

# Relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima Norte

*Dra. Mariuccia Ángeles Donayre*

*Docente de la Escuela de Psicología en la Universidad*

*Continental*

*mariucciangeles@gmail.com*

## Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes. La muestra estuvo conformada por 515 estudiantes de ambos sexos, de 6.º grado de educación primaria de dos distritos de Lima norte, cuyas edades fluctúan entre los 10 y 12 años. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de factores personales de resiliencia propuesto por Salgado (2005) y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein (1978), previamente adaptado para este estudio. El tipo de estudio es básico de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental, tipo transversal. Los resultados mostraron que no existe relación significativa entre resiliencia y las habilidades sociales; sin embargo, sí se encontraron relaciones significativas entre el factor empatía y todas las dimensiones de las habilidades sociales, excepto la de las habilidades de planificación, así como una relación estadísticamente significativa con las habilidades sociales global.

**Palabras clave:** factores personales, resiliencia, habilidades sociales, adolescentes

## Abstract

*The present study's objective was to determine the relationship between resilience and social skills in a group of teenagers. The sample was composed by 515 students of both sex of 6th grade of primary education in two districts of Lima Norte, whose ages were between 10 and 12 years old. The instruments used were The Personal Factors of Resilience Inventory proposed by Salgado (2005) and The Check List of Social Skills by Goldstein (1978) previously adapted; the type of study is basic-level descriptive correlational, non-experimental design, cross-type. The results showed there is not a significant relationship between resilience and social skills; however, there are significant relationships between the empathy factor and five dimensions of social skills, except the dimension of planning skills, as well as a statistically significant relationship with the global social skills.*

*Key words:* personal factors, resilience, social skills, adolescents.

## Introducción

La resiliencia y las habilidades sociales constituyen dos de los aspectos fundamentales en el desarrollo del ser humano, ya que sirven para enfrentar y afrontar las adversidades a nivel personal, académico, familiar, laboral o social.

En el país, los estudios sobre resiliencia en adolescentes escolares han sido considerados de vital importancia para promover su desarrollo. Tal como se señala en su definición, busca hacer personas competentes socialmente, con conciencia de su identidad, dispuestas a tomar decisiones en el momento que deban hacerlo. Además, personas que puedan planificar y proyectarse al futuro y creer en un futuro mejor, capaces de satisfacer sus necesidades primarias de afecto, relacionarse adecuadamente, respetándose a sí mismos y a los demás; que logren ser, finalmente, personas productivas, que gozan de salud y de felicidad (Salgado, 2005).

La resiliencia es relevante porque permite a la persona responder a eventos negativos o adversos de manera satisfactoria (Zolkoski y Bullock, 2012). Es importante señalar que la resiliencia no es la capacidad para negar un problema, herida o dolor que se experimenta, sino la capacidad enfrentar y sobreponerse a esa adversidad, e incluso, transformándola en positiva (Grotberg, 1995; Rutter, 1985; Vanistendael, 1994). También se enfoca en las habilidades sociales porque es un componente fundamental para lograr el desenvolvimiento socioemocional del ser humano y porque favorece el aprendizaje escolar (Dascanio et al. 2015).

Respecto a las habilidades sociales, ayudan a que los adolescentes adquieran las competencias necesarias para un mejor desarrollo humano y puedan enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria, creando un desarrollo saludable en esta etapa y hacia la madurez, de modo que los hace capaces de comprender y manejar adecuadamente sus emociones frente a la presión que ejercen sobre ellos otros adolescentes (Minsa, 2005).

Existen situaciones difíciles o de riesgo a las que la población adolescente, en particular, debe enfrentar. Por ser una etapa de transición del desarrollo, los adolescentes, cuya edad de inicio ocurre antes de los 14 años, son vulnerables a algunas de esas situaciones, como consumo de alcohol, consumo de drogas, inicio de actividad sexual temprana o violencia escolar, (Ministerio de Salud-2011). Así, ser resilientes y poseer adecuadas habilidades sociales se hace imprescindible para contribuir con su desarrollo de manera saludable.

El estudio de la resiliencia tiene sus orígenes en el campo de la medicina; sin embargo, los estudios sobre resiliencia en las ciencias del comportamiento emergen alrededor de 1970, cuando los pioneros en investigar aspectos de las funciones y desarrollo humano consideraron la presencia de un evento crucial para la recuperación de la patología (Masten, 2011).

Diversos estudios señalan la presencia de ciertos factores que intervienen en la resiliencia. De acuerdo con Benzie y Mychasiuk (2009) la capacidad de ser resiliente se hace mucho más óptima cuando los factores protectores son cimentados en todos los niveles de interacción del

modelo socioecológico, siendo estos el nivel individual (personal), el nivel familiar y la comunidad (Zolkoski y Bullock, 2012).

