capacidad para comenzar un diálogo, para jugar de manera correcta e integrar grupos (Lacunza y Contini, 2011). Como se observa y se mencionó en apartados anteriores, son numerosas las características y situaciones que resultan positivas para el desenvolvimiento de las habilidades sociales.

Asher y Williams (1987, citados en Lacunza y Contini, 2011) manifiestan que algunas características individuales de la persona son capaces de acrecentar el desarrollo de las habilidades sociales. Entre estas características se resaltan el sentido del humor y la capacidad de tolerar burlas. Es preciso aclarar que esto último no quiere decir que los niños o adolescentes deban sufrir burlas, sino que, ante la aparición de estas, sean capaces de enfrentarlas y de responder de manera asertiva, sin caer en la devolución de la mala conducta recibida de parte de otros. Tal como mencionara Frankl (2016, p. 95), “al hombre se le puede arrebatar todo, salvo una cosa: la libertad humana- la libre elección de la acción personal ante las circunstancias- para elegir el propio camino”. Asimismo, uno de los referentes más destacados de la psicología del siglo XX y fundador de la logoterapia, sostiene que “el humor es otra de las armas del alma en su lucha por la supervivencia. Es sabido que el humor, más que cualquier otra

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

cosa en la existencia humana, proporciona el distanciamiento necesario para sobreponerse a cualquier situación” (Frankl, 2016, p. 74).

A partir de diversos estudios que se han llevado a cabo, se expresa que la autoestima, la autorregulación en el comportamiento, la adopción de roles, entre otros aspectos, están condicionados por las habilidades sociales desarrolladas, tanto en la infancia como en la adultez. Esto es fundamental, como se mencionó anteriormente, no solo por la dimensión relacional, sino que repercute también en distintos contextos, como el escolar, el familiar y el social (Lacunza y Contini, 2011, citado en Almaraz Feroso et al., 2019).

Además, en numerosas investigaciones (Arón y Milicic, 1999, citados en Firpo, 2018), se ha observado que existe una relación entre los problemas en el desenvolvimiento de las habilidades sociales en la etapa infantil y consiguientes desarreglos tales como la frustración académica, alteraciones en la conducta producto del alcoholismo y la depresión y comportamientos delictuosos en la etapa adulta. Es por ello que la investigación de estas habilidades resulta de gran importancia.

Se ha verificado que los alumnos que muestran inconvenientes para relacionarse o para que sean aceptados por sus compañeros de clase, poseen una tendencia a presentar dificultades a largo plazo relacionadas con comportamientos agresivos, abandono escolar y educativo y con perturbaciones psicológicas en la adultez (Arias Martínez y Fuertes Zurita, 1999; Ison, 1997; Michelson et al., 1987 y Monjas Casares et al., 1998). Si bien las habilidades sociales son valiosas en cuanto a los vínculos con los pares, también le posibilitan al niño y adolescente asumir roles y normas sociales (Michelson et al., 1987). Lo cual resulta de suma importancia ya que les permitirá insertarse y desenvolverse en la vida adulta de manera adecuada y esperada para su cultura o ambiente.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Psicología positiva y factores protectores

El modelo salugénico no hace hincapié en la enfermedad, sino que enfatiza en el crecimiento de las potencialidades. Este enfoque tiene en cuenta la experiencia de la persona como una unidad y sigue una perspectiva continua del funcionamiento humano, situando a las buenas y malas experiencias en los extremos del continuo (Lupano Perugini y Castro Solano, 2010, citado en Lacunza, 2012). El concepto de promoción de la salud, que comprende acciones orientadas a propiciar la inclusión de prácticas saludables y la transformación de condiciones sociales, económicas y ambientales (Ministerio de Salud de la Nación, 2010), es un antecedente del surgimiento del enfoque salugénico (Lacunza, 2012).

Una manifestación reciente del modelo salugénico es la Psicología positiva. Esta corriente surgió a fines del siglo XX en manos de Martín Seligman y otros psicólogos norteamericanos. El propósito inicial de su nacimiento fue alentar el estudio de los aspectos psicológicos positivos del ser humano, un área que los investigadores no tenían en consideración hasta el momento (Hervás, 2009).

En su estudio, Martín Seligman recomendó que el campo de investigación se orientara en tres bloques: el análisis de las emociones positivas, de los rasgos positivos y de las organizaciones positivas. Varios investigadores (Peterson, 2006, citado en Hervás, 2009) añaden un bloque más para la investigación: las relaciones positivas. Este último punto, sin dudas, constituye una variable de relevancia para el presente trabajo investigativo. En este sentido, resulta necesaria la mirada biopsicosocial espiritual del ser humano en estudio. Es decir que el tipo de apego (positivo o negativo) que construyeron con sus padres en las primeras etapas de la vida, debe tomarse como uno de los factores influyentes del desarrollo psicosocial, emocional y conductual del adolescente y futuro adulto en cuestión, no así como un factor determinante ya que se deben tener en cuenta, además, la genética y el ambiente (Pérez et al., 2019).

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Si bien los mencionados bloques del área constituyen una parte fundamental de la indagación, deben ir acompañados del aspecto práctico de la Psicología positiva. Es decir, el desarrollo y aplicación de estrategias específicas, herramientas y programas, orientados tanto a la prevención como a la promoción de la salud (Hervás, 2009). Estos temas resultan fundamentales para la sociedad y período histórico actual.

Además, desde la Psicología positiva se enfatiza en las fortalezas y posibilidades que tiene todo ser humano, más allá de tratar también el estudio de sus dificultades. Casullo y Fernández Liporace (2006, citado en Lacunza, 2012) comparten esta idea y sostienen que esta rama de la Psicología realiza un análisis de las debilidades pero sin dejar de lado las fortalezas propias de los sujetos y los contextos. El foco radica en entender y explicar de qué modo y con qué mecanismos, aún en momentos de mayor estrés, existen personas que pueden desarrollar emociones positivas, recursos de afrontamiento efectivos y proyectos de vida (Lacunza, 2012). Un claro ejemplo de este tipo de personas, es Víktor Frankl (1905- 1997), quien estando en los campos de concentración de Auschwitz, nunca perdió la esperanza y su visión de sentido de vida. Esto, además, lo ayudó al salir del campo, manteniendo su proyecto de vida y dignidad humana como uno de sus pilares fundamentales.

Para la Psicología positiva, el apoyo social se convierte, en todas las etapas de la vida y culturas, en un factor influyente del bienestar de los seres humanos (Reis y Gable, 2003, citado en Lacunza, 2012). Es por esto que resulta preciso plantear un vínculo entre este enfoque y las habilidades sociales, especialmente las que facilitan relaciones satisfactorias y comportamientos prosociales.

En cuanto a la competencia y apoyo social, las habilidades sociales representan una herramienta excepcional para la protección y promoción de la salud. De esta manera, la interacción efectiva con otras personas facilita a niños y adolescentes actuar de manera positiva en momentos de estrés. Desde este

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

punto de vista, ciertas habilidades como entablar conversaciones con pares y adultos, dialogar con pares desconocidos, expresar emociones positivas, llevar a cabo elogios hacia los demás, pueden resultar factores protectores para la salud mental y espiritual (Lacunza y Contini, 2011).

Los vínculos sociales positivos, agradables en la etapa adolescente, constituyen una de las mejores fuentes de bienestar personal. Como expresan Ballester y Gil Llario (2002, citado en Cohen Imach et al., 2010) la competencia social otorga sentimientos de autoeficacia, los cuales representan un elemento fundamental de la autoestima. La satisfacción vital se refuerza en el reconocimiento y aceptación del otro, lo que, a su vez, provoca un impacto favorable en la autoestima (Cohen Imach et al., 2010).

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CAPÍTULO 3

AUTOESTIMA

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Introducción

La autoestima instituida en el vínculo de apego promueve la apertura del hijo a su contexto de una manera cordial, empática y con confianza. De esta manera, los niños pasarán de considerar que valen porque los quieren a pensar que quieren porque son queridos de una forma natural, sin complicaciones ni contradicciones. Es por ello que el mundo debe interpretarse en un entorno de solidaridad, a cambio de la autorrealización egoísta como se ve a menudo hoy en día.

Así, la relación de apego actúa por un lado como factor decisivo de la solidez personal y por el otro, de la socialización de los niños (Ávila de Encío, 2018). Los adolescentes consiguen formar su autoestima a través de la mirada valorativa y equilibrada que les brindan sus padres (Di Bártolo y Seitún, 2019).

Definición de autoestima

El término autoestima ha sido tratado por diversos autores e investigadores, por lo que a continuación se expondrán algunos conceptos de relevancia.

La variable autoestima es definida como la evaluación positiva o negativa que se hace de uno mismo. Es el respeto y la confianza hacia sí mismo, el estar predispuesto y sentirse preparado para enfrentar las diversas situaciones que presenta la vida, el saberse competente para hacer frente a los desafíos (Valdivia et al., 2020).

Rosenberg (1965) citado en Valdivia (2020) propone que la autoestima es fundamental para la persona, implica desarrollar patrones y la realización de comparaciones entre sujetos y el hecho de comprender su característica de ser único como persona. El mismo autor (1965, citado en Casullo y Góngora, 2009) conceptualiza a la autoestima como una postura de positividad y negatividad hacia algo personal como es el sí mismo.

Branden (1969) se refiere a la autoestima como:

- Necesidad: la cual debe ser satisfecha con responsabilidad.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Relación de la competencia y el merecimiento.
- Global: ya que tiene influencia en todas las dimensiones de la persona.
- Postura de autoconfianza y autorespeto.
- Convicción: referida a la acción y dedicación a la vez del sentimiento y la creencia (Iannizzotto, 2009).

Coopersmith (1976) conceptualiza esta variable como la evaluación que la persona realiza de sí misma, manifestando una postura de aprobación o desaprobación, y señala aquella extensión en la que se cree significativa y capaz (Válek de Bracho, 2011).

Maslow (1991) citado en Cacciabue y Neubert (2019) remarca la necesidad de aprecio, que se fragmenta en dos aspectos: el que se tiene de uno mismo: confianza, amor propio, suficiencia; y la estima y el respeto recibido de otras personas: aceptación, reconocimiento. El primer aspecto se refiere a la autoestima.

