



ID del documento: SEC-Vol.3.N.1.002.2025

Tipo de artículo: Investigación

Competencias sociales en la adolescencia: Análisis psicométrico de empatía, asertividad, escucha activa y resiliencia

Social skills in adolescence: Psychometric analysis of empathy, assertiveness, active listening, and resilience

Autores:

**Angel Edder Arevalo Caceres
Maria Fernanda Rodriguez Ruiz**

Ministerio de Educacion, Ecuador, angel.arevalo@educacion.gob.ec, <https://orcid.org/0009-0001-8920-6747>

Escuela Kruger Carrion Loor, Ecuador, azulfr Ruiz@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-0069-8618>

Corresponding Author: *Angel Edder Arevalo Caceres*,
angel.arevalo@educacion.gob.ec

Reception: 01- Febrero-2025 **Acceptance:** 20- Febrero -2025 **Publication:** 26- Febrero -2025

How to cite this article:

Saltos García, A. E., & Rodríguez Ruiz, M. F. (2025). Competencias sociales en la adolescencia: Análisis psicométrico de empatía, asertividad, escucha activa y resiliencia. *Sapiens Evolucion Científica*, 3(1), 1-13. <https://sapiensjournal.org/index.php/SEC/article/view/36>



Resumen

El fortalecimiento de las habilidades sociales en niños y adolescentes representa un aspecto crucial durante la etapa escolar, ya que facilita una mejor interacción con su entorno y contribuye positivamente a su desarrollo futuro. Por tal motivo, resulta relevante evaluar diversas dimensiones asociadas a esta competencia, como la empatía, la asertividad, la escucha activa y la resiliencia. La investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo y transversal, cuyo objetivo fue analizar las habilidades sociales en una muestra de 400 estudiantes de primer año de bachillerato. Para ello, se aplicaron cuatro instrumentos validados y adaptados al contexto ecuatoriano, mediante un cuestionario estructurado con escala Likert. El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando estadística descriptiva y el coeficiente Alfa de Cronbach, evidenciando una alta fiabilidad de los instrumentos. Los resultados muestran que el 20% de los participantes presenta dificultades frecuentes para mantener la atención y procesar la información durante las conversaciones; el 15% manifiesta problemas para interpretar adecuadamente las emociones de los demás; otro 20% revela inseguridad al expresar sus opiniones y defender sus derechos en contextos sociales; mientras que un 15% enfrenta dificultades significativas para gestionar el estrés y la frustración.

Palabras clave: Habilidades sociales, Adolescencia, Inteligencia emocional, Resiliencia

Abstract

Strengthening social skills in children and adolescents is a crucial aspect during the school years, as it facilitates better interaction with their environment and positively contributes to their future development. Therefore, it is important to evaluate various dimensions associated with this competency, such as empathy, assertiveness, active listening, and resilience. The research was conducted using a quantitative approach with a descriptive and cross-sectional design, whose objective was to analyze social skills in a sample of 400 first-year high school students. To this end, four validated instruments adapted to the Ecuadorian context were applied using a structured questionnaire with a Likert scale. Data analysis was carried out using descriptive statistics and Cronbach's alpha coefficient, demonstrating high instrument reliability. The results show that 20% of participants frequently experience difficulty maintaining attention and processing information during conversations; 15% report difficulty adequately interpreting the emotions of others; and another 20% report insecurity when expressing their opinions and defending their rights in social contexts. while 15% face significant difficulties in managing stress and frustration.

Keywords: Social skills, Adolescence, Emotional intelligence, Resilience



1. INTRODUCCIÓN

Los seres humanos poseen una naturaleza social que los impulsa a establecer vínculos con otras personas, lo que conlleva la necesidad de adquirir competencias interpersonales que favorezcan una interacción eficaz y satisfactoria. Este tipo de habilidades no son innatas, sino que se adquieren mediante el aprendizaje, moldeándose a través de influencias externas y del contexto social. Por lo tanto, es posible incorporar herramientas que permitan mejorar la calidad de las relaciones humanas, favoreciendo vínculos más armónicos y efectivos (González y Molero, 2023).

