



Apego, autoestima y habilidades de autoexpresión social: un modelo de encadenamiento causal en jóvenes y adolescentes

Attachment, Self-esteem, and Social Self-expression Skills: A Causal Chain Model in Young People and Adolescents

Sofía Yenien Homola¹

 <https://orcid.org/0000-0003-4855-542X>

Laura Beatriz Oros²

 <https://orcid.org/0000-0003-1265-7651>

¹ Centro de Investigaciones en Psicología y Psicopedagogía de la Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la Pontificia Universidad Católica Argentina, Universidad Adventista del Plata, Mendoza, Argentina

² Centro Interdisciplinario de Investigaciones en Ciencias de la Salud y del Comportamiento, Pontificia Universidad Católica Argentina, Mendoza, Argentina

^{1,2} Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Mendoza, Argentina

¹ ✉ licsofiahomola@gmail.com ² ✉ lauraorosb@gmail.com

Recibido: 20 de diciembre del 2022. Aceptado: 13 de abril del 2023.

Resumen. *Objetivos.* Analizar la relación entre el apego y la autoestima en jóvenes y adolescentes y examinar la relación entre la autoestima y la autoexpresión social, con el fin de integrar los resultados en un modelo de encadenamiento causal. *Método.* Participaron 387 adolescentes y jóvenes quienes completaron autoinformes. Se realizaron análisis de regresión y modelado de ecuaciones estructurales. *Resultados.* Tanto el apego seguro como el inseguro predijeron significativamente la autoestima de los participantes. La autoestima resultó ser un predictor significativo de la autoexpresión social. Se concluye que el apego seguro aumenta la posibilidad de desarrollar una autoestima fortalecida y esta, a su vez, promueve la capacidad del individuo para expresarse socialmente. Contrariamente, el apego inseguro debilita la autoestima, lo que conduce a un detrimento de la autoexpresión social.

Palabras clave. Apego, autoestima, habilidades sociales, adolescencia, juventud

Abstract. *Objectives.* To analyze the relationship between attachment and self-esteem in young people and adolescents, and to examine the relationship between self-esteem and social self-expression skills, integrating these results into a causal chain model. *Method.* 387 adolescents and young people completed self-report scales. Regression analysis and structural equation modeling were performed. *Results.* Both secure and insecure attachment predicted participants' self-esteem. Likewise, self-esteem was a predictor of social self-expression. The study concluded that the secure attachment established with the caregivers increases the possibility of developing a strengthened self-esteem, promoting the individual's ability to express oneself socially. Conversely, insecure attachment weakens self-esteem, leading to impaired social self-expression.

Keywords. Attachment style, self-esteem, social skills, adolescence behavior, youth



Introducción

Diversos estudios ponen de manifiesto que los adolescentes saludables, con capacidad de autocontrol, felices y seguros consigo mismos provienen de familias estables en las que predomina un apego sólido, donde ambos cuidadores principales otorgan tiempo, atención y cuidado a los hijos (Bowlby, 2009; Mancinelli et al., 2021). Por el contrario, el apego inseguro, reduce la posibilidad de que los hijos desarrollen una visión positiva de sí mismos y de los demás, limita la exploración social y aumenta el riesgo de depresión, de desregulación conductual y neurobiológica, de adicción a sustancias y de uso problemático de internet (Bowlby, 2009; Cornella-Font et al., 2020; Marci et al., 2021; Rogers et al., 2022; Verhees et al., 2021).

La conducta de apego se refiere a cualquier manifestación que busca la ganancia o el sostenimiento de la cercanía con otra persona a la que se percibe más capaz de hacer frente al mundo. Esta tendencia se hace evidente en los momentos en que el individuo afronta situaciones de angustia, cansancio o enfermedad y consigue calma mediante el consuelo y la contención recibidos. En otras circunstancias, la conducta puede ser menos evidente. Al respecto, Bowlby (2009) menciona que "Saber que la figura de apego es accesible y sensible le da a la persona un fuerte y penetrante sentimiento de seguridad, y la alienta a continuar y valorar la relación" (p. 40). El dolor y la incomodidad se reducen en el contacto con la figura de apego y lo positivo se empodera (Di Bártolo & Seitún, 2019).

Tal como menciona Bowlby (2009), la conducta de apego se observa a lo largo de todo el ciclo vital, no solo en las primeras etapas de crecimiento, y se la considera parte integral de la vida humana, especialmente, en la de maduración e identidad del yo personal, de allí la pertinencia de la población abordada en el presente estudio.

A pesar de que la conducta de apego puede ser expresada en diferentes circunstancias y con una variedad de sujetos, el apego perdurable queda reducido a unos pocos. Existen evidencias de que la

mayoría de los niños priorizan a una persona, generalmente su madre, a quien recurren al estar afligidos; sin embargo, ante su ausencia, se apoyarán en otra figura, prioritariamente, alguien que conocen bien. Por lo general, los menores demuestran una evidente jerarquía de preferencias (Bowlby, 2009).

El apego se entiende como un vínculo afectivo particular que se produce con aquellas personas que resultan significativas, ya que fueron y son capaces de otorgar seguridad, cuidados y calma en los momentos de tensión (Ainsworth, 1969; Di Bártolo, 2018). En palabras de Di Bártolo y Seitún (2019), el vínculo de apego se edifica poco a poco en la interacción diaria y continua entre su cuidador (habitualmente los padres o tutores) y el niño. Este vínculo es el que lo une a los padres en la infancia y constituye la base para un mejor desarrollo biosocial a lo largo de los años y con personas distintas, las cuales van complementando o supliendo el primer lugar que ocupan los padres. Estas personas pueden serlos hermanos, un amigo íntimo o la pareja. Lo peculiar del vínculo de apego es que otorga seguridad y permite recobrar el equilibrio emocional cuando se altera. Cuando los vínculos de apego funcionan bien, resultan ser espacios estables donde las personas pueden crecer y florecer (Di Bártolo & Seitún, 2019).