Para Erikson (1985), la autoestima se va desarrollando en la etapa de laboriosidad frente a inferioridad, en la que el niño tiene que dominar habilidades sociales y académicas. Sucede que al iniciar el ciclo escolar, el niño comienza a compararse con sus pares: si su desempeño es positivo, alcanzará las habilidades de laboriosidad y sentirá seguridad, en caso contrario podrán aparecer sentimientos de inferioridad (Cacciabue y Neubert 2019).

En Válek de Bracho (2011), se establece que la autoestima posee componentes de distinto carácter (Cortés de Aragón, 1999), los cuales son:

- Componente cognitivo: es el llamado autoconocimiento, autocomprensión, autopercepción y autoimagen. Estos términos se refieren a la representación mental elaborada por cada uno acerca de sí mismo, a todas aquellas percepciones, creencias, conocimientos y opiniones de los distintos aspectos de la personalidad. El autoconocimiento es fundamental para autorregularse. La autoestima se

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

verá afectada por la eficacia de cada persona para superar los conflictos por iniciativa propia y para autorrealizarse.

- Componente emocional: los deseos y necesidades de la persona son inseparables de sus sentimientos y emociones. Todos los sentimientos personales determinan la autoestima que será la base de la autorrealización a la que cada uno aspira. En este componente el conjunto de sentimientos se llama autoevaluación, autoaceptación y autovaloración. En cuanto estos resulten asertivos, la persona podrá diligenciar su crecimiento personal. El individuo tiene que ser auténtico, reconocer potencialidades y limitaciones, para así fortalecerse como persona y saber buscar ayuda.
- Componente conductual: se parte de la premisa que la autoestima implica conocerse, valorarse y aceptarse, además involucra acción con lo externo, es decir interactuar y adaptarse al entorno. La conducta que posee una persona con autoestima rica, se conoce como conducta responsable, congruente, autodirigida y autónoma.

Estos componentes están estrechamente relacionados y solo para su explicación es que se delimita una separación entre ellos.

Surgimiento, desarrollo y antecedentes

Rosemberg concibe a la autoestima como una manifestación de actitud originada por fuerzas culturales y sociales. La autoestima se funda en un proceso comparativo que incluye discrepancias y valores. La percepción del sí mismo comparada con los valores propios de cada persona da un indicio del nivel de autoestima personal. A su vez, es a través del transcurso de la socialización que dichos valores esenciales fueron desarrollados. Mientras que los extremos entre el sí mismo ideal y el sí mismo real sean cortos, la autoestima será mayor. En cambio, en el caso en que el trecho entre ambos sea más amplio, la autoestima

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

será más baja, a pesar de que los demás vean de manera positiva a la persona (Casullo y Góngora, 2009).

La autoestima se edifica en los agentes de socialización primaria, entre los cuales están involucrados los familiares, es decir, el grupo primario de socialización, y en el proceso de socialización secundario, que incluye los grupos de pares, medios de comunicación (en la actualidad el papel más relevante lo ocupan, en los adolescentes, las redes sociales y, en los niños, los teléfonos celulares con sus diversas aplicaciones) e instituciones en las que va interactuando el niño y adolescente. Todos estos agentes de socialización sellan en el niño un modo de vida y la interiorización de ideales, valores y creencias que luego evaluará con sus propios criterios (Delpux, 2016; Peker et al., 2017; Simkin et al., 2014, citado en Segagliate, 2021). De esta manera es que en la conformación de la autoestima, en el conocimiento propio de debilidades y fortalezas y en su consiguiente postura positiva o negativa ante los ideales y creencias del entorno, incidirán características individuales de la personalidad y el contexto donde se desenvuelve el sujeto.

Tal como se mencionó, en la familia se produce el primer contexto de socialización, y por lo tanto, es donde se da la formación de la autoestima. Se afirma que la calidad de las relaciones entre los padres y sus hijos es un importante predictor del ajuste del niño en las etapas de la infancia media y tardía.

A través del contexto familiar se le indica al niño por primera vez qué es lo bueno, lo valioso, lo deseable; allí comienza a construir su propio sistema de valores. Las valoraciones positivas o negativas que la familia realice al niño tendrán una gran influencia en la conformación de su autoimagen, debido a la fuerte carga emocional que existe entre el infante y las figuras de apego (Gualda & Lacunza, 2020, p. 23).

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Luego del nacimiento, el niño no es capaz de distinguir su propia persona de las que lo rodean ya que se siente una continuidad del otro, cree ser una sola persona. A medida que avanza evolutivamente, se descubre a sí mismo como separado de los demás. Previo a utilizar el lenguaje, va construyendo una imagen de sí a través de lo que recibe de parte de su entorno, como el trato, los tonos, los gestos, la mirada, la manera en que le hablan, todo lo cual le va dando indicio del lugar que ocupa entre las personas que resultan de importancia para él. Por ende, al igual que las habilidades sociales, la autoestima no es innata, sino que se forma a lo largo del desarrollo, por medio de las personas significativas del contexto familiar, social y escolar y como resultado de experiencias satisfactorias y frustrantes (Roa García, 2013).

En concordancia con las palabras que expresa la autora, “no se trata de querer al niño, sino, además, de que él se sienta querido” (Roa García, 2013, p. 248). Se debe procurar que desde pequeños, sean capaces de absorber todos los sentimientos que expresan el amor y el cariño hacia ellos, que sientan la admiración y cuidado externos para, de esta manera, interiorizarlos.

Coopersmith (1990, citado en Válek de Bracho, 2011) considera que la autoestima es llevada a cabo como un proceso que se desarrolla mediante fases:

- El trato con respeto, interés y aceptación que las personas significativas le otorgan al sujeto.
- El status, éxito y la posición social que ocupa en su ambiente.
- Las aspiraciones y valores interiorizados y modificados por la persona.
- El modo individual y personal con el que responde a los factores que tienden a disminuir la autoestima en el sujeto.

Además, el mismo autor, considera que la autoestima se desarrolla de acuerdo a cuatro bases:

- Significado: alude a la manera en que cree ser amado por las personas significativas de su vida y la aprobación recibida de parte de estas.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Competencia: implica la percepción de competencia para realizar tareas de importancia.
- Virtud: incluye la aprobación a las normas éticas y morales.
- Poder: tiene que ver con la influencia que puede ejercer sobre su propia vida y la de los demás.

A su vez, Tapuliman (2017) citado en Valdivia et al. (2020) expresa que para la construcción de la autoestima se dan otros cinco componentes:

- Seguridad: la persona se manifiesta en su comportamiento y en sus relaciones de forma segura y cómoda, en todos los ámbitos, manejando los cambios de manera espontánea y flexible.
- Autoconcepto: es la manera en que el sujeto se percibe a sí mismo. Comprende los roles y deberes, sus fortalezas y debilidades.
- Pertenencia: es el grado en que se relaciona, interactúa y consigue la aceptación de otras personas como son familiares, compañeros y amigos.
- Misión: en este componente la persona elabora un plan para alcanzar sus metas, las cuales se fija previamente y son reales. A través de su iniciativa, se hace cargo de sus responsabilidades, busca la solución de problemas y se autoevalúa con respecto a sus logros anteriores.
- Aptitud: poder de iniciativa, capacidad de asumir riesgos y de compartir opiniones. La persona percibe los errores como oportunidades de aprendizaje y este componente viene de éxitos y logros significativos.

Roa García (2013), afirma que para el desarrollo de la autoestima son necesarios cuatro aspectos desde la infancia, los cuales considera el fundamento de la misma:

- Vinculación: secuelas del placer obtenido por el niño cuando establece relaciones que resultan de importancia para él y que los otros distinguen como importantes. Por ejemplo: ser parte del grupo de clase, pertenecer a una familia.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Singularidad: consecuencias del conocimiento y respeto que siente el niño por las cualidades personales que lo hacen especial, respaldado por el respeto y aceptación recibida de parte de los demás por esas características. Por ejemplo: tener en claro que es especial para alguien.
- Poder: resultado de que el niño tenga las posibilidades, los medios y la capacidad de cambiar las circunstancias de su vida de manera significativa. Por ejemplo: sentir que tiene ciertas responsabilidades importantes en su vida, creer que puede hacer lo que planea.
- Pautas de guía: que muestran la habilidad del niño para hacer referencia a los ejemplos filosóficos, humanos y prácticos coherentes que le ayuden a establecer su escala de valores, ideales, objetivos y exigencias personales. Por ejemplo: saber qué personas pueden ser modelo de su comportamiento, poder distinguir lo bueno de lo malo.

Ninguna de estas cuatro variables es más importante que la otra. Generalmente, los niños que poseen autoestima positiva, tienen buenos vínculos, saben de su singularidad, tienen modelos que les sirven de guía y la sensación de poder conducir su vida (Roa García, 2013).

La valoración que los padres ofrecen de forma preponderante hacia la persona que son los hijos, en lugar de a sus conductas, se convierte, al pasar los años, en autovaloración. La misma se va interiorizando y los niños, luego adolescentes o adultos, son capaces de mirarse a sí mismos hacia adentro y se saben valiosos, aún en las circunstancias más difíciles de la vida. Sucede que cuando los niños no hallan esta valoración de parte de los padres, comienzan a buscarla a través de sus pares, la cual es más inestable porque en numerosas ocasiones está influenciada por otro tipo de variables como son los beneficios o conveniencias personales (Di Bártolo y Seitún, 2019). De allí la importancia de que los niños y adolescentes se puedan sentir valorados y queridos por su círculo familiar.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Clasificación de la autoestima

Coopersmith (1976, citado en Valdivia et al., 2020) establece cuatro dimensiones, manifestaciones o clases de autoestima:

- Autoestima en el área personal: está dada por la valoración que realiza la persona de sí misma, en referencia a su imagen corporal y características personales, llevando de forma implícita un juicio personal que se manifiesta en la actitud hacia sí mismo.
- Autoestima en el área académica: valoración realizada por la persona sobre sí misma, acerca de su rendimiento en el contexto educativo, teniendo en cuenta su competencia, productividad, por lo que también conlleva un juicio personal que se expresa en la actitud hacia sí mismo.
- Autoestima en el área familiar: tiene que ver con la autoevaluación que la persona lleva a cabo acerca de sí misma, sobre las interacciones con los miembros de su familia.
- Autoestima en el área social: está dada por la valoración personal que realiza la persona y que frecuentemente mantiene en base a sí mismo, respecto a sus interacciones sociales.