Durante la adolescencia, el fortalecimiento de las habilidades sociales resulta esencial tanto para el equilibrio emocional como para una adecuada integración social. González Moreno y Molero Jurado (2022) sostienen que los adolescentes con un desarrollo elevado de estas competencias tienden a llevar estilos de vida más saludables y a evidenciar mayores niveles de inteligencia emocional. Por el contrario, aquellos con carencias en este ámbito suelen experimentar problemas de conducta y dificultades de adaptación social. En este contexto, se vuelve indispensable implementar estrategias educativas y programas formativos orientados a potenciar dichas habilidades, favoreciendo así una convivencia positiva en el entorno escolar y familiar.

La presente investigación tiene como propósito analizar el grado de desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes adolescentes, mediante la aplicación de un cuestionario adaptado a partir de instrumentos psicométricos reconocidos y validados. Entre ellos se incluyen el Cuestionario de Asertividad de Rathus (RAS), la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC), la Escala de Actitud de Escucha Activa (ALAS) de Graham D. Bodie y Debra L. Worthington, y el Test de Coeficiente de Empatía de Baron-Cohen. Estas herramientas permiten evaluar componentes esenciales como la empatía, la escucha activa, la resiliencia y la asertividad, proporcionando así una visión integral del nivel de competencia social en los adolescentes evaluados.

Combs y Slaby (1977) definen las habilidades sociales como las capacidades que tiene una persona para relacionarse con otros en contextos específicos de una forma socialmente aceptada, valorada y beneficiosa, ya sea para sí mismo, para ambos interlocutores o principalmente para los demás. En ese marco, esta investigación busca determinar el grado de desarrollo de dichas habilidades en estudiantes de primer curso de bachillerato de una institución educativa localizada en el cantón Milagro, a través de un cuestionario diseñado para medir las habilidades sociales más relevantes para la vida cotidiana de los



adolescentes, generando insumos valiosos para futuras intervenciones pedagógicas.

El trabajo de Cáceres y Ordoñez (2024) subraya la relevancia de la inteligencia emocional y las habilidades sociales como componentes esenciales del desarrollo integral del adolescente durante su proceso formativo. Además, sus hallazgos revelan cómo ambas variables se interrelacionan positivamente, promoviendo el bienestar socioemocional, una mayor adaptación al entorno escolar y un mejor rendimiento académico. Las habilidades sociales permiten a los adolescentes interactuar de manera más funcional con sus pares, comprender y manejar sus emociones, resolver conflictos y generar empatía, fortaleciendo así su competencia social. Su desarrollo contribuye a establecer vínculos interpersonales exitosos, reflejándose en una mejor adaptación social, mayor estabilidad emocional y un desempeño académico más eficiente.

Por otro lado, Glicería (2024), en su revisión sistemática, enfatiza la trascendencia del desarrollo de habilidades sociales en el entorno educativo, considerándolas fundamentales para el crecimiento personal, el éxito académico y el bienestar integral del estudiantado. Promover estas capacidades desde las instituciones educativas contribuye a consolidar espacios de aprendizaje inclusivos y propicios para el desarrollo, dotando a los estudiantes de herramientas esenciales para afrontar los desafíos del entorno contemporáneo, tanto en lo académico como en lo social y laboral.

En la misma línea, Alquina et al. (2023) realizaron un estudio en adolescentes de entre 15 y 18 años, evidenciando un nivel bajo de habilidades sociales, lo cual representa una limitación para enfrentar situaciones de estrés y resolver conflictos. Esta carencia puede impactar negativamente en la adultez, afectando la salud emocional y la capacidad de integración social. El estudio sostiene que existe una correlación directa entre el desarrollo de estas habilidades y el bienestar físico y mental, y resalta la importancia de entrenar la asertividad y la empatía desde la adolescencia como herramientas fundamentales para mejorar las relaciones sociales y el desarrollo integral.

De igual forma, Barreros y Cuadrado (2024) encontraron una correlación positiva significativa entre el nivel de autoestima y las habilidades sociales evaluadas, aportando evidencia empírica relevante en el contexto ecuatoriano. Sus resultados indican la necesidad de profundizar en investigaciones que analicen cómo estas habilidades influyen en la autoestima a lo largo de distintas etapas de la vida. Detectar a tiempo posibles deficiencias permitiría implementar programas preventivos y de intervención que fortalezcan tanto la autoestima como las habilidades sociales, asegurando una mejor adaptación de los adolescentes a sus entornos escolares y sociales.