A partir de las observaciones de Ainsworth y Bell (1970), es posible identificar dos patrones principales de apego: seguro e inseguro. A su vez, el apego de tipo inseguro puede asumir una tendencia evitativa o ambivalente (Bowlby, 1986).

El apego seguro es aquel que proporciona una pauta saludable en las conductas y que permite el desarrollo de la confianza como modo de protección y la proximidad con la figura de apego. El niño identifica a sus cuidadores como personas sensibles, accesibles y disponibles para suplir sus necesidades en circunstancias de adversidad.

El apego inseguro-evitativo se caracteriza por conductas de distanciamiento, desarrolla en los hijos sentimientos de indiferencia y respuestas a la defensiva; evitan sentimientos hacia la figura de apego, con el fin de evitar la frustración. Este patrón

emerge como consecuencia de un rechazo sistemático por parte del cuidador, lo que da la pauta al niño de que no solo no recibirá cuidado y ayuda cuando lo necesite, sino que será despreciado o ridiculizado cuando lo solicite.

El apego inseguro-ambivalente es aquel que genera sentimientos de inseguridad ante la disponibilidad de la persona a la que se está apegado, siendo la causa de esta inseguridad las conductas inconsistentes del adulto. El cuidador se muestra atento y servicial en algunas ocasiones e indiferente en otras, llegando a utilizar amenazas de separación como estrategia de control. Por ende, el niño no está seguro de si su cuidador estará disponible y será accesible cuando lo necesite y, por ello, desarrolla ansiedad de separación y conductas de aferramiento.

Es necesario aclarar que ni Bowlby ni la teoría del apego en sí misma expresaron que el desarrollo de un apego inseguro durante la infancia causa necesariamente patología a lo largo de las etapas del ciclo vital. Lo que se pregona es que la inseguridad en el apego ocasiona vulnerabilidad para que esto suceda (Sroufe et al., 1999).

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

Es precisamente en el entorno familiar donde los hijos comienzan a identificar lo que se considera bueno, valioso o deseable. Así, las valoraciones favorables o desfavorables que la familia realiza del menor tendrán un impacto significativo en la es-

tructuración de su autoimagen, debido a la marcada conexión emocional que mantiene con sus figuras de apego (Gualda & Lacunza, 2020). De este modo, los adolescentes y jóvenes consiguen, en primera instancia, formar su autoestima a través de la mirada valorativa y equilibrada que les brindan sus padres (Di Bártolo & Seitún, 2019).

Rosenberg (1965) propone que la autoestima es fundamental para la persona y la conceptualiza como una postura de positividad y negatividad hacia algo personal como es el sí mismo. Mientras que los extremos entre el sí mismo ideal y el sí mismo real sean cortos, la autoestima será mayor. En cambio, en el caso de que este trecho sea más amplio, la autoestima será más baja, a pesar de que los demás vean de manera positiva a la persona (Casullo & Góngora, 2009).

La valoración que los padres ofrecen de forma preponderante hacia la persona que son los hijos, en lugar de a sus conductas, se convierte con los años en autovaloración. Esta se va interiorizando y los niños (luego adolescentes, jóvenes y adultos) son capaces de mirarse a sí mismos hacia adentro y se saben valiosos, aún en las circunstancias más difíciles de la vida. Cuando los niños no hallan esta valoración en los padres, comienzan a buscarla a través de sus pares, la cual es más inestable porque en numerosas ocasiones está influenciada por otro tipo de variables como son los beneficios o conveniencias personales (Di Bártolo & Seitún, 2019).

Rosenberg (1989, citado en Cogollo et al., 2015) propone una operacionalización de la autoestima a través de dos dimensiones: (a) autoconfianza o satisfacción personal (también llamada autoestima positiva), la cual refleja que la persona se acepta y se sabe con competencia en ciertos aspectos de la vida; (b) autodesprecio o devaluación personal (también denominada autoestima negativa), que denota la utilización de términos peyorativos relacionados consigo mismo.

La autoestima como pilar salugénico es uno de los predictores más notorios del bienestar psicológico en los adolescentes (Dew & Scout, 2002, citados en Rojas, 2018). Según lo reseñado por Rodríguez y

Caño (2012), en la etapa adolescente y de juventud incipiente la autoestima alta se vincula con una menor percepción de estrés, un mayor disfrute de las circunstancias positivas y un mejor afrontamiento de la adversidad y de las situaciones de fracaso. Además, los jóvenes y adolescentes con autoestima alta se sienten menos responsables de la retroalimentación negativa y se manifiestan con mayor perseverancia ante actividades complejas. Por otra parte, se aprecian menos influenciados ante las presiones de sus pares, consiguen una mejor impresión de parte de estos y se muestran con mayor cercanía. En esta misma línea, Caballo et al. (2018) observaron que los jóvenes con buena autoestima presentaban menores indicadores de ansiedad social. Así, la autoestima podría tener una evidente relación con las habilidades sociales (Díaz Falcón et al., 2018).

Caballo (2007) conceptualiza las habilidades sociales como el grupo de comportamientos manifestados por un sujeto, dentro de un ámbito de interacciones recíprocas de un modo apropiado al momento en el cual se expresan sentimientos, deseos, actitudes, opiniones o derechos. A su vez, implica el respeto por tales conductas en los otros, la adecuada resolución de los conflictos y una baja probabilidad de problemas interaccionales futuros. Por ello, no resulta sorprendente que los adolescentes socialmente habilidosos tengan una menor probabilidad de exhibir conductas antisociales y delictivas (Cueva-Urra, 2021) y de mostrar mejor desempeño en el colegio (Passeri Medeiros et al., 2021).

