

LA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE BARRANQUILLA

José Luis Campos Carreño

CC. No. 1.129.505.507

Código Estudiantil: 20201922559

Correo Institucional: jose.campos@unisimon.edu.co

Jostein Andrés Maldonado Ortega

CC. No. 1.193.573.471

Código Estudiantil: 20201923239

Correo Institucional: jostein.maldonado@unisimon.edu.co

Glendy Laura Morales Sarmiento

CC. No. 1.002.094.903

Código Estudiantil: 20201921925

Correo Institucional: glendy.morales@unisimon.edu.co

Melany Juliana Ortega Díaz

CC. No. 1.001.821.860

Código Estudiantil: 20191913868

Correo Institucional: melany.ortega@unisimon.edu.co

Trabajo De Investigación Del Programa De Psicología

Tutor

Yolima Alarcón Vásquez

RESUMEN

Antecedentes. Los jóvenes dentro de su desarrollo transitan por una gran cantidad de cambios que los ayudan a consolidar su identidad y su rol dentro de la sociedad, en este recorrido salen a flote dos elementos relacionados con la convivencia social y personal: la autoestima y las habilidades sociales, a pesar de considerarse herramientas psicológicas y comunicativas que permiten el crecimiento del joven, son vistos como constructos separados, existiendo muy pocos estudios relacionados con la relación de ambas variables en los procesos de socialización del joven dentro de su contexto.

El mal desarrollo de la autoestima puede generar dificultades a la hora de establecer una buena comunicación, como consecuencia se pueden presentar trastornos como la depresión, la ansiedad o la falta de necesidad social y problemas más complejos que se han vuelto significativos y marcados en la modernidad, es en estos casos en donde se resalta la importancia de encontrar todos esos factores que influyen en las habilidades de socialización de los individuos, siendo la autoestima la variable de interés a estudiar y cómo se comportan las habilidades sociales en función de esta, es por ello que para comprender la socialización en todos sus niveles y los factores que pueden afectarla es necesario analizar la relación de la autoestima en los procesos comunicacionales de desarrollo social del joven.

Objetivo. El objetivo de este estudio es analizar la autoestima y su relación con las habilidades sociales. Con este fin, la pregunta de investigación es la siguiente: *¿Cómo y en qué medida se da la relación de las habilidades sociales con la autoestima en los jóvenes estudiantes universitarios de Barranquilla?* En este contexto la autoestima se entiende según Mejía et al. (2011), como la valoración que se tiene de sí mismo, lo cual implica emociones, sentimientos, experiencias, actitudes y pensamientos que los individuos recolectan en su vida, esta, en relación con las habilidades sociales vistas según Caballo (2007), como un grupo de comportamientos que le facilitan a los individuos poder desarrollarse dentro del contexto.

Materiales y Métodos. La pregunta de investigación se responde a través de una investigación cuantitativa correlacional en donde se llevó a cabo una recolección de información que implicó distribuir un cuestionario online con dos test a 392 participantes:

- ***El inventario de autoestima de Coopersmith para adultos:*** corresponde a un cuestionario de medición que se centra en la autoestima, diseñado en 1959 originalmente por Stanley Coopersmith, este consta de 25 ítems con opciones de respuesta dicotómicas basados en la percepción del sujeto sobre 3 áreas que rodean el funcionamiento de si vivir: sus pares, padres y sí mismo, dicho de otra forma evalúa:
 - *La autoestima general:* nivel de adaptación con la que las personas valoran sus conductas.
 - *Autoestima social:* nivel de adaptación con la que las personas valoran sus conductas en relación a sus pares.
 - *Autoestima hogar y padres:* nivel de adaptación con la que las personas valoran sus conductas en relación a sus familiares directos.

- ***El test de habilidades sociales EHS.*** Elaborado por la profesora E. Gonzales, y adaptada por Cesar Ruiz Alva de la universidad cesar vallejo de Trujillo (2006), esta prueba focaliza su evaluación en las habilidades sociales, administrándola de forma individual o colectiva con una duración de aproximadamente 10 a 16 minutos, donde los adolescentes y adultos pueden ser partícipes, en su versión definida este compuesto por 33 ítems que poseen 4 opciones de respuestas posibles desde “No me identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” hasta “muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”, divididos en los siguientes factores:
 - *Factor 1.* Autoexpresión en situaciones sociales.
 - *Factor 2.* Defensa de los propios derechos como consumidor.
 - *Factor 3.* Expresión de enfado o disconformidad.