2. METODOLOGÍA

Diseño metodológico

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo de corte transversal, orientado a evaluar el nivel de desarrollo de habilidades sociales en adolescentes. El estudio abordó cuatro dimensiones fundamentales: empatía, asertividad, escucha activa y resiliencia. Esta estructura metodológica permitió examinar las variables en un punto específico del tiempo, lo cual facilitó la detección de patrones y áreas susceptibles de mejora dentro del entorno educativo analizado (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Población y muestra

Participaron 350 estudiantes de primer año de bachillerato pertenecientes a una institución pública del cantón Milagro, Ecuador, con una edad promedio de 15 años (rango: 14-16 años). La muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, priorizando la accesibilidad y disposición de los sujetos. Del total, el 52% correspondió al sexo femenino y el 48% al masculino. Se consideraron únicamente aquellos estudiantes que contaban con el consentimiento informado firmado por sus representantes legales, excluyéndose los casos con respuestas incompletas.

Instrumentos utilizados

La recolección de información se llevó a cabo mediante cuatro instrumentos estandarizados y validados internacionalmente, los cuales fueron adaptados al contexto ecuatoriano por un comité de tres especialistas en psicología educativa:

1. **Cuestionario de Asertividad de Rathus (RAS)**, diseñado para medir la capacidad de expresar opiniones y defender derechos (Rathus, 1973).
2. **Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC)**, orientada a evaluar la capacidad de afrontar situaciones adversas (Connor & Davidson, 2003).
3. **Escala de Actitud de Escucha Activa (ALAS)**, utilizada para analizar la atención y procesamiento de información durante la comunicación (Bodie & Worthington, 2013).
4. **Test de Coeficiente de Empatía de Baron-Cohen**, destinado a medir la habilidad de reconocer y comprender emociones en otras personas (Baron-Cohen & Wheelwright, 2004).



Todos los instrumentos se integraron en un solo cuestionario con escala tipo Likert de cinco puntos (desde "Siempre" hasta "Nunca"). La confiabilidad global del cuestionario fue evaluada con el coeficiente Alfa de Cronbach, alcanzando un valor de 0.985, lo cual indica un alto nivel de consistencia interna (George & Mallery, 2016).

Procedimiento de aplicación

La fase de recolección de datos se llevó a cabo durante el primer trimestre del año 2024, tras obtener la aprobación institucional y el consentimiento informado correspondiente. Los cuestionarios fueron aplicados por personal previamente capacitado, durante el horario escolar, en modalidad presencial, asegurando el anonimato de los participantes y brindando aclaraciones en caso de ser necesario. El tiempo promedio de aplicación fue de aproximadamente 25 minutos. Posteriormente, la información fue ingresada y procesada mediante el software SPSS versión 26.

Técnicas de análisis

Para el tratamiento de los datos se utilizó estadística descriptiva, mediante frecuencias y porcentajes, con el propósito de caracterizar las respuestas en cada una de las dimensiones evaluadas. La confiabilidad de los ítems fue verificada a través del Alfa de Cronbach, y se revisó la posible redundancia de los reactivos aplicando la función "Escala si el elemento se elimina" en SPSS. Los resultados fueron interpretados en función de los criterios establecidos en la literatura especializada, tales como los propuestos por Tavakol y Dennick (2011).