Si bien no hay un concepto universalmente aceptado para definir a las habilidades sociales, existe consenso en la utilización del término habilidades, el cual remite a que la conducta interpersonal reside en un conjunto de capacidades aprendidas (Caballo, 2007). Si bien los términos habilidades sociales, competencia social y asertividad se han utilizado como intercambiables, algunos autores sugieren diferencias claras entre ellos. Así, la asertividad haría referencia a un tipo de habilidad social específica referida a la autoafirmación y la defensa de los propios derechos sin manipular ni sobrepasar los

derechos de los demás. Por su parte, la competencia social reflejaría un juicio evaluativo general con respecto a la calidad o adecuación de la actuación de una persona. Se trataría de un constructo global y multidimensional que implicaría, además de las habilidades sociales, otros componentes cognitivos y afectivos (Caballo, 2007; Losada, 2018).

En los jóvenes y adolescentes, la adquisición y práctica de habilidades sociales resulta aún más compleja que en los escolares pequeños, por lo que se puede decir que en la adolescencia comienza un período crítico para el desarrollo de esta variable. Por una parte, los adolescentes dejan de lado comportamientos propios de la niñez y, en su lugar, asumen comportamientos que resultan más desafiantes para las normas sociales; por otro lado, se les exigen comportamientos sociales más elaborados de parte del entorno adulto (Zavala Berbena et al., 2008).

Gismero (2002) propone como una de las habilidades sociales de mayor relevancia la autoexpresión social, que consiste en la habilidad que tienen las personas para manifestarse espontáneamente en distintos momentos sociales y contextos. Todo sujeto tiene derecho a manifestar de manera voluntaria sus preferencias personales, opiniones y posturas sobre un tema. Puede estar de acuerdo o en desacuerdo con lo que sostienen otras personas, sin presionar ni forzar para coincidir (Caballo, 2007). Algunas evidencias empíricas sugieren que la autoexpresión social podría ser una de las habilidades del modelo de Gismero (2002) que más se relaciona con la autoestima, el autoconcepto, las características del clima familiar, el acoso escolar, la adicción a las redes sociales y el consumo de alcohol en adolescentes (Dueñas & Senra, 2009; Lipe & Hanco, 2021; Senra, 2010; Tacca et al., 2020; Vidales & Llanos, 2012).

A pesar de que existen numerosas investigaciones sobre el apego en las primeras etapas del ciclo vital, son menos las que abordan la incidencia del apego seguro en los jóvenes y adolescentes, especialmente, aquellas que analizan su efecto encadenado con otras variables positivas del desarrollo.

A partir de estos antecedentes, el presente estudio tuvo como objetivo analizar de qué manera se relacionan los distintos tipos de apego con la autoestima de los jóvenes y adolescentes y si, a su vez, la autoestima resulta un predictor significativo de las habilidades de autoexpresión social en estas etapas evolutivas. A modo de hipótesis, se sostiene que el apego seguro evidenciará una relación predictiva de tono positivo con la autoestima y que el apego inseguro mostrará una relación predictiva inversa. Además, se hipotetiza que la autoestima tendrá un rol predictor de tono positivo sobre la autoexpresión social de los jóvenes y adolescentes. Finalmente, se espera encontrar un buen ajuste para un modelo explicativo de encadenamiento causal entre las variables.

Método

Tipo de estudio

La investigación fue empírica, cuantitativa, con diseño predictivo-explicativo y de corte transversal.

Participantes

Se constituyó una muestra no probabilística, por disponibilidad, compuesta por 387 jóvenes y adolescentes que cursaban sus estudios universitarios en diferentes instituciones públicas o privadas de la provincia de Mendoza. La muestra tuvo predominio del sexo femenino (89.7% mujeres), y las edades oscilaron entre los 18 y 25 años. Los participantes indicaron su edad seleccionando uno de los siguientes rangos: 18-20 años (40.3%), 21-23 años (43.1%) y 24-25 años (16.5%).

La participación de los respondentes fue voluntaria, anónima y estuvo supeditada al consentimiento informado. El trato de los participantes respetó las normas éticas de investigación con seres humanos y las proposiciones de la ciencia socialmente responsable establecidas por el Comité Nacional de Ética en la Ciencia y la Tecnología (CECTE) del Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación (MINCYT) de Argentina.

Instrumentos

Para evaluar el apego se administró la traducción y validación argentina del Cuestionario de Apego Parental de Kenny (1987, citado en Balabanian et al., 2014). Las opciones de respuesta que corresponden a la escala son cinco: Muy de acuerdo (5), De acuerdo (4), Neutro (3), En desacuerdo (2) y Muy en desacuerdo (1). Esta herramienta posee 41 ítems que posibilitan la medición de la forma en que los adolescentes y jóvenes perciben a sus figuras de apego y la relación que mantienen con ellos, a través de dos factores llamados apego positivo (i.e. apego seguro) y apego negativo (i.e. apego inseguro). Los 24 ítems que corresponden a la dimensión de apego positivo dan cuenta de niveles altos de confianza y proximidad, modelos adecuados de autonomía y buena comunicación (e.g. En general, mis padres son las personas que me proporcionan apoyo emocional cuando me siento preocupado/a; En general, mis padres son las personas a quienes puedo expresar mis diferentes opiniones respecto a cuestiones importantes). La dimensión de apego inseguro, compuesta por los 17 ítems restantes, permite evaluar preocupación, inseguridad y temor en el vínculo con los padres, modelos inadecuados de comunicación, niveles bajos de cercanía y problemas emocionales (e.g. En general, mis padres no tienen ni idea de cuáles son mis sentimientos y pensamientos; En general, mis padres restringen mi libertad e independencia). Si bien, en nuestro país y regiones aledañas están disponibles otros métodos para la evaluación del apego en población adolescente y joven (Bobbio & Arbach, 2019; Escobar et al., 2013; Vega & Sánchez, 2011; Vega & Roitman, 2012), hemos optado por el Cuestionario de Kenny, ya que a la fecha es el único instrumento de autorreporte con adaptación y validación local que aporta información sobre su consistencia interna, poder discriminativo de los ítems y estructura factorial (en todos los casos, con valores psicométricos apropiados). Los coeficientes de consistencia interna informados para población argentina son de .93 para el primer factor