La persona lleva a cabo estimaciones acerca de sus interacciones con el ambiente en el que se desempeña y consigo mismo, por lo que posteriormente asume una actitud hacia su propio ser (Válek de Bracho, 2011).

Asimismo, el autor considera tres formas de la autoestima:

- Autoestima alta (normal): el ser humano se ama, valora y acepta tal como es, con sus fortalezas y debilidades.
- Autoestima baja: por el contrario, la persona no se ama, no se acepta ni valora sus características. Su autovaloración es negativa y realiza juicios menos favorables a las acciones que realiza, a pesar de que sean comparables a las de los demás.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Autoestima inflada: el sujeto valora de manera exagerada sus cualidades y se ama en mayor proporción que a los demás (Coopersmith, 1967, citado en Valdivia, 2020).

En la Escala de Autoestima de Rosenberg, el autor proporciona una operacionalización de la misma en dos dimensiones, las cuales dan una idea de la clasificación de la autoestima para esta teoría (Cogollo et al., 2015):

- Autoconfianza o satisfacción personal (llamada por algunos autores autoestima positiva): trata los temas que se relacionan con que la persona se sepa o sienta con competencia en ciertos aspectos de la vida.
- Autodesprecio o devaluación personal (conocida por algunos autores como autoestima negativa): utiliza términos peyorativos relacionados a la simpatía consigo mismo.

Autoestima y autoconcepto

Se suele confundir la autoestima con el autoconcepto y además se los utiliza como sinónimos, a pesar de que están relacionados, no aluden a lo mismo. En el autoconcepto prevalece lo cognitivo, mientras que en la autoestima predomina lo referente a lo valorativo y afectivo, es por ello que profesionales como psicopedagogos, psicólogos y educadores han mostrado interés en estos conceptos, sobre todo en lo concerniente al proceso educativo (Roa García, 2013).

El autoconcepto alude a los aspectos cognitivos, a la percepción y a la imagen de cada uno acerca de sí mismo, en tanto que la autoestima se refiere a aquellos vinculados con lo afectivo y evaluativo. Ambos conceptos son complementarios y no excluyentes. El autoconcepto positivo lleva a una autoestima positiva y viceversa. Las dos variables resultan de un proceso largo enmarcado en una gran cantidad de experiencias personales y sociales. Los éxitos y los errores, las evaluaciones y los comentarios de quienes forman el contexto del niño y del adolescente, el entorno en que se desarrollan, el modo

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

de educar de padres y docentes junto con los valores y guías que el mundo les otorga, de a poco van construyendo el autoconcepto y la autoestima.

Si bien el autoconcepto es un término general, en él se incluyen otros autoconceptos más específicos y relacionados entre sí (Roa García, 2013):

- Autoconcepto físico: hace referencia a lo que uno percibe respecto a su apariencia y presencia física y a su aptitud o competencia para todo tipo de actividad física.
- Autoconcepto académico: a lo largo de los años escolares y educativos, el alumno va obteniendo un cúmulo de experiencias de éxitos y fracasos y evaluaciones académicas, las cuales son las que conforman este autoconcepto.
- Autoconcepto social: es producto de las relaciones sociales, de la adecuación al entorno, de la aceptación de los otros y de la habilidad para la resolución de problemas de índole social.
- Autoconcepto personal: implica la percepción de la identidad propia y el sentido de responsabilidad, autonomía y autocontrol personales.
- Autoconcepto emocional: hace alusión a los sentimientos de satisfacción y bienestar, a la aceptación de uno mismo, al equilibrio emocional y a la confianza y seguridad en sus posibilidades.

Impacto sobre el desarrollo/ bienestar psicosocial/ salud mental

Se ha hallado que la autoestima es uno de los predictores más notorios del bienestar psicológico en los adolescentes (Dew y Scout, 2002, citados en Rojas, 2018).

Según lo propuesto por Rodríguez Naranjo y Caño González (2012), en la etapa adolescente, la autoestima alta se vincula con la sensación de menor nivel de negatividad del estrés producido cotidianamente (Dumont y Provost, 1999). A su vez, los adolescentes que poseen autoestima elevada, son capaces de disfrutar más las situaciones positivas, además de ser más eficaces a la hora de

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

enfrentarse a experiencias negativas, respondiendo de manera más funcional ante la aparición de estas. A diferencia de los adolescentes con autoestima baja, se sienten con menor responsabilidad ante los comentarios negativos (Campbell y Fairey, 1985; Jussim et al, 1995) y se manifiestan con mayor persistencia ante tareas complejas (Sommer y Baumeister, 2002).

Respecto a la autoexpresión social, aquellos adolescentes que tienen autoestima alta (Rodríguez Naranjo y Caño González, 2012), se aprecian menos influenciados ante las presiones de sus pares (Zimmerman et al., 1997), consiguen una mejor impresión de parte de estos (Robins et al., 2001) y se muestran con mayor cercanía (Neyer y Asendorpf, 2001). Es así que el desarrollo de las habilidades sociales tiene evidente relación con la autoestima (Díaz Falcón, 2018).

En el contexto académico, sostener la autoestima elevada propicia una buena percepción de autoeficacia y la utilización de mayor cantidad y mejores estrategias de aprendizaje, las que favorecen que la información se procese de manera más profunda (García Fernández et al., 2010; Gargallo et al, 2009; Núñez et al., 1998, citados en Rodríguez Naranjo y Caño González, 2012).

La autoestima alta está asociada con la presencia menor de síntomas psicopatológicos y trastornos mentales (Garaigordobil et al., 2005, citado en Lacomba Trejo et al., 2019). Además, especialistas en el tema consideran que el hecho de trabajar la autoestima en los pacientes pediátricos, puede llevarlos a amoldarse de manera adecuada a cualquier enfermedad, facilitando su adaptación social, previniendo conductas de riesgo tales como consumo problemático de alcohol o de drogas (Reina et al., 2010, citado en Lacomba Trejo et al., 2019) y protegiéndolos de situaciones complicadas a corto y largo plazo (Baek, 2014, citado en Lacomba Trejo et al., 2019). Esto resulta importante, ya que está comprobado que las conductas agresivas, la violencia escolar y las dificultades en las relaciones interpersonales, además de que interfieren en el

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

bienestar emocional, se vinculan de manera directa con la baja autoestima (Díaz Falcón et al., 2018).

A través de la empatía recibida por los principales cuidadores, se fortalece la autoestima. Que los padres entiendan y puedan poner en palabras lo que sienten y piensan sus hijos, hace que su autoestima se eleve. De esta manera, se da lugar a que se acepten, se conozcan y den validez a todas sus emociones, deseos, pensamientos y sentimientos (Di Bártolo y Seitún, 2019).

Una formación adecuada de la autoestima conduce al desarrollo de adolescentes sanos, estables y con herramientas útiles para asumir las transformaciones propias de la etapa evolutiva. Resulta primordial elevar el bienestar que los adolescentes vivencian con la autoestima, ya que esta variable constituye uno de los indicadores más sólidos de equilibrio psicológico y adaptación social. La familia y las instituciones educativas deben ser las encargadas de llevar a cabo esta tarea, debido a que son las principales fuentes de socialización y educación durante la etapa adolescente (Díaz Falcón et al., 2018).

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

FASE EMPÍRICA

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CAPÍTULO 4

MARCO METODOLÓGICO

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tipo y diseño de investigación

Para poder corroborar las hipótesis planteadas se decidió optar por un diseño entre sujetos, transversal.

La presente investigación es de tipo cuantitativa ya que está centrada en los aspectos objetivos y susceptibles de cuantificación; debido a que se usó la recolección de los datos a partir de la medición numérica y del análisis estadístico (Hernández Sampieri et al., 1991). Por la finalidad, es aplicada, porque busca un mejor conocimiento de la estructura e infraestructura de los fenómenos sociales: controlar, reformar o transformar. Es correlacional ya que se pretendió medir con la mayor precisión posible cada una de las variables para luego evaluar el grado de relación entre estas, y es de naturaleza empírica ya que trabaja con hechos de observación directa, en este caso no manipulados, y es de campo porque los estudios fueron efectuados en una situación real o natural, es decir, en el ambiente o contexto propio de los sujetos (Hernández Sampieri et al., 2010).

Hipótesis

- El vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes.

-El vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes.

-El vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes.

-El vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Operacionalización de variables

Las variables apego, habilidades sociales y autoestima se miden en escalas ordinales tipo Likert, pero suelen ser tratadas estadísticamente como intervalares. Se han calculado valores brutos para cada una de ellas, y para sus subdimensiones, cuando correspondió. Dado que las escalas empleadas son aditivas, los ítems que se sumaron para obtener el valor bruto de cada escala y dimensión son los siguientes:

Apego seguro: 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 21, 23, 25, 29, 30, 32, 33, 35, 37, 38, 41.

Apego inseguro: 4, 8, 11, 14, 18, 19, 20, 22, 24, 26, 27, 28, 31, 34, 36, 39, 40.

Autoexpresión social: 1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29.

Autoestima: 1- 10.

Los valores mínimos y máximos posibles para cada variable son los que se destacan a continuación, considerando que a mayor valor le corresponde mayor posesión del atributo.

Apego seguro: 24- 96

Apego inseguro: 17- 68

Autoexpresión social: 8- 32

Autoestima: 10- 40

Mayor información sobre la operacionalización de estas variables se señala en el apartado Instrumentos.