- *Factor 4.* Decir "no" y cortar interacciones.
- *Factor 5.* Hacer peticiones.
- *Factor 6.* Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Resultados. A partir de las respuestas recibidas se realizó un análisis correlacional de la variable autoestima y cada factor de las habilidades sociales y como resultados se observó un nivel medio alto de autoestima general y un nivel medio bajo de habilidades sociales generales, en lo que concierne a los niveles de cada factor de HS, el I (*Autoexpresión en situaciones sociales*) fue medio bajo, el II (*Defensa de los propios derechos como consumidor*) de igual forma fue medio bajo, el III (*Expresión de enfado o disconformidad*) fue medio, para el IV (*Decir "no" y cortar interacciones*) se evidencio un nivel medio alto, en el V (*Hacer peticiones*) se destacó un nivel bajo y por último el VI (*Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto*) un nivel medio alto, a través de lo descrito en los resultados y la correlación realizada a partir de estos se concluyó que la relación de ambas variables es moderada positiva, es decir, en la medida en que la variable autoestima aumenta, la variable habilidades sociales también aumenta, sin embargo, este aumento no se da en iguales proporciones, en cuanto a cada factor el I, II y VI demostraron tener una relación moderada con la autoestima, caso contrario con los factores III, IV, V los cuales presentan una relación débil con esta variable.

Conclusiones. Teniendo esto en cuenta, se recomienda llevar a cabo actividades de fortalecimiento tanto de la autoestima como de las habilidades sociales haciendo énfasis en estas ultima, a través de campañas psicoeducativas, con el objetivo de potencializar los niveles hallados para consolidar y afianzar el conjunto de habilidades que facilitan el desarrollo óptimo en sociedad. Se podrían realizar investigaciones adicionales para un mayor análisis debido a que estas variables son fundamentales en el desarrollo del joven en la realidad social, su estudio proporciona información referente al actuar del joven dentro de contextos determinados, además, de poder identificar la carencia o abundancia de herramientas que poseen para enfrentar las problemáticas que se le puedan presentar en el diario vivir.

Palabras clave: Autoestima, habilidades sociales, correlación, jóvenes, socialización, crecimiento social y personal.

ABSTRACT

Background. During their development, young people go through a great number of changes that help them consolidate their identity and their role in society. In this process, two elements related to social and personal coexistence come to the surface: self-esteem and social skills, although they are considered psychological and communicative tools that allow young people to grow, they are seen as separate constructs, and there are very few studies related to the relationship between both variables in the socialization processes of young people within their context.

The poor development of self-esteem can generate difficulties in establishing good communication, as a consequence disorders such as depression, anxiety or lack of social need and more complex problems that have become significant and marked in modernity can occur, it is in these cases where the importance of finding all those factors that influence the socialization skills of individuals is highlighted, being self-esteem the variable of interest to study and how social skills behave according to this, that is why to understand socialization at all levels and the factors that may affect it, it is necessary to analyze the relationship of self-esteem in the communicative processes of social development of young people.

Objective. The objective of this study is to analyze self-esteem and its relationship with social skills. To this end, the research question is the following: How and to what extent is the relationship between social skills and self-esteem in young university students in Barranquilla? In this context, self-esteem is understood according to Mejía et al. (2011), as the valuation of oneself, which implies emotions, feelings, experiences, attitudes and thoughts that individuals collect in their lives, this, in relation to social skills seen according to Caballo (2007), as a group of behaviors that facilitate individuals to develop within the context.

Materials and Methods. The research question is answered through a quantitative correlational research in which a data collection was carried out that involved distributing an online questionnaire with two tests to 392 participants:

- ***The Coopersmith self-esteem inventory for adults:*** corresponds to a measurement questionnaire that focuses on self-esteem, designed in 1959 originally by Stanley Coopersmith, this consists of 25 items with dichotomous response options based on the subject's perception of 3 areas surrounding the functioning of whether to live: their peers, parents and self, in other words it evaluates:
 - General self-esteem: level of adaptation with which people value their behaviors.
 - Social self-esteem: level of adaptation with which people value their behaviors in relation to their peers.
 - Home and parental self-esteem: level of adaptation with which people value their behaviors in relation to their immediate family.
- ***The EHS social skills test:*** developed by Professor E. Gonzales, and adapted by Cesar Ruiz Alva of the cesar vallejo university of Trujillo (2006), this test focuses its evaluation on social skills, administered individually or collectively with a duration of approximately 10 to 16 minutes, where adolescents and adults can participate, In its defined version it is composed of 33 items with 4 possible answer options from "I do not identify myself at all, most of the time it does not happen to me or I would not do it" to "I strongly agree and I would feel or act this way in most of the cases", divided into the following factors:
 - Factor 1. Self-expression in social situations.
 - Factor 2. Defending one's own rights as a consumer.
 - Factor 3. Expressing anger or disagreement.
 - Factor 4. Saying "no" and cutting off interactions.
 - Factor 5. Making requests.
 - Factor 6. Initiating positive interactions with the opposite sex.