y de .82 para el segundo (Balabanian et al., 2014). La confiabilidad del instrumento en la muestra de este estudio fue calculada a través del coeficiente alpha de Cronbach, el cual también arrojó valores satisfactorios: Apego seguro $\alpha = .96$; Apego inseguro $\alpha = .87$.

Para la evaluación de las habilidades de autoexpresión social se utilizó la subescala homónima correspondiente a la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2002). Esta subescala se compone de 8 ítems y mide particularmente la capacidad de expresión espontánea y sin ansiedad de la propia persona en distintas situaciones sociales, tales como entrevistas laborales, relaciones comerciales, grupos y reuniones sociales (e.g. Llamar por teléfono a lugares como tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo; Pedir a un amigo que me haga un favor). Presenta cuatro opciones de respuesta que van desde: No me identifico en absoluto (4) a Muy de acuerdo (1). Obtener una puntuación alta en esta subescala implica facilidad para el logro de interacción en dichos contextos, para expresar posturas y sentimientos propios y hacer preguntas. En muestras latinoamericanas se han reportado valores adecuados de consistencia interna de esta subescala (α entre .70 y .73; Quintana, 2014; Ramírez, 2019). En la presente muestra, el valor de consistencia interna de esta dimensión fue de $\alpha = .83$.

Para evaluar la autoestima se administró la Escala de Autoestima de Rosenberg (1995), traducida y validada en Argentina por Góngora y Casullo (2009). La misma consta de 10 ítems, cinco de los cuales están redactados de forma positiva (e.g. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a) y otros cinco de forma inversa para prevenir la aquiescencia (e.g. En general, me inclino a pensar que soy un/a fracasado/a). Este instrumento evalúa el sentimiento de satisfacción que se tiene de sí mismo, mediante cuatro opciones de respuesta, desde Extremadamente de acuerdo (4) a Extremadamente en desacuerdo (1). Los valores de consistencia interna para población general y población clínica de Argentina fueron .70 y .78, respectivamente (Góngora & Casullo, 2009). En la presente investigación, el coeficiente alpha de Cronbach alcanzó un valor de .89.

Procedimientos

La difusión del estudio y la captación de los participantes voluntarios se realizó a través de redes sociales (Instagram, Facebook, Twitter y Whatsapp). La recolección de datos se llevó a cabo durante un período de 17 días consecutivos mediante un formulario en línea (Google Forms). El tiempo promedio de respuesta fue de aproximadamente 15 minutos. Previo a realizar la actividad, los respondientes disponían del consentimiento informado, el cual aseguraba el anonimato de cada uno de ellos y los fines meramente investigativos de los cuestionarios a realizar. Los datos fueron tratados de manera confidencial y no tuvieron acceso a ellos personas externas a la investigación.

Análisis de datos

La base de datos fue inicialmente examinada con el programa SPSS (versión 18) para detectar valores perdidos y casos atípicos tanto uni ($z > 3.29$) como multivariados (p Mahalanobis $< .001$). Para la descripción general de las variables se calcularon medias y desvíos estándar y, para testear la normalidad de la distribución, se estimaron los indicadores de asimetría y curtosis, considerando como aceptables valores entre ± 2 (Tabachnick & Fidell, 2013). La normalidad multivariada se exploró con el coeficiente de Mardia, aceptando como adecuado un valor inferior a 70 (Rodríguez & Ruiz, 2008).

Para estudiar las hipótesis se ejecutaron dos análisis de regresión lineal. En el primero, se incluyeron como predictoras las dos dimensiones del Apego y como variable dependiente a la Autoestima. En el segundo, la Autoestima fue considerada predictor y las Habilidades de Autoexpresión social variable dependiente. Además, se utilizó el programa Lisrel Student para poner a prueba un modelo de encadenamiento causal entre el Apego, la Autoestima y la Autoexpresión social. Para establecer la bondad de ajuste de este modelo se consideraron los siguientes indicadores: χ^2/gf (valores aceptables hasta 5) (Wheaton et al., 1977), CFI, GFI y NNFI (valores aceptables a partir de .95), RMSEA y SRMR (valores

adecuados iguales o inferiores a .08) (Hooper et al., 2008; Tabachnick & Fidell, 2013). El método de estimación utilizado fue el de Máxima Verosimilitud.

Resultados

En la exploración inicial no se detectaron valores perdidos, pero sí seis casos atípicos (tres univariados y tres multivariados). Estos casos fueron descartados y quedó la base final compuesta por 381 adolescentes. En la Tabla 1, se pueden visualizar los valores medios y desviación típica de las variables estudiadas, así como los indicadores de asimetría y curtosis, que fueron adecuados para todos los casos. El coeficiente de Mardia indicó normalidad multivariada (Mardia = 1.66).