Muestra

Se constituyó una muestra no probabilística intencional, es decir que se seleccionó a los sujetos de acuerdo a un criterio establecido, en este caso, la edad y lugar de residencia. La elección depende de las causas relacionadas con las características de la presente investigación basada en un proceso de toma de decisiones por parte de uno o más investigadores (Hernández Sampieri et al.,

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

2006). La muestra está compuesta por 387 adolescentes de ambos sexos de la provincia de Mendoza, cuyas edades oscilan entre los 18 y 25 años. Los sexos de los participantes se distribuyen de la siguiente manera: sexo femenino 347 y sexo masculino 40. Por otro lado, 156 participantes corresponden al rango de edad 18-20 años; 167 al rango de los 21-23 años, y 64 participantes corresponden al rango de edad 24-25 años.

Procedimientos para la recolección de datos

Debido a las condiciones especiales de aislamiento social por la pandemia por Covid19 en las que se desarrolló esta investigación, la recolección de datos se llevó a cabo mediante un formulario en línea, Google Forms. La captación de los participantes voluntarios se realizó a través de redes sociales (Instagram, Facebook, Twitter y Whatsapp). Previo a realizar la actividad, los adolescentes disponían del consentimiento informado, el cual aseguraba el anonimato de cada uno de ellos y los fines meramente investigativos de los cuestionarios a realizar.

Instrumentos

Para la evaluación del apego se administró la versión traducida y validada en Argentina del Cuestionario de Apego Parental de Kenny (1987, en Balabanian et al., 2014). Las opciones de respuesta que corresponden a la escala son cinco: Muy de acuerdo, De acuerdo, Neutro, En desacuerdo y Muy en desacuerdo. Para la aplicación del instrumento en la presente investigación, se evitó que los adolescentes utilizarán la opción Neutro. Este instrumento consta de 41 ítems que permiten evaluar la forma en que los adolescentes perciben a sus padres y su relación con ellos, mediante dos factores denominados “apego positivo” (i.e. apego seguro) y “apego negativo” (i.e. apego inseguro), los cuales explican el 36,59% de la varianza total. Los 24 ítems correspondientes al primer factor procuran identificar altos niveles de confianza y cercanía, patrones adecuados de autonomía y buena comunicación. El segundo factor, compuesto por los 17

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

ítems restantes, apunta a evaluar preocupación, inseguridad y temor en la relación con los padres, patrones inadecuados de comunicación, niveles bajos de proximidad y dificultades emocionales. La confiabilidad del instrumento fue estudiada mediante el coeficiente alpha de Cronbach, el cual arrojó valores satisfactorios: 0.92 para la escala general, y $\alpha = 0.93$ y $\alpha = 0.82$ para los factores, respectivamente (Balabanian et al., 2014). En la presente muestra, los valores de consistencia interna calculados con el mismo estadístico fueron: Apego seguro .96; Apego inseguro .87.

Para la evaluación de las habilidades sociales se utilizó la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero González. Este instrumento está compuesto por 33 ítems; 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de cuatro alternativas de respuesta, desde Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo. Este permite evaluar el grado de aserción y de habilidades sociales en adolescentes y adultos. El análisis factorial final ha revelado 6 factores: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Tiene validez de constructo, es decir que el significado atribuido al constructo medido (habilidades sociales o asertividad) es correcto. Existe, asimismo, validez del instrumento, es decir que se valida toda la escala, el constructo que expresan todos los ítems en su conjunto, a través de la confirmación experimental del significado del constructo tal como lo mide el instrumento, y de los análisis correlacionales que verifican tanto la validez convergente (por ejemplo, entre habilidades sociales y autonomía) como la divergente (por ejemplo, entre habilidades sociales y agresividad). La EHS de Gismero muestra una consistencia interna alta, como se expresa en su coeficiente de confiabilidad $\alpha = 0,88$, el cual se considera elevado, pues supone

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

que el 88% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común, o a lo que tienen de relacionado, de discriminación conjunta (habilidades sociales o asertividad). Para los propósitos de esta investigación sólo se ha empleado la subescala autoexpresión en situaciones sociales, que se compone de 8 ítems y mide particularmente la capacidad de expresión espontánea y sin ansiedad de la propia persona, en distintos tipos de situaciones sociales: entrevistas laborales, locales y lugares oficiales, en grupos y reuniones sociales. Obtener una puntuación alta en esta subescala implica facilidad para las interacciones en tales contextos, para expresar opiniones y sentimientos propios y hacer preguntas. En la presente muestra, el valor de consistencia interna de esta dimensión fue de $\alpha = .83$.

Para la evaluación de la autoestima se administró la Escala de Autoestima de Rosenberg (1995). La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia. Consta de cuatro alternativas de respuesta, desde Muy de acuerdo a Muy en desacuerdo. Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. La escala de autoestima ha sido traducida y validada en Argentina (Casullo y Góngora, 2009) con un valor de fiabilidad de 0,80. En la presente investigación, el coeficiente alpha de Cronbach alcanzó un valor de .89.

Tratamiento estadístico

El procesamiento de los datos fue realizado con el programa estadístico SPSS versión 18. Para la descripción general de las variables se calcularon frecuencias, porcentajes, medias y desvíos. La normalidad de las variables fue testeada mediante los indicadores de asimetría y curtosis. Posteriormente, se realizaron correlaciones bivariadas r de Pearson. El tamaño del efecto se interpretó bajo el criterio de Cohen (1992), según el cual las correlaciones mayores a .10 y menores a .30 se consideran de tamaño pequeño, las

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

correlaciones entre .30 y .50 representan un tamaño de efecto moderado, y los valores por encima de .50 se consideran de tamaño grande.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CAPÍTULO 5 PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

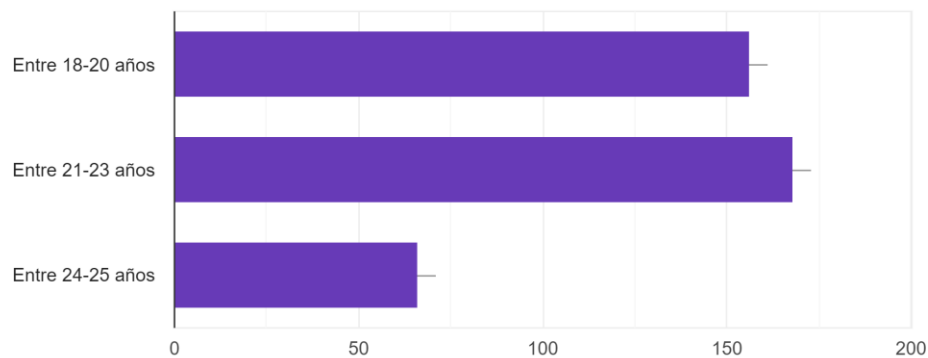
El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Resultados demográficos de los participantes (sexo y edad)

Gráfico 1: Edades

La muestra estuvo conformada por 387 adolescentes mendocinos, en la cual el 40,3% se encontraba en el rango de 18-20 años; el 43,1% entre 21-23 años; y el 16,5% se encontraba en el rango de 24-25 años.

¿Qué edad tenés?
387 respuestas

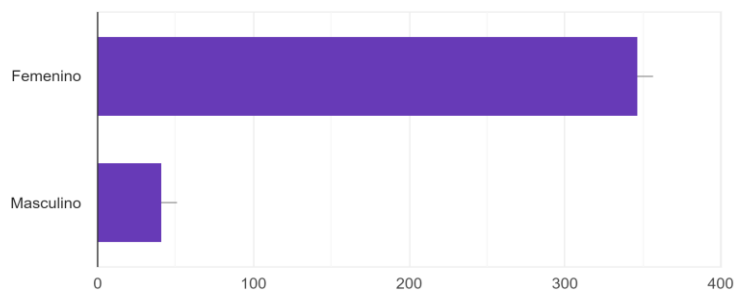


Fuente. Elaboración propia

Gráfico 2: Sexo

En cuanto al sexo, el 89,7% fueron del sexo femenino, mientras que solo el 10,3% fueron del sexo masculino.

Seleccioná tu sexo
387 respuestas



El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Fuente. Elaboración propia

Descripción de las variables principales

La tabla 1 muestra las medias, desvíos e indicadores de asimetría y curtosis de las variables apego seguro y apego inseguro, autoexpresión social y autoestima. Debido a que las variables dependientes se comportaron normalmente se decidió utilizar estadística paramétrica para poner a prueba las hipótesis.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos

| | Media | Desvío | Asimetría | Curtosis |
|-----------------------------|--------------|---------------|------------------|-----------------|
| Apego seguro | 75,48 | 13,39 | -,98 | ,95 |
| Apego inseguro | 38,68 | 8,35 | ,46 | -,06 |
| Autoexpresión social | 18,60 | 4,93 | -,18 | -,57 |
| Autoestima | 28,01 | 6,33 | -,34 | -,32 |

Las tablas 2, 3, 4 y 5 muestran los porcentajes de respuesta a cada ítem de las distintas escalas y subescalas.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tabla 2

Porcentajes de respuesta de los ítems de Apego seguro

| Ítems | Respuestas | | | |
|--|------------|------|------|-----|
| | MA | DA | ED | MD |
| En general mis padres... | | | | |
| 1.Son las personas que me proporcionan apoyo emocional cuando me siento preocupado/a. | 39,5 | 41,6 | 14,0 | 4,9 |
| 2. Apoyan mis metas e intereses. | 55,8 | 37,2 | 4,9 | 2,1 |
| 3. Entienden mis problemas y preocupaciones. | 22,2 | 50,4 | 21,7 | 5,7 |
| 5.Están disponibles para aconsejarme y guiarme. | 54,5 | 36,4 | 6,2 | 2,8 |
| 6.Toman en cuenta mi opinión. | 32,8 | 51,9 | 11,6 | 3,6 |
| 7.Me animan a tomar mis propias decisiones. | 46,3 | 42,1 | 9,0 | 2,6 |
| 9.Me han dado la atención que he deseado. | 39,0 | 38,8 | 14,7 | 7,5 |
| 10.Son las personas a quienes puedo expresar mis diferentes opiniones respecto a cuestiones importantes. | 36,2 | 40,8 | 16,8 | 6,2 |
| 12.Me han dado la libertad para experimentar y aprender las cosas por mí mismo/a. | 38,0 | 41,6 | 16,3 | 4,1 |
| 13.Creen y confían en mí. | 51,7 | 38,5 | 7,8 | 2,1 |
| 15.Me protegen del peligro y dificultades. | 45,2 | 47,5 | 4,9 | 2,3 |
| 16.Son sensibles a mis sentimientos y necesidades. | 27,4 | 45,0 | 20,2 | 7,5 |
| 17.Respetan mis decisiones así sean iguales o diferentes de lo que ellos desearían. | 31,8 | 46,3 | 16,5 | 5,4 |
| Mis padres son personas... | | | | |
| 21.Con quienes quiero estar. | 49,6 | 39,3 | 9,0 | 2,1 |
| 23.Con quienes me siento relajado/a y cómodo/a. | 40,1 | 47,5 | 10,1 | 2,3 |