3. RESULTADOS

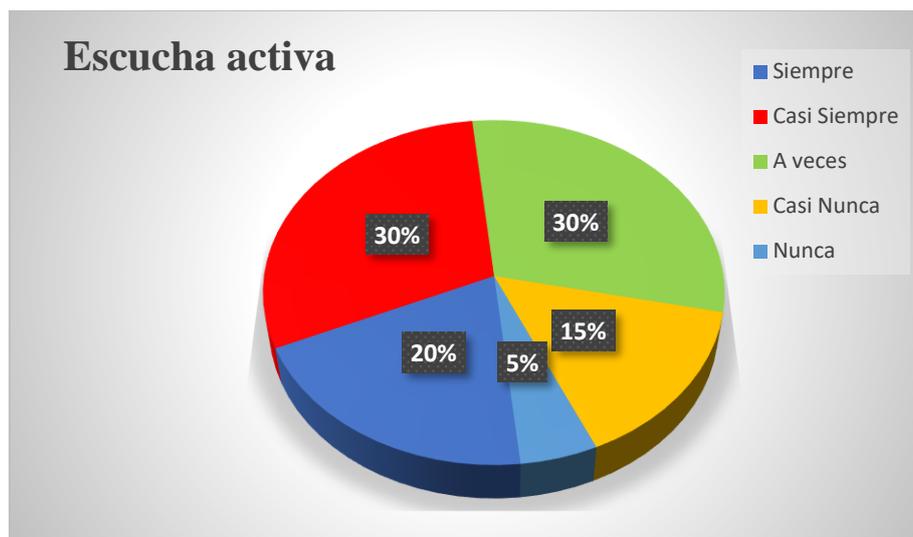
Al aplicar el coeficiente Alfa de Cronbach, se obtuvo un valor de 0.985, lo cual indica una elevada consistencia interna entre los ítems del cuestionario. Este resultado refleja que las preguntas están fuertemente interrelacionadas y evalúan con alta precisión las habilidades sociales en los estudiantes. En consecuencia, se puede afirmar que el instrumento es altamente confiable y adecuado para su uso en la medición de habilidades sociales en alumnos de primer año de bachillerato.

Asimismo, la alta puntuación del Alfa sugiere que los ítems están correctamente formulados y presentan una estructura coherente, sin ambigüedades ni medición de constructos distintos. Esto evidencia una fuerte coherencia interna entre las dimensiones evaluadas: Escucha Activa, Empatía, Asertividad y Resiliencia.

Este nivel de fiabilidad permite utilizar el cuestionario en la evaluación de grupos estudiantiles, así como en el análisis comparativo de resultados antes y después de aplicar una intervención educativa.

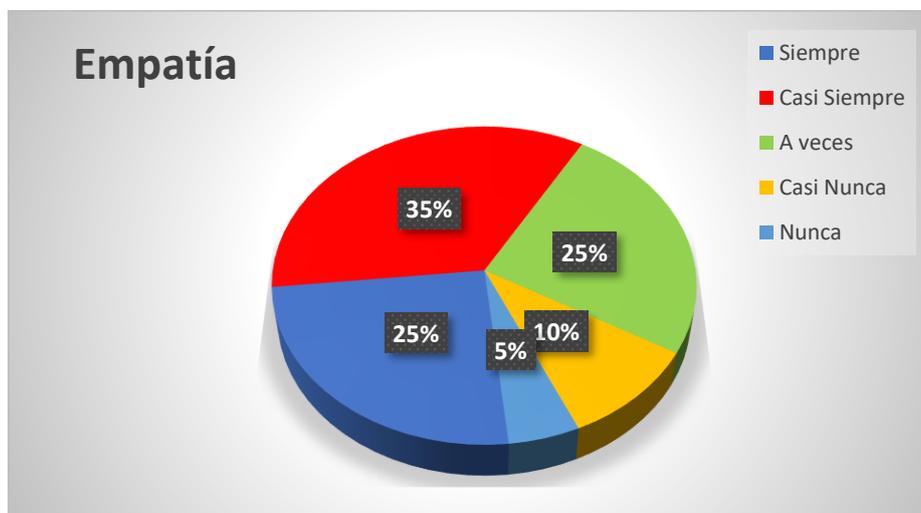
El valor obtenido (0.985) reafirma que el cuestionario posee una excelente fiabilidad interna, lo que respalda la validez del diseño de sus ítems y la consistencia con la que evalúan las habilidades sociales.