El primer análisis de regresión indicó que tanto el apego seguro ($\beta = .23; p = .001$) como el inseguro ($\beta = -.33; p < .001$) predicen significativamente la autoestima de los jóvenes y adolescentes ($F(2, 378) = 70.30; p < .001$); en el caso del apego inseguro la relación es negativa. El coeficiente de determi-

nación para este modelo fue de $r^2 = .27$. Asimismo, el segundo análisis mostró que la Autoestima resulta un predictor significativo ($F(1, 379) = 183.27; p < .001$) de la Autoexpresión Social ($\beta = .57; p < .001; r^2 = .33$).

A partir de estos resultados, se puso a prueba un modelo de encadenamiento causal entre las variables. Todas las vías resultaron significativas (valores t entre 3.17 y 13.65). Los resultados indicaron un ajuste satisfactorio, aunque el valor de RMSEA estuvo ligeramente por fuera de lo sugerido ($\chi^2/gf = 4.10$; CFI = .989; GFI = .989; NNFI: .968; RMSEA = .092; SRMR = .040). Como se puede apreciar en la Figura 1, el efecto de mayor tamaño lo produjo la autoestima sobre la habilidad social (.57). Los porcentajes de variancia explicada fueron del 33% para la habilidad social y del 27% para la autoestima. En síntesis, la bondad de ajuste del modelo da cuenta de una sucesión progresiva entre el desarrollo del apego, la autoestima y la habilidad de autoexpresión social, aspecto que será discutido en detalle en la siguiente sección.

Figura 1. Modelo de encadenamiento causal entre las variables

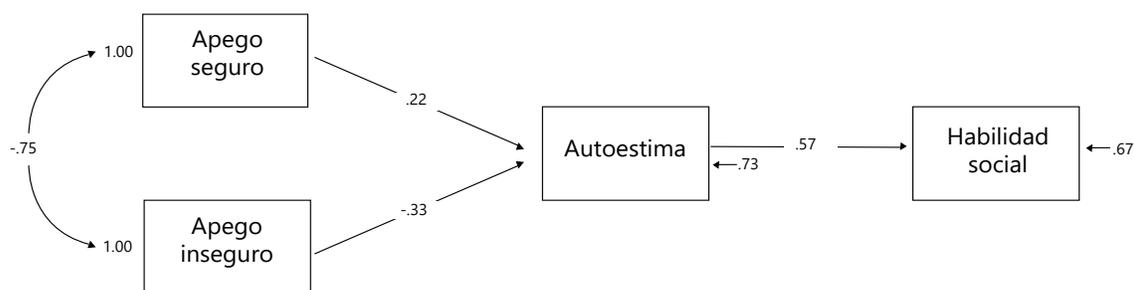


Tabla 1. Valores de medias, DT, asimetría y curtosis

Variables	M	DT	Asimetría	Curtosis
Apego seguro	75.88	12.61	-.800	.352
Apego inseguro	38.55	8.27	.471	.020
Habilidades sociales	18.70	4.86	-.162	-.579
Autoestima	28.00	6.28	-.345	-.282

Nota. Los valores mínimos y máximos posibles para cada variable en estudio son los que se destacan a continuación, considerando que a mayor valor le corresponde mayor posesión del atributo: Apego seguro = 24 - 96; Apego inseguro = 17 - 68; Autoexpresión social = 8 - 32; Autoestima = 10 - 40.

Discusión

En esta investigación, se estudió, por un lado, la relación entre los distintos patrones de apego y la autoestima de los jóvenes y adolescentes y, por otro, la relación entre la autoestima y las habilidades de autoexpresión social, integrando estos resultados en un modelo de encadenamiento causal.

Los análisis realizados permitieron corroborar la hipótesis inicialmente propuesta. El vínculo de apego seguro establecido con los cuidadores principales aumenta la posibilidad de que el joven y el adolescente desarrollen una autoestima fortalecida. Por el contrario, el apego inseguro tiende a disminuirla. Estos resultados están en línea con investigaciones correlacionales recientes (Gómez & Miranda, 2021; Rahmani & Ulu, 2021; Santos & Larzabal, 2021).

Como ya se ha mencionado, la autoestima se comienza a construir desde los primeros años de vida en el vínculo con las principales figuras cuidadoras y, luego, con el paso del tiempo y según las experiencias, esa mirada se convierte en la propia imagen de sí mismo. La mirada de los padres es internalizada por los hijos y a su vez se apropian de ella (Di Bártole & Seitún, 2019). En aquellos casos en los que el hijo no experimente la mirada enamorada de sus padres, aquella que lo haga sentir valioso, tendrá una mayor predisposición a verse a sí mismo de una manera negativa, derivando así en una autoestima baja. Estas consecuencias pueden incluso perdurar a lo largo de los años. Hay indicios de que el tipo de apego internalizado (seguro, ambivalente o evitativo) afecta la autoaceptación y la mirada autocompasiva aún en los años de la adultez (Collins, 2021).

Esta autovaloración adquiere un rol preponderante a partir de la adolescencia, porque afecta nada menos que la capacidad del individuo para expresarse socialmente. Esto ha quedado de manifiesto en este trabajo al observarse que la relación entre la autoestima y la autoexpresión social fue estadísticamente significativa, con un valor de beta estandarizado cercano al .60.

Gatto et al. (2017) mencionan que la autoestima puede ser vista como una de las variables más críticas e influyentes en la inserción social exitosa del adolescente, debido a que la distorsión afectiva y cognitiva que puede acompañar una baja autoestima perjudica significativamente su integración social, especialmente con otros adolescentes. Por el contrario, un adolescente con una visión positiva de sí mismo, tendrá mayores recursos y oportunidades de expresión y aproximación al grupo de pares. Además, el efecto de la autoestima no se restringe únicamente a las relaciones con pares. Bi et al. (2016) observaron que la autoestima es un predictor significativo no solo de la calidad de relación interpersonal con los compañeros del mismo y del sexo opuesto, sino también con los profesores y los padres.

Así, queda manifiesto un patrón de afectación secuencial en el que el apego desarrollado con los padres cumple un papel importante en la gestación de la autoestima y esta, a su vez, incide sobre las habilidades sociales de autoexpresión, pudiendo potenciarlas o bien debilitarlas.

Esto concuerda con lo señalado por Bowlby (2009), cuando hace referencia al apego inseguro y sostiene que este puede reducir la posibilidad de que los hijos desarrollen una visión positiva de sí mismos y de los demás, y a su vez, limitar la exploración social. Si bien en la presente investigación se realizó una aproximación global al apego inseguro, hay evidencias de que cada una de las distintas clases que lo componen se relacionan de manera significativa y negativa con la autoestima de jóvenes y adolescentes. Por ejemplo, Gómez y Miranda (2021) observaron correlaciones moderadas con el apego ambivalente, desorganizado y evitativo, siendo más fuerte la correlación de la autoestima con este último. Es explicable que un individuo con apego evitativo pueda tener erosionada su autoestima, dado que ha sido expuesto a situaciones de rechazo explícito que lo conducirían a sentirse incompetente, indigno o de poco valor (Harter, 2012). Por otra parte, un individuo con apego ambivalente

ha experimentado una gran inseguridad respecto a su figura de apego, lo cual lo llevaría a tener una mirada fluctuante del propio self, considerándose digno de ser amado y valioso solo a veces. Esta inconsistencia frenaría la posibilidad de desarrollar una autoestima sólida y edificante. Finalmente, el apego desorganizado (clasificación de gran importancia clínica, propuesta por [Main & Solomon \[1990\]](#)) contribuiría a lesionar la autoestima debido a una exposición directa a situaciones de maltrato físico o descuido total ([Bowlby, 2009](#)).

[Di Bártolo y Seitún \(2019\)](#) establecen que el vínculo de apego funciona como un espejo a través del cual el niño, y luego el joven y adolescente al que se ha hecho referencia en el presente estudio, se observa a sí mismo y a su entorno. De esta manera, al momento de escoger y gestionar sus relaciones afectivas y de valorarse a sí mismo, ese modelo vincular será de importancia para que genere y prefiera vínculos positivos y que, por el contrario, evite aquellas relaciones que no le sean fructíferas. De este modo, se puede apreciar cómo el apego, la autoestima y las habilidades sociales de autoexpresión se integran en un esquema explicativo que puede ser utilizado como base para la generación de intervenciones orientadas a mejorar el bienestar psicosocial de los adolescentes y jóvenes.

El tipo de apego, positivo o negativo, que los hijos edificaron con sus cuidadores principales en sus primeras etapas de vida, debe tomarse como un punto de partida y no como un punto final en el camino de vida. Es decir, que este actúa como uno de los factores influyentes del desarrollo psicosocial, emocional y conductual del adolescente y futuro adulto en cuestión, pero no así como un factor determinante. Por ello, resulta fundamental el desarrollo y aplicación de estrategias, herramientas y programas que afecten a los ámbitos educativos, comunitarios y al seno mismo de las familias, orientados tanto a la prevención de desajustes como a la promoción de la salud mental de los jóvenes y adolescentes. Existen numerosos y variados programas

con evidencia de eficacia, tanto para fomentar el vínculo de apego seguro ([Gómez et al., 2008](#); [Vargas-Rubilar et al., 2018](#)) como para facilitar las habilidades sociales ([Burbano García et al., 2019](#); [Garaigordobil Landazabal, 2001](#); [Moreno et al., 2019](#)). Se anima a los profesionales de la salud mental y la educación a aunar esfuerzos con el objeto de fortalecer vínculos y competencias saludables que auguren un buen desarrollo socioemocional de los individuos, especialmente, en una etapa tan compleja como lo es la adolescencia.

Este trabajo presenta algunas limitaciones que es preciso mencionar. Por un lado, el tipo de muestreo utilizado no permite la generalización de los resultados por implicar una selección no aleatoria ni balanceada de los participantes. Se destaca al respecto que la proporción de mujeres que optaron voluntariamente por responder los cuestionarios fue ostensiblemente mayor al de los varones, lo cual pudo introducir sesgos en los resultados. Sería importante continuar indagando la asociación entre estas variables en una muestra más amplia y equitativa con relación al género de los participantes, así como estudiar el rol que las variables sociodemográficas podrían jugar en el marco del modelo analizado. Asimismo, en futuros estudios sería relevante poder obtener una diferenciación empírica entre los tipos de apego inseguro evitativo e inseguro ambivalente, para conocer cuál de ellos estaría más implicado en la predicción de la autoestima. Al respecto, sería conveniente clasificar a los sujetos en cada uno de los tipos de apego y analizar si se establecen diferencias significativas en sus puntuaciones en autoestima. Por otra parte, también sería pertinente analizar otras habilidades sociales más allá de la autoexpresión interpersonal, para poder determinar cuál se vería más afectada por la autovaloración del adolescente. Finalmente, con respecto al ajuste del modelo integrador, vale la pena mencionar que el indicador RMSEA sobrepasó ligeramente el umbral sugerido, pero dado que los demás índices de ajuste absoluto e incremental

ostentaron valores apropiados, se concluye que la adecuación del modelo es suficientemente razonable y explicativo de la manera en que las variables se vinculan.