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

| | | | | |
|---|------|------|------|------|
| 25. Con quienes me gusta estar a toda hora. | 17,1 | 37,7 | 37,2 | 8,0 |
| 29. Con quienes disfruto hablar de cosas que hice y aprendí. | 39,5 | 44,2 | 11,4 | 4,9 |
| 30. Con quienes siento una sensación de amor. | 57,9 | 35,1 | 4,4 | 2,6 |
| 32. A quienes confío mis pensamientos y sentimientos más íntimos. | 11,9 | 24,8 | 33,6 | 29,7 |
| 33. Que disfruto su compañía. | 48,6 | 45,5 | 4,1 | 1,8 |
| 35. Con quienes experimento sentimientos positivos y de cariño. | 46,8 | 42,1 | 7,5 | 3,6 |
| Cuando tengo un problema serio o decisiones importantes que tomar... | | | | |
| 37. Veo a mi familia como un apoyo, estímulo y guía. | 45,7 | 36,7 | 11,9 | 5,7 |
| 38. Sé lo que mi familia haría. | 29,7 | 51,4 | 16,3 | 2,6 |
| Cuando voy a mis padres en busca de ayuda... | | | | |
| 41. Confío en que las cosas se resolverán al seguir el consejo de mis padres. | 21,7 | 51,2 | 24,0 | 3,1 |

Nota. MA: Muy de Acuerdo, DA: De Acuerdo, ED: En Desacuerdo, MD: Muy en Desacuerdo.

Tabla 3

Porcentajes de respuesta de los ítems de Apego inseguro

| Ítems | Respuestas | | | |
|--|------------|------|------|------|
| | MA | DA | ED | MD |
| En general mis padres... | | | | |
| 4. Restringen mi libertad e independencia. | 7,0 | 18,9 | 37,7 | 36,4 |
| 8. Critican lo que puedo hacer. | 11,4 | 38,8 | 37,0 | 12,9 |

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

| | | | | |
|--|------|------|------|------|
| 11.No tienen ni idea de cuáles son mis sentimientos y pensamientos. | 17,8 | 19,9 | 39,8 | 22,5 |
| 14.Intentan controlar mi vida. | 6,7 | 18,1 | 39,8 | 35,4 |
| 18.Hacen las cosas que puedo hacer por mí mismo. | 7,2 | 25,6 | 47,3 | 19,9 |
| 19.Son las personas cuyas expectativas me siento obligado a satisfacer. | 22 | 30,2 | 32,0 | 15,8 |
| 20.Me tratan como a un niño. | 6,5 | 13,7 | 43,2 | 36,7 |
| Mis padres son personas... | | | | |
| 22.Con quienes discuto. | 24,3 | 52,2 | 20,4 | 3,1 |
| 24.Con quienes me enojo. | 20,9 | 61,8 | 15,5 | 1,8 |
| 26.Con quienes me siento frío/a y distante. | 6,7 | 16,0 | 40,6 | 36,7 |
| 27.Con quienes me pongo nervioso/a. | 2,8 | 14,5 | 45,7 | 37,0 |
| 28.Quienes me hicieron sentir culpable y ansioso/a por alguna situación. | 15,8 | 27,9 | 30,5 | 25,8 |
| 31.A quienes no les hago caso. | 5,4 | 22 | 54,3 | 18,3 |
| 34.Con quienes evito hablar de mis experiencias. | 11,9 | 26,1 | 46,0 | 16,0 |
| 36.Con quienes me siento defraudado y decepcionado. | 5,2 | 10,6 | 37,0 | 47,3 |
| Cuando voy a mis padres en busca de ayuda... | | | | |
| 39.Continúo sintiéndome inseguro. | 8,3 | 20,4 | 48,6 | 22,7 |
| 40.Me siento más cómodo y comprendido con un/a amigo/a. | 26,1 | 33,9 | 33,9 | 6,2 |

Nota. MA: Muy de Acuerdo, DA: De Acuerdo, ED: En Desacuerdo, MD: Muy en Desacuerdo.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tabla 4

Porcentajes de respuesta de los ítems de la subescala Autoexpresión social

| Ítems | Respuestas | | | |
|--|------------|------|------|------|
| | MA | DA | ED | MD |
| 1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido/a. | 19,4 | 33,3 | 30,0 | 17,3 |
| 2. Me cuesta llamar por teléfono a lugares como tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo. | 19,9 | 26,9 | 25,8 | 27,4 |
| 10. Tiendo a guardarme mis opiniones para mi mismo/a. | 15,2 | 30,0 | 33,3 | 21,4 |
| 11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería. | 8,2 | 13,4 | 35,0 | 43,4 |
| 19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás. | 23,5 | 31,0 | 27,1 | 18,3 |
| 20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría enviar e-mails a tener que pasar por entrevistas personales. | 20,9 | 20,4 | 36,4 | 22,2 |
| 28. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor. | 11,9 | 30,0 | 38,5 | 19,6 |
| 29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo. | 11,9 | 24,0 | 38,2 | 25,8 |

Nota. MA: Muy de Acuerdo, DA: De Acuerdo, ED: En Desacuerdo, MD: Muy en Desacuerdo.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Tabla 5

Porcentajes de respuesta de los ítems de Autoestima

| Ítems | Respuestas | | | |
|--|------------|------|------|------|
| | MA | DA | ED | MD |
| 1.Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. | 43,9 | 45,7 | 8,0 | 2,3 |
| 2.Estoy convencido/a de que tengo cualidades buenas. | 41,3 | 49,1 | 7,2 | 2,3 |
| 3.Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente. | 39,8 | 41,3 | 14,0 | 4,9 |
| 4.Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a. | 22,2 | 44,4 | 22,2 | 11,1 |
| 5.En general estoy satisfecho/a conmigo mismo/a. | 16,5 | 40,8 | 31,0 | 11,6 |
| 6.Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a. | 12,1 | 23,5 | 44,4 | 19,9 |
| 7.En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. | 10,9 | 24,3 | 35,4 | 29,5 |
| 8.Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo/a. | 33,6 | 38,5 | 16,3 | 11,6 |
| 9.Hay veces que realmente pienso que soy un/a inútil. | 21,4 | 36,7 | 24,3 | 17,6 |
| 10.A veces creo que no soy buena persona. | 12,4 | 23,0 | 32,0 | 32,6 |

Nota. MA: Muy de Acuerdo, DA: De Acuerdo, ED: En Desacuerdo, MD: Muy en Desacuerdo.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Correlaciones *r* de Pearson

La tabla 6 muestra las correlaciones *r* de Pearson entre las distintas variables. Los resultados indicaron correlaciones significativas y positivas entre el apego seguro y la autoexpresión social y el apego seguro y la autoestima. Asimismo, se observaron correlaciones significativas y negativas entre el apego inseguro y la autoexpresión social y el apego inseguro y la autoestima. El tamaño del efecto de estas correlaciones fue moderado.

Tabla 6

Correlaciones

| | | Apego seguro | Apego inseguro | Autoexpresión social | Autoestima |
|----------------------|------------------|-----------------|-------------------|-------------------------|------------|
| Apego seguro | r de Pearson | 1 | -,73 | ,33 | ,47 |
| | Sig. (bilateral) | | ,00 | ,00 | ,00 |
| Apego inseguro | r de Pearson | -,73 | 1 | -,39 | -,50 |
| | Sig. (bilateral) | ,00 | | ,00 | ,00 |
| Autoexpresión social | r de Pearson | ,33 | -,39 | 1 | ,54 |
| | Sig. (bilateral) | ,00 | ,00 | | ,00 |
| Autoestima | r de Pearson | ,47 | -,50 | ,54 | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,00 | ,00 | ,00 | |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

DISCUSIÓN

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

El objetivo general de la presente investigación fue establecer si existe relación entre el vínculo de apego ejercido por los principales cuidadores y el desarrollo de la autoexpresión social y la autoestima en los adolescentes de la provincia de Mendoza.

Descripción de las variables

A nivel descriptivo y teniendo en cuenta los valores mínimos y máximos de cada escala y subescala, las variables que puntuaron por encima de la media fueron apego seguro y autoestima, siendo apego seguro la variable con mayor distancia positiva respecto a la media. Es decir que estos resultados fueron satisfactorios, ya que ambas son variables beneficiosas y esperadas para el tipo de población en estudio. A su vez, las variables de apego inseguro y de autoexpresión social puntuaron por debajo de la media. En el caso del apego inseguro, estos resultados fueron favorables debido a que se trata de una variable no saludable, dadas las consecuencias negativas que puede traer aparejadas para las personas que poseen este tipo de apego en su adolescencia. Por otro lado, si bien la autoexpresión social puntuó por debajo de la media, la diferencia no fue tan marcada, pero sí da cuenta de que los adolescentes en estudio poseen mayor desarrollo de apego seguro y de autoestima que de autoexpresión social. Esto podría ser esperable, dado que en esta etapa evolutiva es factible que emerjan ciertas dificultades en la expresión pública, especialmente de sentimientos, como se verá más adelante.