El desarrollo de las habilidades sociales está relacionado a los procesos evolutivos. En la primera infancia predominan las habilidades para iniciar y mantener una situación de juego, pero a medida que el niño avanza en edad se van incorporando y desarrollando las habilidades verbales y las de interacción, como el conocer, establecer y respetar las reglas de juego. En los años escolares se van relacionando con otros niños con características diversas o similares, o no, donde diversas habilidades se hacen necesarias y vitales, como saludar, realizar y recibir críticas, ofrecer ayuda, expresar opiniones, tener la capacidad para resistir a las presiones grupales, asumir responsabilidades, hacer favores, considerar puntos de vista y valorar las habilidades de los demás, esperar turnos, hacer silencio cuando otros hablan, mostrar comprensión no verbal, habilidades para entablar un diálogo, para jugar e integrarse a grupos, el sentido del humor y la capacidad de tolerar las burlas (Dascanio et al. 2015).

Investigaciones muestran que las habilidades sociales están asociadas con el logro académico; por ejemplo, un adolescente que tiene buenas habilidades sociales presenta mayores calificaciones y mejor desempeño (esto se observó en niños de 7 a 10 años en comparación con los adolescentes pasados los 12 años). Desarrollar y potencializar las habilidades sociales en la escuela podría facilitar el desarrollo de la inteligencia social, liderazgo en secundaria y en su vida cotidiana. Los adolescentes con habilidades sociales son más exitosos

que sus pares menos competentes en desarrollar actitudes positivas hacia la escuela y en su ajuste a las demandas escolares (Dowswell y Chessor, 2014; Zsolnai y Kasik, 2014).

Por lo tanto, en este estudio se plantea establecer la relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima norte según sexo y edad.

## **Materiales y método**

**Diseño de estudio:** es básico, de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental y de tipo transversal.

**Muestreo:** no probabilístico, de tipo intencional.

**Población:** la población objeto de estudio quedó conformada por 515 adolescentes de 10 a 12 años de edad ( $M=11,73$ ,  $DE=0,54$ ), de ambos sexos (52 % mujeres y 48 % hombres) que cursan el 6.º grado de educación primaria.

**Instrumento:**

**Inventario de factores personales de resiliencia (Salgado, 2005).** Este instrumento, evalúa los factores personales de la resiliencia siendo estos: autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad; Salgado consideró dichos factores ya que, a juicio de diversos investigadores, son los factores protectores más importantes que se deben de tener en cuenta en todo proceso de evaluación y/o intervención (ver anexos).

**Lista de chequeo de habilidades sociales (Goldstein, 1978).** Este instrumento fue originalmente construido por Goldstein en Nueva York,

Estados Unidos, en 1978. Tiene como objetivo determinar la deficiencia y competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales (ver anexos).

## Resultados

**Tabla 1.** Correlación en la muestra de estudio entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	R	r	r	r	r	r	r
Autoestima	-0,021	-0,037	-0,009	-0,008	-0,018	-0,060	-0,020
Empatía	0,120 (**)	0,092 (*)	0,138 (**)	0,090 (*)	0,122 (**)	0,062	0,154 (**)
Autonomía	-0,067	-0,008	-0,040	-0,045	-0,014	0,009	-0,038
Humor	-0,004	-0,012	0,014	-0,017	0,026	0,043	0,015
Creatividad	0,029	0,023	-0,002	0,018	0,029	0,006	0,046
Resiliencia	0,030	0,015	0,022	0,007	0,039	0,001	0,047

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 1 se puede observar la correlación en la muestra de estudio entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa entre el factor personal de empatía y cinco de las dimensiones de las habilidades sociales; con la dimensión de las habilidades sociales básicas ( $r=0,120$ ,  $p=0,01$ ), con la dimensión de habilidades sociales avanzadas ( $r=0,092$ ,  $p=0,05$ ), con las habilidades relacionadas a los sentimientos ( $r=0,138$ ,  $p=0,01$ ), habilidades alternativas a la agresión ( $r=-0,090$ ,  $p=0,05$ ), con las habilidades para enfrentar el estrés ( $r=0,122$ ,  $p=0,01$ ).

Cabe precisar, a pesar de que la relación es estadísticamente significativa, que la correlación es débil.

Es importante observar que un coeficiente de correlación bajo no significa que no existe relación alguna entre las variables, sino simplemente que no existe relación lineal entre ellas. Esto determina una relación entre una variable y otra, pero no precisa causalidad. Así, las asociaciones reportadas no pueden generalizarse ni interpretarse fuera del contexto de los participantes.

En cuanto a la relación entre los factores personales de la resiliencia y las habilidades sociales, no se encuentra relación significativa con autoestima ( $r=-0,02$ ,  $p=0,66$ ), autonomía ( $r=-0,04$ ,  $p=0,40$ ), humor ( $r=0,02$ ,  $p=0,73$ ) o creatividad ( $r=0,05$ ,  $p=0,30$ ). Solo en el caso de empatía se encuentra una relación significativa ( $r=0,15$ ,  $p<0,01$ ).