Referencias

- Ainsworth, M. D. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40(4), 969-1025. http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/courses/620/pdf_files/attach_depend.pdf
- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67. <https://www.jstor.org/stable/1127388>
- Balabanian, C., Lemos, V., & Rubilar, J. V. (2014). Estudio psicométrico del Cuestionario de Apego Parental de Kenny en adolescentes argentinos. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 60(4), 227-235. https://www.academia.edu/32940621/Estudio_psicom%C3%A9trico_del_Cuestionario_de_Apego_Parental_de_Kenny_en_adolescentes_argentinos
- Bi, Y., Ma, L., Yuan, F., & Zhang, B. (2016). Self-esteem, perceived stress, and gender during adolescence: Interactive links to different types of interpersonal relationships. *The Journal of Psychology*, 150(1), 36-57. <https://doi.org/10.1080/00223980.2014.996512>
- Bobbio, A., & Arbach, K. (2019). Autocontrol y estilos de apego: su influencia en la conducta delictiva y en la agresión física de adolescentes argentinos. *Revista Criminalidad*, 61(3), 205-219. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-31082019000300205
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos. Formación, desarrollo y pérdida*. Morata.
- Bowlby, J. (2009). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós.
- Burbano, L. H., Pantoja, M. J., Sierra, J. C., Arias, W. M., & Enriquez, J. F. (2019). Impacto de un programa de intervención en la asertividad de estudiantes adolescentes de dos preuniversitarios. *Revista Espacios*, 40(21). <https://www.revistaespacios.com/a19v40n21/a19v40n21p26.pdf>
- Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI Editores.
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Antona, C., Bas, P., Iruiria, M. J., Piqueras, J. A., & Salavera, C. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Behavioral Psychology*, 26(1), 23-53. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6378325>
- Casullo, M. M., & Góngora, V. C. (2009). Validación de la escala de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Interamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 1(27), 179-194. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4539884>
- Cogollo, Z., Campo, A., & Herazo, E. (2015). Escala de Rosenberg para autoestima: consistencia interna y dimensionalidad en estudiantes de Cartagena, Colombia. *Psychologia avances de la disciplina*, 9(2), 61-71. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297241658005>
- Collins, J. A. (2021). *Narratives and attachment styles: Role of rumination, reflection and self-compassion in relation to psychological health and well-being* [Unpublished doctoral thesis]. Swinburne University of Technology.
- Comité Nacional de Ética en la Ciencia y la Tecnología. (2013). *Proposiciones para una ciencia y una tecnología socialmente responsables*. <https://www.argentina.gob.ar/ciencia/cecte/proposiciones-cyt-socialmente-responsables>

- Cornella-Font, M. G., Viñas-Poch, F., Juárez-López, J. R., & Malo-Cerrato, S. (2020). Risk of addiction: Its prevalence in adolescence and its relationship with security of attachment and self-concept. *Clinical and Health, 31*(1), 21-25. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a1>
- Cueva-Urra, M. A. (2021). Revisión sistemática: influencia de las habilidades sociales en la prevención de conductas antisociales y delictivas en adolescentes de 12 a 18 años. *Polo del Conocimiento, 6*(10), 523-543. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3223/html>
- Di Bártolo, I. (2018). *El apego*. Lugar Editorial.
- Di Bártolo, I., & Seitún, M. (2019). *Apego y crianza*. Grijalbo.
- Díaz, D., Fuentes, I., & Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado, 14*(64), 98-103. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/793>
- Dueñas, M. L., & Senra, M. (2009). Habilidades sociales y acoso escolar: un estudio en centros de Enseñanza Secundaria de Madrid. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, 20*(1), 39-49. <https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11438>
- Escobar, M. J., Rivera-Rei, A., Decety, J., Huepe, D., Cardona, J. F., Canales-Johnson, A., Sigman, M., Mikulan, E., Helgiu, E., Baez, S., Manes, F., Lopez, V., & Ibañez, A. (2013). Attachment patterns trigger differential neural signature of emotional processing in adolescents. *PLoS one, 8*(8), e70247. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0070247>
- Garaigordobil, M. (2001). Intervención con adolescentes: impacto de un programa en la asertividad y en las estrategias cognitivas de afrontamiento de situaciones sociales. *Psicología conductual, 9*(2), 221-246. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/01.Garaigordobil_9-20a-1.pdf
- Gatto, R. C. J., Garbin, A. J. I., Corrente, J. E., & Garbin, C. A. S. (2017). Self-esteem level of Brazilian teenagers victims of bullying and its relation with the need of orthodontic treatment. *RGO-Revista Gaúcha de Odontologia, 65*(1), 30-36. <https://doi.org/10.1590/1981-863720170001000053304>
- Gismero, E. (2002). *Escala de Habilidades Sociales*. TEA Ediciones.
- Gómez, E., Muñoz, M. M., & Santelices, M. P. (2008). Efectividad de las intervenciones en apego con infancia vulnerada y en riesgo social: un desafío prioritario para Chile. *Terapia psicológica, 26*(2), 241-251. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082008000200010>
- Gómez, C. K., & Miranda, C. M. (2021). *Estilos de apego y autoestima en adolescentes de una institución educativa privada de la Ciudad de Cajamarca* [Tesis de grado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de UPAGU. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1535>
- Góngora, V. C., & Casullo, M. M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, 1*(27), 179-194. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645443010.pdf>
- Gualda, G. L., & Lacunza, A. B. (2020). Autoestima y habilidades sociales en niños y niñas del Gran San Miguel de Tucumán, Argentina. *Revista Argentina de Salud Pública, 11*(42), 22-31. https://www.researchgate.net/publication/348406464_Autoestima_y_habilidades_sociales_en_ninos_y_ninas_del_Gran_San_Miguel_de_Tucuman_Argentina