Results. Based on the responses received, a correlational analysis of the variable self-esteem and each factor of social skills was carried out and the results showed a medium-high level of general self-esteem and a medium-low level of general social skills, with regard to the levels of each HS factor, I (Self-expression in social situations) was medium-low, II (Defending one's rights as a consumer) was also medium-low, III (Expressing anger or disagreement) was medium, and IV (Saying "no" and cutting off interactions) showed a medium-high level, V (Making requests) showed a low level and finally VI (Initiating positive interactions with the opposite sex) a medium high level, through what was described in the results and the correlation made from these it was concluded that the relationship of both variables is moderately positive, that is, as the self-esteem variable increases, the social skills variable also increases, however, this increase does not occur in equal proportions, as for each factor I, II and VI showed a moderate relationship with self-esteem, the opposite is the case with factors III, IV, V which show a weak relationship with this variable.

Conclusions. Taking this into account, it is recommended to carry out activities to strengthen both self-esteem and social skills, emphasizing the latter through psychoeducational campaigns, with the aim of strengthening the levels found to consolidate and strengthen the set of skills that facilitate optimal development in society. Additional research could be carried out for further analysis because these variables are fundamental in the development of young people in the social reality, their study provides information regarding the actions of young people within certain contexts, in addition to being able to identify the lack or abundance of tools they have to face the problems that may arise in daily life.

KeyWords: Self-esteem, social skills, correlation, youth, socialization, social and personal growth.

REFERENCIAS

- Arratea Castro, G. N. (2018). *Correlación entre el nivel de autoestima y asertividad en estudiantes de la Escuela Académica Profesional de Psicología, Universidad de Huánuco, 2018*. [Tesis para optar el grado de maestro en psicología]. Universidad Nacional Hermilio Valdizan. <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/3410/PPIP%2000012%20A77.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ayuque Almidón, N. E. (2021). *Autoestima y asertividad en estudiantes de la carrera profesional de ingeniería civil de la Universidad Peruana Los Andes*. [Tesis para optar al grado académico de maestro en educación , mención en educación superior]. Universidad Nacional Del Centro Del Perú. https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/7742/T010_70751855_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Barrios-Palacios, Y. D., Guerrero-Ávila, Z. E., Hinostroza-Carriel, E. R., & Ponce-Solórzano, H. X. (2022). Autoestima, asertividad e inteligencia emocional: competencias psicosociales de los futuros profesores de educación física. *Maestro y Sociedad*, 19(2), 754-766. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5557/5347>
- Bejarano, G. M., Guerrero, J. P., & Zúñiga, D. Q. (2014). Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 7(1). https://www.academia.edu/download/54759847/209-1105-1-PB_1.pdf
- Caballo, V. E., Piqueras, J. A., Antona, C., Iurria, M. J., Salazar, I. C., Bas, P., & Salavera, C. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 26(1), 23-53. <https://core.ac.uk/download/pdf/289993617.pdf>
- Cacho Becerra, Z. V., Silva Balarezo, M. G., & Yengle Ruíz, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Transformación*, 15(2), 186-205.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-29552019000200186&script=sci_arttext&tlng=pt

Cantú, M. A. L., Verduzco, M. A., Acevedo, M., & Cortés, J. (1993). Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Cooper Smith para adultos, en población mexicana. *Revista latinoamericana de psicología*, 25(2), 247-255.
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80525207.pdf>

Càrdenas, A. M. H. C., & Inacio, E. H. (2018). Desarrollo de habilidades sociales en contextos universitarios. *Horizonte de la Ciencia*, 8(14), 123-130.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7762104>

Crocker J, Karpinski A, Quinn DM y Chase S (2003). When grades determine self-worth: Consequences of contingent self-worth for male and female engineering and psychology majors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 507-516

Cruzado Coronado, N. N. (2021). *Nivel de autoestima y habilidades sociales en adolescentes del Centro de Estudios Preuniversitarios Universidad Nacional de Trujillo*. 2020. [Tesis de pregrado]. Universidad Nacional de Trujillo.
<https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/17105/1958.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cueva Valverde, B. E. (2021). *Autoestima y conducta asertiva en estudiantes de computación e informática del Instituto Víctor Raúl Haya de la Torre de Santiago de Chuco*, 2021. [Tesis para obtener el grado académico de maestro en psicología educativa]. Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81945/Cueva_VBE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Díaz Falcón, D., Fuentes Suárez, I., & Senra Pérez, N. D. L. C. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64), 98-103.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400098