**Tabla 2.** Correlación en la muestra de estudio de 10 años entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	R	r	r	r	r	r	r
Autoestima	0,149	0,093	0,357 (*)	0,107	0,129	0,051	0,254
Empatía	0,028	0,215	0,248	0,094	0,211	0,171	0,217
Autonomía	-0,011	-0,006	0,074	-0,139	-0,02	-0,048	0,048
Humor	0,434 (*)	0,288	0,093	0,174	0,325	0,352 (*)	0,391 (*)
Creatividad	-0,077	0,049	0,12	0,001	0,100	-0,115	0,075
Resiliencia	0,215	0,254	0,17	0,008	0,229	0,12	0,301

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 2 se puede observar la correlación en la muestra de estudio de 10 años entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa entre dos factores personales: el factor personal de autoestima con la dimensión de habilidades sociales relacionadas a los sentimientos ( $r=0,357$ ,  $p=0,05$ ), y el factor personal de humor con la dimensión

de las habilidades sociales básicas ( $r=0,434$ ,  $p=0,05$ ), y con la dimensión de habilidades para la planificación ( $r=0,352$ ,  $p=0,05$ ). Cabe precisar que la relación es estadísticamente significativa, siendo para ello una correlación moderada. Por otro lado, no se encontró asociación estadísticamente significativa en la muestra de estudio de 10 años entre la resiliencia y las dimensiones de las habilidades sociales.

**Tabla 3.** Correlación en la muestra de estudio de 11 años entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	r	r	R	r	r	r	r
Autoestima	-0,079	-0,055	-0,252 (**)	-0,143	-0,14	-0,204 (*)	-0,133
Empatía	0,153	0,145	0,111	0,026	0,063	-0,034	0,162
Autonomía	-0,095	0,089	-0,195 (*)	-0,194 (*)	0,029	0,006	-0,05
Humor	-0,151	0,085	-0,066	-0,163	-0,022	-0,002	-0,066
Creatividad	0,088	0,143	-0,133	-0,084	0,034	0,038	0,081
Resiliencia	-0,054	0,134	-0,189 (*)	-0,226 (*)	-0,019	-0,081	-0,024

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 3 se puede observar la correlación en la muestra de estudio de 11 años entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa entre dos factores personales: el factor personal de autoestima con la dimensión de habilidades sociales relacionadas a los sentimientos de manera inversa ( $r=-0,252$ ,  $p=0,01$ ) y con las habilidades para la planificación de manera inversa ( $r=-0,204$ ,  $p=0,05$ ); y el factor personal de autonomía con la dimensión de las habilidades relacionadas a los sentimientos de manera inversa ( $r=-0,195$ ,

$p=0,05$ ), y con la dimensión de habilidades alternativas a la agresión de manera inversa ( $r=-0,194$ ,  $p=0,05$ ).

De la misma manera, se encontró que existe asociación estadísticamente significativa negativa en la muestra de estudio de 11 años entre la resiliencia y dos de las dimensiones de las habilidades sociales; la resiliencia con la dimensión de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos de manera inversa ( $r=-0,189$ ,  $p=0,05$ ) y con la dimensión de las habilidades sociales alternativas a la agresión ( $r=-0,226$ ,  $p=0,05$ ).

**Tabla 4.** Correlación en la muestra de estudio de 12 años entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	r	r	r	r	r	r	r
Autoestima	-0,02	-0,036	0,009	0,008	-0,002	-0,04	-0,016
Empatía	0,126 (**)	0,076	0,137 (**)	0,100 (*)	0,124 (**)	0,075	0,147 (**)
Autonomía	-0,067	-0,024	-0,022	-0,014	-0,025	0,013	-0,038
Humor	-0,005	-0,05	0,019	-0,008	0,009	0,031	-0,003
Creatividad	0,023	-0,005	0,019	0,044	0,028	0,005	0,041
Resiliencia	0,032	-0,022	0,045	0,043	0,035	0,008	0,038

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 4 se puede observar la correlación en la muestra de estudio de 12 años entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de las habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa entre un factor personal de la resiliencia con cuatro dimensiones de las habilidades sociales; el factor personal de empatía con la dimensión de habilidades sociales básicas ( $r=0,126$ ,  $p=0,01$ ), con la dimensión de habilidades sociales relacio-

nadas a los sentimientos ( $r=0,137$ ,  $p=0,01$ ), con las habilidades alternativas a la agresión ( $r=0,100$ ,  $p=0,05$ ) y con las habilidades para enfrentar el estrés ( $r=0,124$ ,  $p=0,01$ ).

De la misma manera, se encontró que existe asociación estadísticamente significativa en la muestra de estudio de 12 años entre el factor personal de empatía y las habilidades sociales globales ( $r=-0,147$ ,  $p=0,01$ ).

**Tabla 5.** Correlación en la muestra de estudio de mujeres entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	r	r	r	r	r	r	r
Autoestima	-0,124(*)	-0,063	0,006	0,009	-0,016	-0,074	-0,06
Empatía	0,075	0,018	0,192(**)	0,084	0,102(*)	0,089	0,157(**)
Autonomía	-0,082	0,041	-0,013	-0,068	0,02	0,112(*)	-0,019
Humor	0,002	0,013	0,109(*)	0,018	0,088	0,161(**)	0,072
Creatividad	0,06	-0,033	0,032	0,114(*)	0,029	0,017	0,078
Resiliencia	0,003	-0,01	0,092	0,043	0,064	0,076	0,068

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 5 se puede observar la correlación en la muestra de estudio de mujeres entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de las habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa negativa entre el factor personal autoestima de la resiliencia y la dimensión de habilidades sociales básicas ( $r=-0,124$ ,  $p=0,05$ ), entre el factor personal empatía y la dimensión de las habilidades relacionadas a los sentimientos ( $r=0,192$ ,  $p=0,01$ ), con las dimensiones de las habilidades para enfrentar el estrés ( $r=0,102$ ,  $p=0,05$ ), y con las habilidades sociales globales ( $r=0,157$ ,  $p=0,01$ );

entre el factor personal autonomía y la dimensión de las habilidades para la planificación ( $r=0,112$ ,  $p=0,05$ ); entre el factor personal humor y las habilidades relacionadas a los sentimientos ( $r=0,109$ ,  $p=0,05$ ) y con la dimensión habilidades para la planificación ( $r=0,161$ ,  $p=0,01$ ); entre el factor personal creatividad y la dimensión de habilidades alternativas a la agresión ( $r=0,114$ ,  $p=0,05$ ).

Por otro lado, se encontró que no existe asociación estadísticamente significativa en la muestra de estudio de mujeres entre resiliencia y las habilidades sociales globales ( $r=0,068$ ).

**Tabla 6.** Correlación en la muestra de estudio hombres entre los factores personales de resiliencia y las dimensiones de habilidades sociales

	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas a los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión	Habilidades para enfrentar el estrés	Habilidades para la planificación	Habilidades sociales globales
	r	r	r	r	r	r	r
Autoestima	0,101	-0,004	-0,032	-0,037	-0,01	-0,042	0,027
Empatía	0,172(**)	0,159(**)	0,089	0,099	0,149(**)	0,042	0,155(**)
Autonomía	-0,044	-0,055	-0,067	-0,019	-0,043	-0,108(*)	-0,061
Humor	-0,004	-0,048	-0,09	-0,054	-0,046	-0,097	-0,054
Creatividad	-0,006	0,083	-0,038	-0,083	0,026	-0,005	0,016
Resiliencia	0,057	0,032	-0,049	-0,03	0,013	-0,073	0,02

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 6 se puede observar la correlación en la muestra de estudio de hombres entre los factores personales de la resiliencia y las dimensiones de las habilidades sociales, encontrando que existe asociación estadísticamente significativa entre el factor personal empatía de la resiliencia y la dimensión de habilidades sociales básicas ( $r=0,172$ ,  $p=0,01$ ), con la dimensión de las habilidades sociales avanzadas ( $r=0,159$ ,  $p=0,01$ ), con las dimensiones de las habilidades para enfrentar el estrés ( $r=0,149$ ,  $p=0,01$ ), y con las habilidades sociales globales ( $r=0,155$ ,  $p=0,01$ ); entre el factor personal autonomía y la dimensión de las habilidades para la planificación, pero negativa ( $r=-0,108$ ,  $p=0,05$ ).

Por otro lado, se encontró que no existe asociación estadísticamente significativa en la muestra de estudio de hombres entre resiliencia y las habilidades sociales globales ( $r=0,002$ ).

Respecto al objetivo e hipótesis general, se encontró que no existe asociación estadísticamente significativa entre resiliencia y habilidades sociales ( $r=0,05$ ,  $p=0,29$ ).

## Conclusiones y discusión

Al establecer la relación entre los factores personales de resiliencia y las habilidades sociales, se encontró que existe asociación significativa entre el factor personal de empatía y cinco de las dimensiones de las habilidades sociales: las básicas, las avanzadas, las relacionadas a los sentimientos, las alternativas a la agresión y aquellas para enfrentar el estrés. Estos resultados indicarían que la empatía permite a los adolescentes reconocer las necesidades y deseos de los demás, percibir lo que les ocurre considerando el punto de vista de los otros (Salvador, 2015).

Por lo tanto, la empatía estaría relacionada con las habilidades para lograr el funcionamiento del gru-

po, con las que permiten comprender y expresar sentimientos propios y de los demás, con las que emplea el autocontrol y la negociación, con las que permiten responder al fracaso, presiones de grupo, demostrar que pueden hacer lo que se proponen y resolver la vergüenza. Estos resultados guardan relación con los encontrados por Garaigordobil y García (2006), quienes confirman que los adolescentes tempranos con alta empatía tienen muchas conductas sociales positivas, asertivas, de consideración con los demás, de autocontrol, de liderazgo y pocas conductas sociales de retraimiento, agresivas, pasivas, antisociales y delictivas; además, emplean estrategias cognitivas de interacción asertivas. Los adolescentes son considerados prosociales por sus compañeros, son estables emocionalmente, tienen alto autoconcepto positivo, global, creativo, y aportan diversas formas de resolución de estas emociones.