Dimensión: Escucha Activa



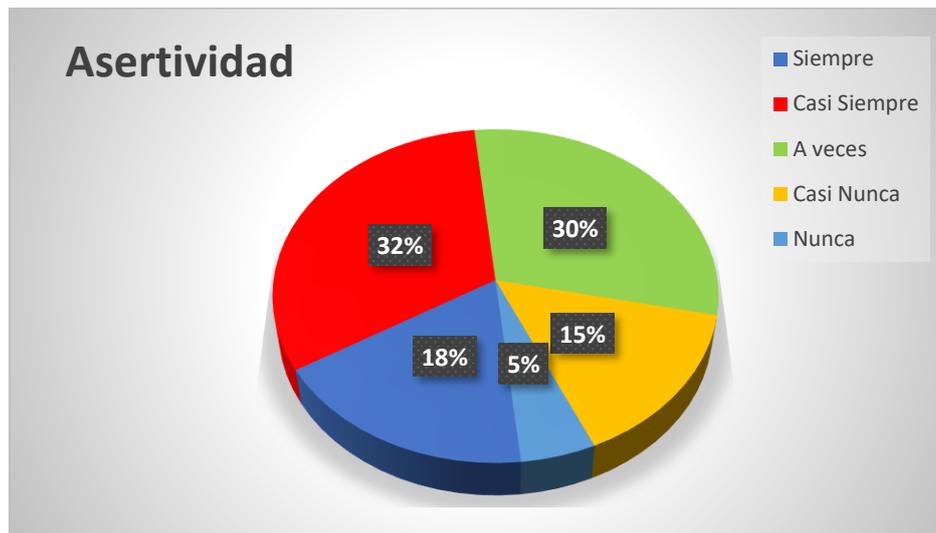
Se identificó que el 50% de los estudiantes presenta un nivel elevado de escucha activa. No obstante, el 20% manifiesta dificultades frecuentes para mantener la atención y procesar adecuadamente la información durante las interacciones.

Dimensión: Empatía



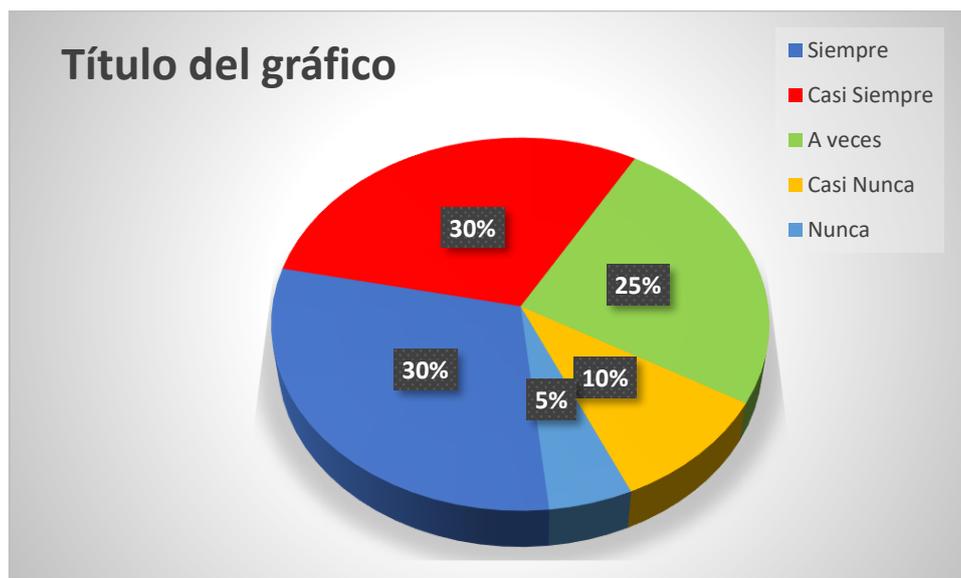
Un 60% de los estudiantes demuestra un alto grado de empatía, siendo capaces de comprender las emociones y puntos de vista de los demás. Sin embargo, el 15% presenta problemas para interpretar adecuadamente las emociones ajenas.

Dimensión: Asertividad



El 50% de los estudiantes muestra distintos niveles de asertividad, mientras que el 20% experimenta inseguridad al expresar sus ideas y defender sus derechos en contextos sociales.

Dimensión: Resiliencia



El 60% evidencia una buena capacidad para adaptarse y enfrentar situaciones adversas, aunque un 15% muestra dificultades significativas para gestionar el estrés y la frustración.