Díaz Gil, Z., Morales Vergara, H. P., & Ordosgoitia Agámez, V. P. (2018). *La baja autoestima y las relaciones interpersonales en estudiantes de 10° de la Institución Educativa Antonio Lenis Sincelejo 2017*. [Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Especialista en Procesos Familiares y Comunitarios] Corporación Universitaria del Caribe – CECAR. <https://repositorio.cecar.edu.co/bitstream/handle/cecar/2302/LA%20BAJA%20AUTOESTIMA%20Y%20LAS%20RELACIONES%20INTERPERSONALES%20EN%20ESTUDIANTES%20DE%2010%C2%B0.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Eceiza, M., Arrieta, M., & Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de psicodidáctica*. 13, 11-26
<file:///C:/Users/DELL/Downloads/228-373-289-1-10-20090820.pdf>

Gismero, E. (2000). EHS: Escala de Habilidades Sociales. Madrid: TEA. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092018000300144#B26

Hernández Hernández, C. N. (2019). *Taller de habilidades sociales y su influencia en el desarrollo de la autoestima de los estudiantes del tercer ciclo en la especialidad de matemática y computación de la facultad de ciencias histórico sociales y educación-Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Lambayeque, 2015*. [Tesis para optar el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación con mención en Docencia y Gestión Universitaria]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/7215/BC-1658%20HERNANDEZ%20HERNANDEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Definición del alcance de la investigación que se realizará: exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo. En R. Hernández-Sampieri, C. Fernández-Collado y P. Baptista-Lucio. *Metodología de la Investigación* 6, (pp.88-101.) http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/2792/510_06_color.pdf

Hornstein, L. (2011). Autoestima e identidad: narcisismo y valores sociales. In *Tezontle*, 224.

Jaimes, C., Cruz, L., Vega, E., Balladares, P., & Matta, H. (2019). Habilidades sociales en estudiantes adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(1), 39-43. <file:///C:/Users/DELL/Downloads/27-206-2-PB.pdf>

Kantar. (2021). "What Women Want", estudio realizado por la División Insights de Kantar, midió como se sienten las mujeres colombianas respecto a su cuerpo, sexualidad, economía y relaciones sociales y como cada dimensión de sus vidas influye en su autoestima. *Web Young Network Colombia*
<https://acis.org.co/portal/content/noticiasdelsector/6-de-cada-10-colombianas-tienen-alta-autoestima>

Lacunza, A. B., & de González, N. C. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>

Lidsey, G. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa "Luis Armando Cabello Hurtado" Manzanilla - Cercado de Lima* [Tesis Para Optar El Grado Académico De Maestra En Psicología Educativa]. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8626/G%c3%a1lvez_QLL-SD.pdf?sequence=6&isAllowed=y

León, B. (2006). Elementos mediadores en la eficacia del aprendizaje cooperativo: entrenamiento previo en habilidades sociales y dinámica de grupos. *Anales de psicología*, 22, 105-112.

Llamazares García, A., & Urbano Contreras, A. (2020). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes: el papel de variables familiares y escolares. *Pulso*, (43), 99-117. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/204387/Autoestima.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Madrigal, M. L., & Halabí, T. V. (2009). Validación y estandarización de la Escala de Asertividad de Rathus (RAS) en una muestra de adultos costarricenses. *Revista costarricense de psicología*, 28(41-42), 187-207.
<https://www.redalyc.org/pdf/4767/476748706001.pdf>
- Marin, A. M. Z., & Colos, F. V. L. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 127-138.
<https://revistacientifica.uamericana.edu.py/index.php/academo/article/view/748/502>
- Martínez, J. M. M., Regalado, A. J. R., & Villareal, P. T. S. (2019). Autoestima, depresión y actitudes hacia el aprendizaje en estudiantes universitarios. *PsicoSophia*, 1(1), 13-20.
<http://psicosophia.um.edu.mx/ojs/index.php/psicosophia/article/view/5/3>
- McEwen, B. (2017). Estrés: homeostasis, reostasis, alcance reactivo, alostasis y carga alostática. Módulo de Referencia en Neurociencias y Psicología Bioconductual. *Enciclopedia de Neurociencia*, 557-56. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.02867-4>
- Mejía, A., Pastrana, J. & Mejía, J. (2011). XII Congreso Internacional de Teoría de la Educación. *La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
<file:///C:/Users/DELL/Downloads/328507-Texto%20del%20art%20culo-129909-2-10-20210414.pdf>
- Molina Avila, R. A. (2022). *Bikini Bar* [Trabajo de fin de carrera presentado como requisito para la obtención del título de licenciatura]. Universidad San Francisco De Quito USFQ.
<https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/11757/1/201053.pdf>