Asimismo, en el estudio de Cardozo, Dubini, Fantino y Ardiles (2011) se halló relaciones entre la consideración por los demás y empatía; es decir, que aquellos adolescentes que presentan mayor consideración por los demás presentan mayor empatía. Por otro lado, se observó que la empatía se relaciona negativamente con la conducta agresiva.

Respecto a la relación entre resiliencia y habilidades sociales según la edad, se encontró que en los participantes de 10 años existe asociación significativa entre autoestima con las habilidades relacionadas a los sentimientos, y entre humor con las habilidades básicas y con las que se usan para la planificación. Estos resultados indicarían que mientras los adolescentes posean sentimientos de aprecio sobre sí mismos, serán capaces de valo-

rarse, reconocerse y aceptarse (Cataño, Restrepo, Portilla y Ramírez, 2008; Salvador, 2015); por lo tanto, serán capaces de expresar y comprender sus sentimientos y de los demás.

En el estudio de Cayetano (2012), se señala que los adolescentes de 10 años en adelante poseen autoestima promedio pero que su conducta se ve influenciada por el contexto social, por lo que muestran reacciones similares; es decir, si su ambiente es favorable, ellos se mostraran con comportamientos que favorezcan su socialización, además de considerar su opinión sobre las relaciones sociales que establecen con sus iguales.

Respecto a la relación entre humor y las habilidades básicas y de planificación, se afirma que los adolescentes que poseen sentido del humor serán capaces de soportar situaciones nuevas o difíciles logrando aliviar el estrés que experimentan, lo cual les permitirá iniciar una conversación, presentarse frente a los demás y hacer planes a futuro. Tal como lo señala Martin (2008), el humor sano se caracteriza por ser un humor prosocial que permite el establecimiento de relaciones interpersonales satisfactorias, ayuda a consolidar el propio bienestar y fortalece la interacción positiva con otras personas; por lo tanto, hace que la comunicación intra e interpersonal mejore, logrando una mejor integración entre los miembros de un grupo.

En los participantes de 11 años, se halló que existe asociación significativa inversa entre autoestima con las habilidades relacionadas a los sentimientos y para la planificación, lo cual indicaría que estos adolescentes que poseen autoestima podrían tener dificultades para expresar sus sen-

timientos y, por lo tanto, poder plantearse metas a futuro o viceversa. Este resultado guardaría relación con los hallazgos de Rodríguez y Caño (2012), quienes señalan que los adolescentes con adecuada autoestima aprendieron desde edades tempranas respuestas de evitación para afrontar experiencias que le producen emociones negativas, evitando con ello generarse un concepto inadecuado de sí mismo.

Con respecto a la asociación entre autonomía y las habilidades relacionadas a los sentimientos y las habilidades alternativas a la agresión a la inversa, es importante resaltar que la autonomía permite al adolescente actuar con independencia y libertad, por ello se desarrolla con mayor rapidez; sin embargo, en este grupo en particular las capacidades para expresar y comprender sus sentimientos y de los demás se encuentran aún en desarrollo, así como la capacidad para emplear el autocontrol y la negociación. Estos resultados guardan relación con los hallados por Fleming (2005), quien plantea que la autonomía en los adolescentes tempranos es multidimensional, que se expresa en sus actitudes, emociones y comportamientos, donde el logro de la autonomía va a estar relacionado a una capacidad de lucha y conflicto con los padres para hacer prevalecer sus ideas y creencias, así como el romper esa dependencia de normas impuesta por sus padres.

Respecto a los participantes de 12 años, se halló que existe asociación significativa entre empatía con las habilidades sociales básicas, las relacionadas a los sentimientos, las alternativas a la agresión y aquellas que se usan para enfrentar el estrés. Estos hallazgos guardan relación con los

encontrados por Cardozo et al. (2011) así como Garaigordobil y García (2006), quienes señalan que las habilidades de consideración por los demás, autocontrol y conducta asertiva se relacionan con empatía, destacando que el incremento de estrategias asertivas disminuye el desarrollo de estrategias de resolución de conflictos agresivos en los adolescentes. Como se ha señalado en párrafos anteriores respecto a la asociación entre la empatía y las dimensiones de las habilidades sociales, es innegable la importancia de este factor personal de la resiliencia en la adolescencia temprana, el cual contribuye a desarrollar habilidades sociales.

Referente a la relación entre la resiliencia y las habilidades sociales en función al sexo, se halló que no existe asociación significativa en la muestra de estudio a nivel global, solo se encontró relación entre el factor empatía y las habilidades sociales tanto en hombres como en mujeres. Este resultado coincide con el de Oros y Fontana (2015), quienes hallaron que los adolescentes hombres y mujeres empáticos, especialmente aquellos que manifiestan respuestas afectivas apropiadas, buena autoconciencia emocional y alta regulación empática, tienen una probabilidad mayor de poner en marcha habilidades sociales adecuadas. Pero difiere con lo planteado por Goleman (2000), quien encuentra que las mujeres tienden a expresar sus sentimientos ante las demás personas con mayor facilidad, son más comunicativas, comprensivas y tolerantes cuando tienen que escuchar y brindar ayuda a uno de sus pares que se encuentra en problemas, en contraste con los hombres, quienes por lo general tienden a retraerse para resolver el problema ellos mis-

mos y no se comunican con tanta facilidad, son más prácticos y prefieren actuar en vez de hablar; también son más reservados y menos interesados sobre sentimientos de los demás.

Respecto a los resultados obtenidos en función al objetivo general, no existe asociación significativa entre resiliencia y habilidades sociales globales. Este hallazgo coincide con el reportado por Cárdenas y Alarcón (2015), quienes atribuyen a los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales que ocurren en la adolescencia como los factores que no favorecen la asociación. En la etapa de la adolescencia temprana, se van a producir cambios constantes y permanentes donde la forma de sentir, pensar y de actuar irá cambiando según los momentos de historia que les corresponda vivir y de la intensidad con que se haga; por ello, encontrar una relación entre ambas no es factible, hecho que se produce en etapas posteriores, cuando el adolescente alcanza mayor estabilidad. Desde el punto de vista de la teoría bioecológica de Bronfenbrenner (1979) se puede explicar que los adolescentes se desenvuelven dentro de un contexto familiar, educativo y social, los cuales son favorables, o no, en el desarrollo de sus capacidades de resiliencia. Es decir, el adolescente interactúa con su medioambiente y las experiencias que obtiene de esa interacción, así como de las respuestas que recibe en casa, de cada uno de sus miembros familiares; en la escuela, de los docentes y compañeros de clase; en el barrio, de sus vecinos y amigos, que le permiten reconstruir sus pensamientos, sentimientos y acciones, y van adquiriendo, o no, las capacidades y habilidades para enfrentar situaciones favorables y/o adversas.

## Referencias

- Benzies, K. y Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency: a review of the key protective factors. *Monash University Library*, 14(1), 103-114.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Cárdenas, R. M. P. y Alarcón, A. (2015). *Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes del 2.º grado de secundaria I. E. "2032 Manuel Scorza Torres" Ugel 02, en el año 2014*. (Tesis de maestría, Universidad César Vallejo).
- Cardozo, G., Dubini, P., Fantino, I. y Ardiles, R. (2011). Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. *Psicología desde el Caribe*, 28, 107-132.
- Cataño, D., Restrepo, S. A., Portilla, N., y Ramírez, H. (2008). Autoestima y sexualidad en adolescentes: Validación de una escala. *Investigaciones Andinas*, 10(16), 57-66.
- Cayetano, M. (2012). *Autoestima en estudiantes de sexto grado de primaria de instituciones educativas estatales y particulares de Carmen de la Legua, Callao*. (Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola).
- Dascanio, D., Prette, A. D., Barham, E. J., Rodrigues, O. M. P. R., Fontaine, A. M. G. V. y Prette, Z. A. P. D. (2015). Social skills, academic competence and behavior problems in children with different blood lead levels. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 28(1), 166-176.

- Dowswell, E. y Chessor, D. (2014). Socially skilled successful students: Improving children's social intelligence through social education programs. *E-Journal of Social Behavioural Research in Business*, 5(2), 23-60.
- Fleming, M. (2005). Género y autonomía en la adolescencia: las diferencias entre chicos y chicas aumentan a los 16 años. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 3(6), 33-52.
- Garaigordobil, M. y García, P. (2006). Empatía en niños de 10 a 12 años. *Psicothema*, 18(2), 180-186.
- Goldstein, A. (1978). *Prescriptions for child mental health and education*. Nueva York: Pergamon Press.
- Goleman, D. (2000). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Vergara.
- Grotberg, E. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. The Hague: Benard van Leer Foundation.
- Martin, R. (2008). *Psicología del humor: un enfoque integrador*. Madrid: Orión.
- Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Framework for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23, 493-506.
- Ministerio de Salud (Minsa). (2011). *Encuesta global de salud escolar. Resultados Perú-2010*. Lima: Dirección General de Promoción de la Salud .
- Ministerio de Salud (Minsa). (2005). *Manual de habilidades sociales en escolares*. Lima: Inversiones Escarlata y Negro SAC.
- Oros, L. y Fontana, A. (2015). Niños socialmente hábiles: ¿cuánto influyen la empatía y las emociones positivas? *Interdisciplinaria*, 32(1), 109-125.
- Rodríguez Naranjo, C. y Caño González, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 89-403.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity-protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147(6), 598-611.
- Salgado, C. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberebit*, 11, 41-48.
- Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, 1, 103-113.
- Vanistendael, S. (1994). *La resiliencia: un concepto largo tiempo ignorado*. Madrid: BICE.
- Zsolnai, A. y Kasik, L. (2014). Functioning of social skills from middle childhood to early adolescence in Hungary. *International Journal of Emotional Education*, 6(2), 54-68.
- Zolkoski, S. M., y Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services*, 34, 2295-2303.