En cuanto a los porcentajes obtenidos en cada uno de los ítems de las distintas escalas y subescalas, para el presente estudio y además para futuras investigaciones, resultaron trascendentales algunos datos correspondientes a cada variable. Los mismos se presentan a continuación:

- **Apego**

La gran mayoría de los adolescentes en estudio, manifestó que sus padres son los que los protegen del peligro y dificultades, lo cual es sumamente positivo

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

ya que, tal como menciona el principal autor de la teoría del apego, John Bowlby (2009), la conducta de apego tiene como función biológica la protección. En este sentido, esta conducta resulta significativa no solo para los profesionales de la salud mental, sino también para los padres y el vínculo temprano establecido con los adolescentes. Asimismo, sólo un mínimo porcentaje de adolescentes consideró que al acudir a sus padres en busca de ayuda, continúa sintiéndose inseguro. Además de que casi la totalidad de los participantes, expresó que sus padres creen y confían en ellos. Por lo que, para este grupo analizado, la función de protección y seguridad de parte de sus principales cuidadores, está presente, lo cual es de relevancia para esta etapa crucial del ciclo vital. Todo esto concuerda con la afirmación de que casi todos los adolescentes disfrutaban de la compañía de sus padres, de hecho, es con quienes quieren estar y, además, con quienes sienten una sensación de amor.

Al hacer referencia a los pensamientos y sentimientos más íntimos, un pequeño número de adolescentes opinó que es a sus padres a quienes se los confían. Sin embargo, una cantidad mayor de encuestados, consideró que sus padres son sensibles a sus sentimientos y necesidades, a la vez que están disponibles para aconsejarlos y guiarlos. Dicha sensibilidad y accesibilidad manifestada por las principales figuras de apego, le otorga al adolescente un firme sentimiento de seguridad y a su vez, lo lleva a valorar el vínculo con estas personas (Bowlby, 2009).

La mayoría de los adolescentes encuestados, expresaron que sienten la sana libertad brindada por sus padres, que los apoyan en sus metas e intereses y que los animan a tomar sus propias decisiones. A su vez, muy pocos consideraron que sus padres intentan controlar sus vidas. Esto es importante ya que, como mencionan Di Bártolo y Seitún (2019), las figuras de apego cumplen dos funciones básicas. Una es la de puerto, aquella que le permite a la persona volver a buscar protección cuando lo necesita, mientras que la otra función y la

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

que en este caso tiene lugar, le permite retirarse, apartarse; es la de base. Es decir que se requiere que la figura de apego esté, no solo para que el adolescente pueda regresar a ella sino también para que pueda alejarse.

Poco más de la mitad de los adolescentes de la investigación, manifestó sentirse más cómodo y comprendido con un amigo, lo cual es esperable para el período evolutivo en el que se encuentran. Sucede que, como se mencionó en apartados anteriores, la inclusión y participación en grupos de pares es fundamental en la adolescencia (Lacunza y Contini, 2011). A su vez, la gran mayoría expresó que con quienes se enojan y discuten es con sus padres. Esto último también es esperable en esta etapa, debido a que los adolescentes comienzan a configurar su propia identidad, por lo que se diferencian de sus padres expresando sus diferentes puntos de vista y la interacción con sus pares cobra mayor relevancia.

- **Autoexpresión social**

Con respecto a esta subescala, los resultados fueron menos contundentes que los obtenidos en el apego, ya que los porcentajes de respuesta estuvieron repartidos entre las distintas opciones.

Una mínima cantidad de adolescentes manifestó que en algunas ocasiones evitan ir a reuniones sociales por temor a hacer o decir algo sin sentido, por el contrario, más de la mitad expresó que evitan hacer ciertas preguntas por miedo a parecer necios. La inclusión en grupos ejerce influencia para esta población, ya que, según sostuvieron al estar en grupo no les cuesta expresar sus opiniones. A su vez, la presencia de sus pares cobra relevancia nuevamente, debido a que consideraron que por lo general no les cuesta pedirles favores a sus amigos.

La conducta social en la que parecen tener mayor dificultad es en la expresión de sentimientos. Esto es natural en la adolescencia ya que en esta etapa evolutiva se presentan profundos cambios emocionales que generan

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

incertidumbre y un cierto repliegue afectivo, especialmente con los padres (Papalia et al., 2009).

Autoestima

En cuanto a la valoración que los adolescentes realizan de sí mismos y como se mencionó anteriormente, los resultados fueron positivos.

Casi la totalidad de la muestra, expresó que se siente una persona digna de aprecio y que posee cualidades buenas, además de considerarse buenas personas. Sin embargo, también les gustaría sentir más respeto por sí mismos.

Mientras que la mayoría de los adolescentes se siente capaz de hacer las cosas tan bien como los demás, están satisfechos consigo mismos y, además, sienten una actitud positiva hacia su propia persona, solo un mínimo porcentaje manifestó que, en general, se inclinan a pensar que son fracasados.

Relaciones entre las variables

- **Apego y Autoexpresión social**

Los resultados indicaron correlaciones significativas y positivas entre el apego seguro y la autoexpresión social, por lo que se confirmó la hipótesis de que el vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes.

Estos datos se asemejan a los obtenidos por otros autores, quienes observaron en muestras de jóvenes y adolescentes de diferentes países que el apego seguro se asociaba positivamente con las habilidades sociales (Dereli y Karakuş, 2011; Román Ganchozo, 2015). Específicamente en el estudio de Dereli y Karakuş (2011), que informó resultados puntuales sobre la expresividad social, la correlación entre las variables fue muy similar a la observada en el presente trabajo.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Balabanian et al. (2013) señalan que los distintos tipos de apego originados en la infancia, vaticinan en gran medida los vínculos posteriores, tanto con los padres, como con los iguales y con una relación de pareja futura. Para estas investigadoras, existen evidencias de que quienes construyeron un apego del tipo seguro con sus padres, demuestran una actitud básica de confianza hacia las personas con las que se relacionan. Sánchez (2020), halló en su investigación que el apego seguro se correlaciona de manera positiva con la empatía, variable estrechamente relacionada con las habilidades sociales.

La relación entre el apego y la autoexpresión social puede ser explicada a partir del modelo de Bowlby (2009), quien sostiene que el vínculo establecido con los padres o cuidadores sirve como punto de partida para el posterior desempeño social. Saber que la figura de apego es accesible y sensible otorga al adolescente un fuerte sentimiento de seguridad, elemento indispensable para poder expresarse social y emocionalmente ante otros. Sólo cuando uno ha desarrollado una visión del otro como confiable, puede atreverse a plantear su punto de vista y a expresar opiniones, hacer preguntas o defender sus derechos sin temor a pasar vergüenza.

Además, los resultados arrojaron correlaciones significativas y negativas entre el apego inseguro y la autoexpresión social, debido a esto, también fue confirmada la hipótesis de que el vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de habilidades sociales (autoexpresión social) en los adolescentes. Esto quiere decir que cuanto más altos son los valores de apego inseguro, más bajas las probabilidades de que el adolescente desarrolle de manera positiva la autoexpresión social.

Tomando como base la situación extraña propuesta por Ainsworth y Bell (1970), podría pensarse que los adolescentes con apego inseguro (es decir,

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

aquellos que han percibido a sus cuidadores como fríos, distantes, hostiles) tienen mayor dificultad para expresarse en un contexto social porque creen que se ignorarán sus peticiones o necesidades, o bien porque podrían ser rechazados o criticados por ello.

Así, como lo mencionan Cassidy et al. (1996, citados en Oliva Delgado, 2011), es frecuente que los adolescentes con este tipo de apego desarrollen una comunicación distorsionada y expectativas negativas acerca de los otros, derivando en inconvenientes en el funcionamiento social. Además, Sánchez (2020) evidenció en su investigación que los niños que desarrollaron un apego inseguro, presentan mayores dificultades en el desarrollo de la empatía.

- Apego y Autoestima

Los resultados indicaron correlaciones significativas y positivas entre el apego seguro y la autoestima, por lo que se confirmó la hipótesis que establece que el vínculo de apego seguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera positiva con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes. Es decir que cuando está presente una mayor percepción de apego seguro, son mayores las posibilidades de que el adolescente desarrolle una autoestima fortalecida.

Estos resultados están en línea con investigaciones recientes (Gómez Santos y Miranda Cortegana, 2021; Santos Pasos y Larzabal Fernández, 2021) que informaron correlaciones entre las variables con magnitud similar a la hallada en el presente estudio.

La razón por la cual el apego seguro propicia la autoestima y genera en la persona un sentimiento de autovaloración, es que este brinda la seguridad en sí mismo, la cual es, a su vez, fundamental para explorar el contexto y para iniciar interacciones con la suficiente confianza de que será aceptado por los demás a

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

causa de su valía personal. Las personas que desarrollan una base segura, son las que poseen mejores recursos para hacer frente a situaciones de angustia o ansiedad (Sánchez Herrero, 2011). Por lo que la seguridad en el apego no sólo hace referencia a la confianza básica hacia los demás, sino a la afectividad propia y al reconocimiento que tiene la persona de sus propios recursos.

Asimismo, los resultados arrojaron correlaciones significativas y negativas entre el apego inseguro y la autoestima, lo cual significa que la hipótesis que establece que el vínculo de apego inseguro ejercido por los cuidadores principales se relaciona de manera negativa con el desarrollo de la autoestima en los adolescentes, fue confirmada. Estos mismos datos se han verificado en la investigación de Gómez Santos y Miranda Cortegana (2021) con adolescentes peruanos.

Como ya se ha mencionado, la autoestima se comienza a construir desde los primeros años de vida en el vínculo con las principales figuras cuidadoras y luego, con el paso del tiempo y según las experiencias, esa mirada se convierte en la propia imagen de sí mismo. La mirada de los padres es internalizada por los hijos y a su vez se apropian de ella (Di Bártolo y Seitún, 2019). En aquellos casos en los que el niño no experimente la mirada enamorada de sus padres, aquella que lo haga sentir valioso, tendrá una mayor predisposición a verse a sí mismo de una manera negativa, derivando así en una autoestima baja.

Esto concuerda con lo señalado por Bowlby (2009) de que el apego inseguro reduce la posibilidad de que los hijos desarrollen una visión positiva de sí mismos y de los demás, y limita la exploración social (Bowlby, 2009).

A modo de resumen, las palabras de Di Bártolo y Seitún (2019) resultan apropiadas. Las autoras establecen que el vínculo de apego funciona como un espejo a través del cual el niño y luego adolescente al que se ha hecho referencia en el presente trabajo, se observa a sí mismo y a su entorno: de esta manera, al momento de escoger sus relaciones afectivas y de valorarse a sí mismo, ese

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

modelo vincular será de importancia para que prefiera vínculos positivos y que, por el contrario, evite aquellas relaciones que no les sean fructíferas.