4. DISCUSIÓN

El análisis de confiabilidad realizado mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, que arrojó un valor de 0.985, evidencia que el cuestionario empleado en esta investigación presenta una excelente consistencia interna. Este resultado indica una alta correlación entre los ítems, lo que sugiere que el instrumento evalúa de manera uniforme las habilidades sociales en los estudiantes. Un valor tan elevado del Alfa respalda la fiabilidad del cuestionario para medir las dimensiones de Escucha Activa, Empatía, Asertividad y Resiliencia, así como su aplicabilidad en futuras investigaciones, permitiendo establecer comparaciones válidas en distintos momentos, por ejemplo, antes y después de intervenciones pedagógicas.

La elevada confiabilidad obtenida también garantiza que los ítems no introducen ambigüedad ni evalúan constructos distintos, lo que fortalece la coherencia interna de las dimensiones analizadas. Esta precisión es especialmente relevante en el ámbito educativo, donde resulta fundamental contar con instrumentos que midan con claridad las habilidades sociales, con el propósito de diseñar intervenciones que incidan positivamente en el desarrollo de los estudiantes.

Dimensiones de Habilidades Sociales

Los datos obtenidos respecto a cada dimensión evaluada brindan un panorama claro sobre el perfil social de los estudiantes de primer curso de bachillerato.

1. **Escucha Activa:** La mitad de los estudiantes presentó un nivel elevado en esta habilidad, evidenciando una buena disposición para atender y comprender durante las interacciones. No obstante, un 20% mostró deficiencias importantes, lo que identifica esta área como prioritaria para intervenciones educativas, dado que la escucha activa es fundamental para fomentar la empatía y una comunicación eficaz, tanto en contextos académicos como sociales.
2. **Empatía:** El 60% de los estudiantes demostró una elevada capacidad empática, lo cual es positivo al reflejar una buena disposición para comprender y compartir los estados emocionales de los demás. Sin embargo, un 15% evidenció limitaciones en el reconocimiento de las emociones ajenas, lo que sugiere la necesidad de incluir contenidos y estrategias orientadas al desarrollo de habilidades emocionales dentro de los programas formativos.
3. **Asertividad:** El 50% de los estudiantes exhibió niveles adecuados de asertividad; sin embargo, un 20% manifestó dificultades para expresar sus opiniones y defender sus derechos de forma clara y respetuosa.



Dado que esta habilidad es crucial para la interacción social y profesional, se recomienda implementar actividades didácticas y talleres que potencien la expresión firme y respetuosa de ideas y sentimientos.

4. **Resiliencia:** La capacidad de los estudiantes para afrontar situaciones adversas resultó favorable en el 60% de los casos, indicando una adecuada gestión del estrés y la frustración. No obstante, un 15% presentó dificultades marcadas en este aspecto, lo que podría repercutir en su bienestar emocional y rendimiento académico. Por ello, es aconsejable incorporar estrategias educativas orientadas al fortalecimiento de la resiliencia, incluyendo técnicas de afrontamiento y la promoción de una actitud positiva ante los desafíos.

Implicaciones y Recomendaciones

Los resultados obtenidos revelan que, si bien los estudiantes de primer año de bachillerato poseen en general habilidades sociales satisfactorias, existen aspectos específicos como la escucha activa y la asertividad que requieren una atención focalizada. Estos aspectos pueden beneficiarse significativamente de programas formativos en comunicación interpersonal y regulación emocional.

De igual manera, se recomienda el desarrollo de intervenciones sistemáticas dirigidas a potenciar la empatía y la resiliencia, con el fin de asegurar un desarrollo socioemocional integral que les permita a los estudiantes desenvolverse de forma efectiva ante las exigencias escolares y personales.

En síntesis, fomentar el desarrollo de las habilidades sociales en la adolescencia debe constituir una prioridad educativa. Es indispensable que las estrategias de intervención se orienten a fortalecer aquellas competencias que aún presentan limitaciones, con el objetivo de proporcionar una formación holística que capacite a los estudiantes para establecer relaciones saludables y adaptativas en diversos contextos.

5. CONCLUSIÓN

Un porcentaje considerable del alumnado (entre el 50% y el 60%) evidenció un desarrollo favorable en competencias como la empatía, la resiliencia y la escucha activa, lo cual representa una base sólida para su desempeño en contextos sociales. Estos resultados se alinean con investigaciones anteriores que relacionan la adquisición de habilidades sociales con un adecuado ajuste emocional y un rendimiento académico positivo (Cáceres & Ordoñez, 2024; González & Molero, 2023).



No obstante, se detectaron deficiencias importantes en dimensiones como la asertividad (20% de los estudiantes presentó inseguridad al expresar sus opiniones) y la escucha activa (20% manifestó dificultades para sostener la atención). Estos datos evidencian la urgencia de aplicar metodologías pedagógicas específicas, tales como talleres orientados al fortalecimiento de la comunicación asertiva y dinámicas centradas en la resolución de conflictos, que permitan desarrollar estas capacidades desde una perspectiva práctica.

Los resultados también destacan la necesidad de incorporar de forma sistemática programas de habilidades sociales en el currículo escolar ecuatoriano. Estrategias como el acompañamiento entre pares o las actividades colaborativas podrían contribuir a superar las limitaciones identificadas, especialmente en lo relacionado con la gestión del estrés (15% mostró niveles bajos de resiliencia), aspecto crucial en la prevención de comportamientos disruptivos (Sacaca & Pilco, 2022).

Aunque el enfoque transversal utilizado proporciona una visión general del momento actual, no permite evaluar variaciones a lo largo del tiempo. Por ello, se sugiere complementar la investigación con estudios longitudinales que incluyan muestras más amplias y representativas de distintas zonas del país. Asimismo, incorporar el análisis de factores contextuales, como el ambiente familiar o el uso de tecnologías, podría ofrecer una visión más integral del desarrollo de habilidades sociales en adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- A Alquina Collaguazo , N. C., Morales Fonseca , C. F., Abata Quispe , D. G., & Valencia Lescano , M. J. (2023). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de segundo de bachillerato en una institución educativa de Quito - Ecuador. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 11037-11051. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5270
- Barreros-Guanin, R., & Cuadrado-Rodríguez, V. M. (2024). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de la parroquia San Miguelito- Píllaro Ecuador . *Puriq*, 6, e556. <https://doi.org/10.37073/puriq.6.556>
- Cáceres Ochoa, A. J., & Ordoñez Urgilés, D. E. (2024). Influencia de la inteligencia emocional en las habilidades sociales dentro del contexto escolar general básico en niños de 6 a 12 años: revisión sistemática. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/15178>
- Combs, ML, Slaby, DA (1977). Entrenamiento de habilidades sociales con niños. En: Lahey, BB, Kazdin, AE (eds) *Advances in Clinical Child Psychology*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-9799-1_5
- George, D. y Mallery, P. (2016). *IBM SPSS Statistics 23 paso a paso: una guía y referencia sencillas* (14.ª ed.). Nueva York: Routledge.



<https://doi.org/10.4324/9781315545899>

Glicería Delgado Zarzoza, M. Z. (2024). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de América Latina: una revisión sistemática. *Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias De La Educación*, 8(34), 1651–1665. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i34.824>

González Moreno, Alba, & Molero Jurado, María del Mar. (2023). Recursos de intervención para trabajar las habilidades sociales con adolescentes: Revisión sistemática cualitativa. *Revista mexicana de investigación educativa*, 28(98), 863-886. Epub 02 de octubre de 2023. Recuperado en 14 de febrero de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662023000300863&lng=es&tlng=es.

González Moreno, A. & Molero Jurado, M. d. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15 (1), 113-123. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/2186>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/wp-content/uploads/2019/02/RUDICSv9n18p92_95.pdf

Sacaca, L., & Pilco, R. (2022). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 109-120. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.009>

Tavakol, M. y Dennick, R. (2011). Entendiendo el Alfa de Cronbach. *Revista Internacional de Educación Médica*, 2, 53-55. <http://dx.doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>

Conflicto de Intereses: Los autores declaran que no tienen conflictos de intereses relacionados con este estudio y que todos los procedimientos seguidos cumplen con los estándares éticos establecidos por la revista. Asimismo, confirman que este trabajo es inédito y no ha sido publicado, ni parcial ni totalmente, en ninguna otra publicación.