## Anexos

Anexo I: Inventario de factores personales de resiliencia (versión femenina)		
1. Tengo personas alrededor en quienes confío y me quieren.	Sí	No
2. Soy feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi amor.	Sí	No
3. Me cuesta mucho entender los sentimientos de los demás.	Sí	No
4. Sé cómo ayudar a alguien que está triste.	Sí	No
5. Estoy dispuesta a responsabilizarme de mis actos.	Sí	No
6. Puedo buscar maneras de resolver mis problemas.	Sí	No
7. Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	Sí	No
8. Me gusta reírme de los problemas que tengo.	Sí	No
9. Cuando tengo un problema hago cosas nuevas para poder solucionarlo.	Sí	No
10. Me gusta imaginar formas en la naturaleza; por ejemplo, les doy formas a las nubes.	Sí	No
11. Soy una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño.	Sí	No
12. Puedo equivocarme o hacer travesuras sin perder el amor de mis padres.	Sí	No
13. Ayudo a mis compañeros cuando puedo.	Sí	No
14. Aunque tenga ganas, puedo evitar hacer algo peligroso o que no está bien.	Sí	No
15. Me doy cuenta cuando hay peligro y trato de prevenirlo.	Sí	No
16. Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	Sí	No
17. Le encuentro el lado chistoso a las cosas malas que me pasan.	Sí	No
18. Me gusta imaginar situaciones nuevas, por ejemplo, estar en la Luna.	Sí	No
19. Me gusta cambiar las historias o cuentos, con cosas que a mí se me ocurren.	Sí	No
20. Aunque me sienta triste o esté molesta, los demás me siguen queriendo.	Sí	No
21. Soy feliz.	Sí	No
22. Me entristece ver sufrir a la gente.	Sí	No
23. Trato de no herir los sentimientos de los demás.	Sí	No
24. Puedo resolver problemas propios de mi edad.	Sí	No
25. Puedo tomar decisiones con facilidad.	Sí	No
26. Me es fácil reírme aún en los momentos más feos y tristes de mi vida.	Sí	No
27. Me gusta reírme de los defectos de los demás.	Sí	No
28. Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad.	Sí	No
29. Me gusta que las cosas se hagan como siempre.	Sí	No
30. Es difícil que me vaya bien, porque no soy buena ni inteligente.	Sí	No
31. Me doy por vencida fácilmente ante cualquier dificultad.	Sí	No
32. Cuando una persona tiene algún defecto me burlo de ella.	Sí	No
33. Yo pienso que cada quien debe salir de su problema como pueda.	Sí	No
34. Prefiero que me digan lo que debo hacer.	Sí	No
35. Me gusta seguir más las ideas de los demás, que mis propias ideas.	Sí	No
36. Estoy de mal humor casi todo el tiempo.	Sí	No
37. Generalmente no me río.	Sí	No
38. Me cuesta trabajo imaginar situaciones nuevas.	Sí	No

39. Cuando hay problemas o dificultades, no se me ocurre nada para poder resolverlos.	Sí	No
40. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.	Sí	No
41. Tengo una mala opinión de mí misma.	Sí	No
42. Sé cuándo un amigo está alegre.	Sí	No
43. Me fastidia tener que escuchar a los demás.	Sí	No
44. Me interesa poco lo que puede sucederle a los demás.	Sí	No
45. Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	Sí	No
46. Me siento culpable de los problemas que hay en mi casa.	Sí	No
47. Con tantos problemas que tengo, casi nada me hace reír.	Sí	No
48. Le doy más importancia al lado triste de las cosas que me pasan.	Sí	No

#### Anexo 2: Inventario de factores personales de resiliencia (versión masculina)

1. Tengo personas alrededor en quienes confío y me quieren.	Sí	No
2. Soy feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi amor.	Sí	No
3. Me cuesta mucho entender los sentimientos de los demás.	Sí	No
4. Sé cómo ayudar a alguien que está triste.	Sí	No
5. Estoy dispuesto a responsabilizarme de mis actos.	Sí	No
6. Puedo buscar maneras de resolver mis problemas.	Sí	No
7. Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	Sí	No
8. Me gusta reírme de los problemas que tengo.	Sí	No
9. Cuando tengo un problema hago cosas nuevas para poder solucionarlo.	Sí	No
10. Me gusta imaginar formas en la naturaleza; por ejemplo, les doy formas a las nubes.	Sí	No
11. Soy una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño.	Sí	No
12. Puedo equivocarme o hacer travesuras sin perder el amor de mis padres.	Sí	No
13. Ayudo a mis compañeros cuando puedo.	Sí	No
14. Aunque tenga ganas, puedo evitar hacer algo peligroso o que no está bien.	Sí	No
15. Me doy cuenta cuando hay peligro y trato de prevenirlo.	Sí	No
16. Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	Sí	No
17. Le encuentro el lado chistoso a las cosas malas que me pasan.	Sí	No
18. Me gusta imaginar situaciones nuevas, como por ejemplo estar en la Luna.	Sí	No
19. Me gusta cambiar las historias o cuentos, con cosas que a mí se me ocurren.	Sí	No
20. Aunque me sienta triste o esté molesta, los demás me siguen queriendo.	Sí	No
21. Soy feliz.	Sí	No
22. Me entristece ver sufrir a la gente.	Sí	No
23. Trato de no herir los sentimientos de los demás.	Sí	No
24. Puedo resolver problemas propios de mi edad.	Sí	No
25. Puedo tomar decisiones con facilidad.	Sí	No
26. Me es fácil reírme aún en los momentos más feos y tristes de mi vida.	Sí	No

27. Me gusta reírme de los defectos de los demás.	Sí	No
28. Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad.	Sí	No
29. Me gusta que las cosas se hagan como siempre.	Sí	No
30. Es difícil que me vaya bien, porque no soy bueno ni inteligente.	Sí	No
31. Me doy por vencido fácilmente ante cualquier dificultad.	Sí	No
32. Cuando una persona tiene algún defecto me burlo de ella.	Sí	No
33. Yo pienso que cada quien debe salir de su problema como pueda.	Sí	No
34. Prefiero que me digan lo que debo hacer.	Sí	No
35. Me gusta seguir más las ideas de los demás, que mis propias ideas.	Sí	No
36. Estoy de mal humor casi todo el tiempo.	Sí	No
37. Generalmente no me río.	Sí	No
38. Me cuesta trabajo imaginar situaciones nuevas.	Sí	No
39. Cuando hay problemas o dificultades, no se me ocurre nada para poder resolverlos.	Sí	No
40. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.	Sí	No
41. Tengo una mala opinión de mí mismo.	Sí	No
42. Sé cuándo un amigo está alegre.	Sí	No
43. Me fastidia tener que escuchar a los demás.	Sí	No
44. Me interesa poco lo que puede sucederle a los demás.	Sí	No
45. Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	Sí	No
46. Me siento culpable de los problemas que hay en mi casa.	Sí	No
47. Con tantos problemas que tengo, casi nada me hace reír.	Sí	No
48. Le doy más importancia al lado triste de las cosas que me pasan.	Sí	No

### Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein

Ítems	N	RV	AV	AM	S
Escuchar: ¿Presta la atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	N	RV	AV	AM	S
Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?	N	RV	AV	AM	S
Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	N	RV	AV	AM	S
Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se le pide a la persona adecuada?	N	RV	AV	AM	S
Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron por Ud.?	N	RV	AV	AM	S
Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	N	RV	AV	AM	S
Presentarse a otras personas: ¿Ayuda a presentarse a nuevas personas con otras?	N	RV	AV	AM	S
Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que le gusta de ellos o de lo que hacen?	N	RV	AV	AM	S
Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?	N	RV	AV	AM	S
Participar: ¿Elige la mejor manera de ingresar en un grupo que está realizando una actividad y luego se integra en él?	N	RV	AV	AM	S
Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	N	RV	AV	AM	S
Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosamente atención a las instrucciones y luego las sigue?	N	RV	AV	AM	S
Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?	N	RV	AV	AM	S
Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?	N	RV	AV	AM	S
Conocer sus sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?	N	RV	AV	AM	S
Expresar sus sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	N	RV	AV	AM	S
Comprender los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	N	RV	AV	AM	S
Enfrentarse con el enfado de otro: ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	N	RV	AV	AM	S
Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que se interesa o se preocupa por ellos?	N	RV	AV	AM	S
Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa por lo que siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?	N	RV	AV	AM	S
Autocompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después de hacer algo bien?	N	RV	AV	AM	S
Pedir permiso: ¿Reconoce cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?	N	RV	AV	AM	S
Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?	N	RV	AV	AM	S
Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?	N	RV	AV	AM	S
Negociar: ¿Si usted y alguien está en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?	N	RV	AV	AM	S

Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de modo que no se le “escapan las cosas de la mano”?	N	RV	AV	AM	S
Defender sus derechos: ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su postura?	N	RV	AV	AM	S
Responder a las bromas: ¿Conserva el control cuando los demás le hacen bromas?	N	RV	AV	AM	S
Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de las situaciones que podrían ocasionarle algún problema?	N	RV	AV	AM	S
No entrar en problemas: ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	N	RV	AV	AM	S
Formular una queja: ¿Les dice a los demás de modo claro, pero con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?	N	RV	AV	AM	S
Responder a una queja: ¿Intenta escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan de ti?	N	RV	AV	AM	S
Demostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	N	RV	AV	AM	S
Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o estar menos cohibido?	N	RV	AV	AM	S
Arreglárselas cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado de lado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?	N	RV	AV	AM	S
Defender a un amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado de manera justa?	N	RV	AV	AM	S
Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esta persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	N	RV	AV	AM	S
Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?	N	RV	AV	AM	S
Enfrentarse con mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otras?	N	RV	AV	AM	S
Responder a una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que hizo la acusación?	N	RV	AV	AM	S
Prepararse para una conversación: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?	N	RV	AV	AM	S
Hacer frente a las presiones del grupo: ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	N	RV	AV	AM	S
Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante que hacer?	N	RV	AV	AM	S
Determina la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?	N	RV	AV	AM	S
Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?	N	RV	AV	AM	S

Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista qué tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?	N	RV	AV	AM	S
Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?	N	RV	AV	AM	S
Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?	N	RV	AV	AM	S
Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?	N	RV	AV	AM	S