Es necesario tener en cuenta una perspectiva biopsicosocial espiritual del adolescente en estudio. Por lo tanto, el tipo de apego positivo o negativo que edificaron con sus padres en sus primeras etapas de vida, debe tomarse como un punto de partida y no así como un punto final en el camino de vida. Es decir que este actúa como uno de los factores influyentes del desarrollo psicosocial, emocional y conductual del adolescente y futuro adulto en cuestión, pero no así como un factor determinante, ya que se deben tener en cuenta los factores protectores. Asimismo, resulta fundamental el desarrollo y aplicación de estrategias, herramientas y programas, dentro de los ámbitos educativos, orientados tanto a la prevención como a la promoción de la salud mental de los alumnos.

Recomendaciones para futuras investigaciones

A los próximos investigadores, se sugiere que continúen la línea de trabajo, utilizando como población a los adolescentes, ya que se hallan escasos estudios sobre la influencia del apego en la adolescencia.

Además, especialmente a los autores del ámbito de la Psicopedagogía, se les recomienda tomar como punto de partida el presente trabajo y de esta manera indagar acerca de la influencia que presentan tanto el apego, como las habilidades sociales en general y la autoestima, dentro de los ámbitos educativos y de aprendizaje. Es decir que se debe tener en cuenta que el aprendizaje está presente en todas las etapas del ciclo vital, por lo que, nuevamente, se sugiere que las investigaciones no se limiten al análisis de la población infantil.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

CONCLUSIONES

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Luego de analizados los datos de la muestra de 387 participantes entre 18 y 25 años de la provincia de Mendoza, se afianzó el planteamiento y el objetivo de trabajo, ya que se verificó que existe relación entre el vínculo de apego ejercido por los principales cuidadores y el desarrollo de las habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en los adolescentes.

De este modo y de acuerdo a las hipótesis planteadas, se confirmó lo siguiente:

- El vínculo de apego seguro ejercido por los principales cuidadores se relaciona de manera positiva con el desarrollo de las habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en los adolescentes.
- El vínculo de apego inseguro ejercido por los principales cuidadores se relaciona de manera negativa con el desarrollo de las habilidades sociales (autoexpresión social) y la autoestima en los adolescentes.

Los temas abordados involucran de manera directa a todos los profesionales de la Psicopedagogía. Esto es así ya que las variables en estudio están estrechamente vinculadas con el aprendizaje. Por lo tanto, resulta indispensable tener en cuenta todos estos aspectos de la persona a la hora de la práctica profesional, independientemente del ámbito de trabajo en el que se esté inserto.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

ANEXOS

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Cuestionario de Apego Parental de Kenny

Edad: Sexo:

¿Con qué familiar con el que convives tienes un vínculo más cercano?

A continuación, se encuentran declaraciones que describen las relaciones familiares y los sentimientos y experiencias que con frecuencia informan los jóvenes. Responde por favor a cada afirmación, de manera que describa lo mejor posible a tus padres, tu relación con ellos y tus experiencias y sentimientos. Lee atentamente antes de contestar.

En general mis padres...

| | Muy de Acuerdo | De Acuerdo | Neutro | En Desacuerdo | Muy en Desacuerdo |
|--|-----------------------|-------------------|---------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Son las personas que me proporcionan apoyo emocional cuando me siento preocupado/a. | | | | | |
| 2. Apoyan mis metas e intereses. | | | | | |
| 3. Entienden mis problemas y preocupaciones. | | | | | |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

4. Restringen mi
libertad e
independencia.

5. Están disponibles
para aconsejarme y
guiarme.

6. Toman en cuenta
mi opinión.

7. Me animan a tomar
mis propias
decisiones.

8. Critican lo que
puedo hacer.

9. Me han dado la
atención que he
deseado.

10. Son las personas
a quienes puedo
expresar mis
diferentes opiniones
respecto a cuestiones
importantes.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

11. No tienen ni idea
de cuáles son mis
sentimientos y
pensamientos.

12. Me han dado la
libertad para
experimentar y
aprender las cosas por
mí mismo/a.

13. Creen y confían en
mí.

14. Intentan controlar
mi vida.

15. Me protegen del
peligro y dificultades.

16. Son sensibles a
mis sentimientos y
necesidades.

17. Respetan mis
decisiones así sean
iguales o diferentes de
lo que ellos desearían.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

18. Hacen las cosas que puedo hacer por mí mismo.

19. Son las personas cuyas expectativas me siento obligado a satisfacer.

20. Me tratan como a un niño.

Mis padres son personas...

| Muy de Acuerdo | De Acuerdo | Neutro | En Desacuerdo | Muy en Desacuerdo |
|----------------|------------|--------|---------------|-------------------|
|----------------|------------|--------|---------------|-------------------|

21. Con quienes quiero estar.

22. Con quienes discuta.

23. Con quienes me siento relajado/a y cómodo/a.

24. Con quienes me enojo.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

25. Con quienes me gusta
estar a toda hora.

26. Con quienes me siento
frío/a y distante

27. Con quienes me pongo
nervioso.

28. Quienes me hicieron
sentir culpable y ansioso/a.

29. Con quien disfruto hablar
de cosas que hice y aprendí.

30. Con quien siento una
sensación de amor.

31. A quienes no les hago
caso.

32. A quienes confío mis
pensamiento y sentimientos
más íntimos.

33. De quien disfruto su
compañía.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

34. Con quienes evito hablar
de mis experiencias.

35. Con quienes experimento
sentimientos positivos y de
cariño.

36. Con quienes me siento
defraudado y decepcionado.

Cuando tengo un problema serio o decisiones importantes que tomar...

Muy de Acuerdo De Acuerdo Neutro En Desacuerdo Muy en Desacuerdo

37. Veo a mi familia como
un apoyo, estímulo y guía.

38. Sé lo que mi familia
haría.

Cuando voy a mis padres en busca de ayuda...

Muy de Acuerdo De Acuerdo Neutro En Desacuerdo Muy en Desacuerdo

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

39. Continúo sintiéndome
inseguro.

40. Me siento más
cómodo y comprendido
con un/a amigo/a.

41. Confío en que las
cosas se resolverán al
seguir el consejo de mis
padres.

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

Subescala Autoexpresión social de Gismero González

| | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
|--|---------------------------|-----------------------|--------------------------|------------------------------|
| 1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido/a. | | | | |
| 2. Me cuesta llamar por teléfono a lugares como tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo. | | | | |
| 10. Tiendo a guardarme mis opiniones para mí mismo/a. | | | | |
| 11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería. | | | | |
| 19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás. | | | | |
| 20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría enviar e-mails a tener que pasar por entrevistas personales. | | | | |
| 28. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor. | | | | |
| 29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo. | | | | |

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Escala de Autoestima de Rosenberg

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma.

Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

| | Muy de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Muy en desacuerdo |
|---|-----------------------|-------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. | | | | |
| 2. Estoy convencido/a de que tengo cualidades buenas. | | | | |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente. | | | | |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a. | | | | |
| 5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a. | | | | |
| 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a. | | | | |
| 7. En general, me inclino a pensar que soy un/a fracasado/a. | | | | |

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

8. Me gustaría poder sentir
más respeto por mí
mismo/a.
9. Hay veces que realmente
pienso que soy un/a inútil.
10. A veces creo que no soy
buena persona.
-

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

Anexo estadístico

Fiabilidad

Apego seguro

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|-------------------|
| ,955 | 24 |

Apego inseguro

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|-------------------|
| ,865 | 17 |

Autoexpresión social

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|-------------------|
| ,825 | 8 |

Autoestima

Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|-------------------|
| ,885 | 10 |

Descriptivos de edad

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

| Estadísticos | | |
|---------------------|----------|-----|
| edad | | |
| N | Válido | 387 |
| | Perdidos | 0 |

| edad | | | | | |
|-------------|------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válido | Entre 18-20 años | 156 | 40,3 | 40,3 | 40,3 |
| | Entre 21-23 años | 167 | 43,2 | 43,2 | 83,5 |
| | Entre 24-25 años | 64 | 16,5 | 16,5 | 100,0 |
| | Total | 387 | 100,0 | 100,0 | |

Descriptivos de sexo

| Estadísticos | | |
|---------------------|----------|-----|
| sexo | | |
| N | Válido | 387 |
| | Perdidos | 0 |

| sexo | | | | | |
|-------------|-----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válido | Femenino | 347 | 89,7 | 89,7 | 89,7 |
| | Masculino | 40 | 10,3 | 10,3 | 100,0 |
| | Total | 387 | 100,0 | 100,0 | |

Descriptivos de variables principales

| Estadísticos descriptivos | | | | | | |
|----------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Desv. | | | | | | |
| | N | Media | Desviación | Asimetría | Curtosis | |
| | Estadístico | Estadístico | Estadístico | Estadístico | Desv. Error | Estadístico |
| | o | o | Estadístico | Estadístico | Error | Estadístico |
| Apego seguro | 387 | 75,4832 | 13,39018 | -,983 | ,124 | ,948 |

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

| | | | | | | |
|----------------------|-----|---------|---------|-------|------|-------|
| Apego inseguro | 387 | 38,6770 | 8,35492 | ,455 | ,124 | -,064 |
| hhss | 387 | 18,5969 | 4,93248 | -,178 | ,124 | -,565 |
| autoestima | 387 | 28,0103 | 6,32741 | -,335 | ,124 | -,315 |
| N válido (por lista) | 387 | | | | | |

Correlaciones

| | | Correlaciones | | | |
|----------------|------------------------|---------------|----------------|---------|------------|
| | | Apego seguro | Apego inseguro | hhss | autoestima |
| Apego seguro | Correlación de Pearson | 1 | -,730** | ,328** | ,469** |
| | Sig. (bilateral) | | ,000 | ,000 | ,000 |
| | N | 387 | 387 | 387 | 387 |
| Apego inseguro | Correlación de Pearson | -,730** | 1 | -,393** | -,500** |
| | Sig. (bilateral) | ,000 | | ,000 | ,000 |
| | N | 387 | 387 | 387 | 387 |
| hhss | Correlación de Pearson | ,328** | -,393** | 1 | ,544** |
| | Sig. (bilateral) | ,000 | ,000 | | ,000 |
| | N | 387 | 387 | 387 | 387 |
| autoestima | Correlación de Pearson | ,469** | -,500** | ,544** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,000 | ,000 | ,000 | |
| | N | 387 | 387 | 387 | 387 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en
adolescentes mendocinos*

BIBLIOGRAFÍA

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Referencias bibliográficas

- Ainsworth, M. D. S. & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67.
- Almaraz Feroso, D., Coeto Cruzes, G. & Camacho Ruiz, E. J. (2019). Habilidades sociales en niños de primaria. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 10(19), 191- 206.
https://www.researchgate.net/publication/336700801_Habilidades_sociales_en_ninos_de_primaria
- Ávila de Encío, C (2018). *La relación de apego y sus posibilidades educativas*. Narcea Ediciones. <https://elibro.net/es/ereader/sibuca/46297>
- Balabanian, C., Lemos, V. & Vargas Rubilar, J. (2015). Apego percibido y conducta prosocial en adolescentes. Universidad Adventista del Plata, Argentina. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(2), 278-294.
https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/1515/pdf_19.
- Balabanian, C., Lemos, V. & Vargas Rubilar, J. (agosto, 2013). Estudio psicométrico de la versión castellana del Cuestionario de Apego Parental (PAQ) de Kenny en adolescentes de la provincia de Córdoba, Argentina. *Conferencia: XIV Reunión Nacional y III Encuentro Internacional de la AACCC*. Simposio llevado a cabo en la provincia de Córdoba, Argentina.
- Bowlby, J. (2009). *Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós.
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos. Formación, desarrollo y pérdida*. Morata.
- Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI Editores.

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Cacciabue, L. M. & Neubert, J. A. E. (2019). *Celos expresados en ideas y conductas hacia su pareja, y sentimiento de autoestima en mujeres de 20 a 25 años de la Ciudad de Paraná*. (Tesis de grado).

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9775/1/celos-expresados-ideas-conductas.pdf>

Campos, A. L. (2019). *Primera Infancia: una mirada desde la Neuroeducación*. Organización de los Estados Americanos.

<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/primera-infancia-esp.pdf>

Carreras, M. A., Brizzio, A., González, R., Mele, S & Casullo, M. M. (2008). Los estilos de apego en los vínculos románticos y no románticos. Estudio comparativo con adolescentes argentinos y españoles. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 1(25), 107- 124.

Castañeda Rivera, J. (2020, agosto). Educación Emocional y Habilidades Sociales. *Conferencias sobre pedagogía y matemáticas*. Conferencia llevada a cabo en el Centro de Investigación y Enseñanza de las Matemáticas (CIEM) en la ciudad de Michoacán, México.

Casullo, M. M. & Góngora, V. C. (2009). Validación de la escala de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Interamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 1(27), 179-194. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4539884>

Cogollo, Z., Campo Arias, A. & Herazo, E. (2015). Escala de Rosenberg para autoestima: consistencia interna y dimensionalidad en estudiantes de Cartagena, Colombia. *Psychologia Avances de la disciplina*, 9(2). 61- 71. <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297241658005.pdf>

Cohen Imach, S., Esterkind de Chein, A. E., Lacunza, A. B., Caballero, S. V. & Martinenghi, C. (2010). Habilidades sociales y contexto sociocultural. Un estudio con adolescentes a través del BAS-3. *Revista Iberoamericana de*

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Diagnóstico y Evaluación, 1(29), 167- 185.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645441010>

Corrales, P. V. & Schroeder, M. B. (2018). *Habilidades sociales en niños/as escolarizados de cuatro años que asistieron y no asistieron a jardín maternal*. (Tesis de grado).

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/557/1/habilidades-sociales-ninos-escolarizados.pdf>

Di Bártolo, I. & Seitún, M. (2019). *Apego y crianza*. Grijalbo.

Díaz Falcón, D., Fuentes Suárez, I. & Senra Pérez, N. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64), 98-103.

Duarte Rico, L., García Ramírez, N., Rodríguez Cruz, E. & Bermúdez Jaimes, M. (2016). Las prácticas de crianza y su relación con el Vínculo Afectivo. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 9(2), 113- 124.

Firpo, P. (2018). *Habilidades sociales: diferencias entre adolescentes con hermanos mayores y adolescentes sin hermanos*. (Tesis de grado).

http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/843/tesis-6118-habilidadess.pdf

Frankl, V. E. (2016). *El hombre en busca de sentido*. Herder.

Gismero González, E. (2002). *Escala de Habilidades Sociales*. TEA Ediciones.

Gómez Santos, C. K. & Miranda Cortegana, C. M. (2021). Estilos de apego y autoestima en adolescentes de una institución educativa privada de la Ciudad de Cajamarca. (Tesis de grado).

Grañana, N. (2014). *Manual de intervención para trastornos del desarrollo en el espectro autista. Enfoque neuropsicológico*. Paidós.

Gualda, G. L. & Lacunza, A. B. (2020). Autoestima y habilidades sociales en niños y niñas del Gran San Miguel de Tucumán, Argentina. *Revista Argentina*

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

de Salud Pública, 11(42), 22-31.

<https://www.researchgate.net/publication/348406464> Autoestima y habilidades sociales en niños y niñas del Gran San Miguel de Tucumán Argentina

Hernández Sampieri, R. (2010). *Metodología de la Investigación*. Interamericana.

Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41.

<https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066003.pdf>

Iannizzotto, M. E. (2009). Hacia una genuina valoración del sí mismo de la persona. La autoestima versus pseudoautoestima. Un enfoque comprensivo. *Revista Internacional de Filosofía y Ciencias Humanas de Roma*, 13(79).

Lacomba Trejo, L., Valero Moreno, S. y Montoya Castilla, I. (2019).

Adolescente con Diabetes Mellitus Tipo 1: problemas emocionales, conductuales y de autoestima. *Revista de Psicología de la Salud*, 7(1), 22-44.

<https://www.researchgate.net/publication/330763911> Adolescente con Diabetes Mellitus Tipo 1 problemas emocionales conductuales y de autoestima

Lacunza, A. B & Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 1(23), 159-182.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18424417009>

Lacunza, A. B. (2012). Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicología, Cultura y Sociedad*, 63-84.

Loyola Cornejo, M. D. (2012). *Influencia de la carencia de habilidades sociales en el apareamiento de la ansiedad en niños y niñas de 10 a 14 años que acuden a la consulta externa de la DINAPEN-P*. (Tesis de grado).

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/1812/1/T-UC-0007-16.pdf>

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

- Marrone, M. (2001). *La teoría del apego. Un enfoque actual*. Psimática.
- Mele, D. & Casullo, C. (2010). *Manual de Promoción de la Salud: experiencias provinciales*. Ministerio de Salud de la Nación.
- Oliva Delgado, A. (2011). Apego en la adolescencia. *Revista Acción Psicológica*, 8(2), 55-65.
- Oliva Delgado, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(1), 65-81.
- Oros, L. B., Vargas Rubilar, J. & Krumm, G. L. (2014). Parentalidad y emociones positivas durante la niñez. *Revista Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 60(1), 25-35.
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2009). *Desarrollo Humano*. McGraw–Hill Intramericana.
- Perez, K. L., Romero, K., Robles, J. L. & Flórez, M. (2019). Prácticas parentales y su relación con conductas prosociales y agresivas en niños, niñas y adolescentes de instituciones educativas. *Revista Espacios*, 40(31), 8.
<https://www.revistaespacios.com/a19v40n31/a19v40n31p08.pdf>
- Ramírez, N. (2010). Las relaciones objetales y el desarrollo del psiquismo: una concepción psicoanalítica. *Revista de Investigación en Psicología*, 13(2), 221-230.
- Rendón Quintero, E. & Rodríguez Gómez R. (2016). La importancia del vínculo en la infancia: entre el psicoanálisis y la neurobiología. *Revista Ciencias de la Salud*, 14(2), 261-280.
- Roa García, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Revista Edetania*, 44, 241-257.
- Rodríguez Naranjo, C. & Caño González, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of*

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Psychology and Psychological Therapy, 12(3), 389-403.

<https://www.redalyc.org/pdf/560/56024657005.pdf>

Rojas, T. (2018). *Adolescencia, entre apego y bienestar psicológico*. Editorial Académica Española.

https://www.researchgate.net/publication/325307064_Adolescencia_entre_Apego_y_Bienestar_Psicologico

Sánchez Herrero, M. (2011). *Apego en la infancia y apego adulto. Influencia en las relaciones amorosas y sexuales*. (Tesis de maestría)

Sánchez, L. (2020). *La influencia del apego en el desarrollo de la empatía en niños*. (Tesis de grado).

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/11662/1/influencia-apego-desarrollo-empatia.pdf>

Segagliate, C. L. (2021). *Apoyo social en línea y fuera de línea y su relación con la autoestima adolescente*. (Tesis de grado).

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/12391/1/apoyo-social-en-linea.pdf>

Tierno, B. (2000). *La fuerza del amor. El camino hacia la realización personal y madurez afectiva*. Planeta.

Valdivia, J. B., Ramos Zúñiga, B., Pérez Orta, M. A. & Florentino González, S. (2020). Relación entre autoestima y asertividad en estudiantes universitarios.

Revista Académica de Investigación, (34), 1- 26.

https://www.researchgate.net/publication/352822949_RELACION_ENTRE_AUTOESTIMA_Y_ASERTIVIDAD_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS

Válek de Bracho, M. (2011). *Autoestima y motivaciones sociales en estudiantes de educación superior*.

<https://www.eumed.net/librosgratis/2011b/971/bases%20teoricas%20de%20la%20investigacion.html>

El apego y su relación con el desarrollo de las habilidades sociales y la autoestima en adolescentes mendocinos

Villalobos, H. P. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito profesional. *Alternativas Psicología*, (41), 22- 32.

<https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>