- Harter, S. (2012). *The construction of the self; developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60. <https://doi.org/10.21427/D7CF7R>
- Lipe, R. E., & Hanco, J. L. (2021). *Adicción a redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Espinar-2020* [Tesis de grado no publicada]. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5150>
- Losada, L. (2018). Reflexión y construcción del conocimiento en torno a las habilidades sociales y la competencia social. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 2(1), 7-22. <https://doi.org/10.32541/recie.2018.v2i1.pp7-22>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention* (pp. 121-160). University of Chicago Press.
- Mancinelli, E., Liberska, H. D., Li, J. B., Espada, J. P., Delvecchio, E., Mazzeschi, C., Lis, A., & Salcuni, S. A. (2021). Cross-cultural study on attachment and adjustment difficulties in adolescence: The mediating role of self-control in Italy, Spain, China, and Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8827. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168827>
- Marci, T., Marino, C., Sacchi, C., Lan, X., & Spada, M. M. (2021). Problematic Internet Use in early adolescence: The role of attachment and negative beliefs about worry. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(1), 194-200. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33475528/>
- Moreno, M. E., Rivera, J., Lay, N., Pérez, A., Rocha, G., Parra, M., Durán, S. E., García, J., Redondo, O., & Torres, E. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista espacios*, 40(31), 10-25. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n31/a19v40n31p10.pdf>
- Passeri, H. C., Benevides, A., & Monteiro, M. C. (2021). Adolescent social skills, perception of social support and motivation to learn: The impact on school performance. *Psico-USF*, 26(3), 533-543. <https://doi.org/10.1590/1413-82712021260311>
- Quintana Gil, Y. L. (2014). Propiedades psicométricas de la escala de habilidades sociales en alumnos de nivel secundario de Cartavio. *Revista de investigación de estudiantes de psicología "Jang"*, 3(2), 36-52. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/article/view/1851>
- Rahmani, N., & Ulu, E. (2021). The relationship between attachment styles, emotional intelligence, and self-esteem in only-child families and two-children families. *Propósitos y Representaciones*, 9(SPE3), e1185. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1185>
- Ramírez, E. (2019). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Habilidades Sociales en los estudiantes de las Instituciones Educativas Públicas de Yungay 2019* [Tesis de grado no publicada]. Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41452>
- Rodríguez, C., & Caño, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of*

- Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 389-403. <https://www.ijpsy.com/volumen12/num3/337/autoestimaen-la-adolescencia-analisis-ES.pdf>
- Rodríguez, M., & Ruiz, M. (2008). Atenuación de la asimetría y de la curtosis de las puntuaciones observadas mediante transformaciones de variables: incidencia sobre la estructura factorial. *Psicológica*, 29(2), 205-227. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16929206>
- Rogers, C. R., Chen, X., Kwon, S. J., McElwain, N. L., & Telzer, E. H. (2022). The role of early attachment and parental presence in adolescent behavioral and neurobiological regulation. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 53, 101046. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2021.101046>
- Rojas, T. (2018). *Adolescencia, entre apego y bienestar psicológico*. Editorial Académica Española.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). Acceptance and Commitment Therapy. *Measures Package*, 61, 52. <https://doi.org/10.1037/t01038-000>
- Santos, D. A., & Larzabal, A. (2021). Apego, autoestima y funcionamiento familiar en estudiantes de bachillerato de los cantones. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 4-15. <https://www.redalyc.org/journal/5728/572868251001/>
- Senra, M. (2010). Educar en habilidades sociales para prevenir el abuso de alcohol en la adolescencia. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21(2), 423-433. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.21.num.2.2010.11556>
- Sroufe, L. A., Carlson, E. A., Levy, A. K., & Egeland, B. (1999). Implications of attachment theory for developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 11(1), 1-13. <https://doi.org/10.1017/S0954579499001923>
- Tabachnick, B., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Pearson.
- Tacca Huamán, D. R., Cuarez Cordero, R., & Quispe Huaycho, R. (2020). Habilidades sociales, autoconcepto y autoestima en adolescentes peruanos de educación secundaria. *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293-324. <http://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Vargas-Rubliar, J. A., Richaud, M. C. y Oros, L. B. (2018). Programa de promoción de la parentalidad positiva en la escuela: un estudio preliminar en un contexto de vulnerabilidad social. *Pensando Psicología*, 14(23), 1-15. <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2265>
- Vega, V. C., & Roitman, D. (2012). Categorización teórico-empírica piloto de los tipos de apego en el Inventario de Apego a Padres y Pares de Armsden & Greenberg (1987). *Anuario de investigaciones*, 19(1), 167-176. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-16862012000100017
- Vega, V. C., & Sánchez, M. (2011). Estudio piloto para la adaptación del Inventario de Apego a Padres y Pares (IPPA) en una muestra de adolescentes argentinos. *Anuario de investigaciones*, 18, 391-398. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139947042>
- Verhe M., Bijtbeier, P., Bodner, N., Van Aswegen, T., Van de Walle, M., & Bosmans, G. (2021). Attachment and the development of depressive symptoms in adolescence: The role of regulating positive and negative affect. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 1649-1662. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01426-y>
- Vidales, A. G., & Llanos, R. A. (2012). *Habilidades sociales y clima social familiar en alumnos del quinto grado de secundaria* [Tesis de grado no publicada]. Universidad Señor

- de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/5193>
- Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D., F., & Summers, G. (1977). Assessing Reliability and Stability in Panel Models. *Sociological Methodology*, 8 (1), 84-136. <https://doi.org/10.2307/270754>
- Zavala, M. A., Valadez, M. D., & Vargas, M. C. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(15), 321-338. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1291>