Muñoz, D. E., & Ramos, E. Y. (2021). *Habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios del primer ciclo de Psicología de una universidad privada Lima-Norte 2019-2* [Tesis para optar al título profesional de: Licenciado en Psicología]. Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28029/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Naranjo, M. D. C. R., & González, A. C. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International journal of psychology and psychological therapy*, 12(3), 389-404. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56024657005.pdf>

Palomino Zevallos, E. E., & Oviedo Mamani, Z. N. (2022). *Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid-19 en universitarios, Arequipa, 2021*. [Tesis para optar por el Título Profesional de licenciado en psicología]. Universidad Católica San Pablo. http://54.213.100.250/bitstream/20.500.12590/17198/1/OVIEDO_MAMANI_ZAMCON.pdf

Pazmiño Lascano, D. F. (2022). *Validación de la escala de habilidades sociales EHS en estudiantes universitarios* [Tesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica]. [https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34786/1/PAZMI%
c3%91O%20LASCANO%20DAYSI%20FERNANDA%20%20-Repositorio.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34786/1/PAZMI%c3%91O%20LASCANO%20DAYSI%20FERNANDA%20%20-Repositorio.pdf)

Pita Fernández, S., & Pértegas Díaz, S. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. *Cadernos de atención primaria*, 9(1), 76-78. http://www.ecominga.uqam.ca/ECOMINGA_2011/PDF/BIBLIOGRAPHIE/GUIDE_LECTURE_2/4/2.Pita_Fernandez_y_Pertegas_Diaz.pdf

Puma Supho, G. Y. (2022). *Habilidades sociales y autoestima en adolescentes de etapa escolar del nivel secundario de la IE San Carlos, Arequipa 2021*. [Tesis desarrollada para optar el título profesional de licenciada en psicología]. Universidad Autónoma de ICA

<http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/1599/1/PUMA%20SUPHO.pdf>

Quevedo Arnaiz, N. V., Melendez Carballido, R., Beltrán Ayala, J. M., Teran Carrillo, W. G., & Montecé Giler, S. A. (2019). Autoestima y asertividad en estudiantes de la carrera de odontología. *Espacios*, 40(21), 27-37.
<http://www.revistaespacios.com/a19v40n21/a19v40n21p27.pdf>

Quishpi Chacaguasay, J. A. (2019). *Habilidades sociales y autoestima en los estudiantes de ciencias de la educación humanas y tecnologías, de la universidad nacional de Chimborazo*. [Trabajo de investigación previo la obtención del título de Licenciado en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Profesional]. Universidad Nacional de Chimborazo.
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5957/1/UNACH-EC-FCEHT-TG-P.EDUC-2019-000053.pdf>

Reyes, V. P., Amaya, J. A. Á., & Capps, J. W. (2021). Relación del Uso de Redes Sociales con la Autoestima y la Ansiedad en Estudiantes Universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(1), 139-149.
<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182/117>

Rodrich Zegarra, P. A. (2019). *Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología]. Universidad de Lima.
https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich_Zegarra_Alejandra.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Sesento, Leticia & Lucio, Rodolfo. (2019). Estudio sobre autoestima de estudiantes de nivel superior. *Revista de Gestión Universitaria*. 2(6) 15-20.
https://www.ecorfan.org/republicofperu/research_journals/Revista_de_Gestion_Universitaria/vol3num9/Revista_de_Gesti%C3%B3n_Universitaria_V3_N9.pdf#page=23

- Torres Mazanet, V. K. (2016). *Estilos de socialización parental y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Lima Metropolitana 2015*. [Tesis para obtener el título profesional de psicología]. Universidad Peruana Unión.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/164>
- Valdivia, J. B., Zúñiga, B. R., Orta, M. A. P., & González, S. F. (2020). Relación entre autoestima y asertividad en estudiantes universitarios. *Tlatemoani: revista académica de investigación*, 11(34), 1-26.
<file:///C:/Users/consultab/Downloads/Dialnet-RelacionEntreAutoestimaYAsertividadEnEstudiantesUn-7597012.pdf>
- Vicente, Caballo. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. *Libro España Editorial siglo XXI*, 362.
https://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo_Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales