



**MAESTRÍA EN PSICOTERAPIA INTEGRATIVA FOCALIZADO
EN LA PERSONALIDAD
TERCERA COHORTE**

“Plan de desarrollo personal en entrenamiento de habilidades sociales en un grupo de adolescentes de octavo, noveno y décimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa fiscal mixta central la Inmaculada, del año lectivo 2013-2014, víctimas de Bullying, desde el Modelo Integrativo focalizado en la Personalidad.”

**Artículo de investigación previo a la obtención del título: Magister en
Psicoterapia Integrativa**

Autora: Linda Alexandra Regalado Villa.

Directora: Magister. Eva Peña Contreras.

Cuenca - Ecuador

Diciembre - 2014

UNIVERSIDAD DEL AZUAY

MAESTRIA EN PSICOTERAPIA INTEGRATIVA FOCALIZADA EN LA PERSONALIDAD

“Plan de desarrollo personal en entrenamiento de habilidades sociales en un grupo de adolescentes de octavo, noveno y décimo año de Educación General Básica de la Unidad Educativa fiscal mixta central la Inmaculada, del año lectivo 2013-2014, víctimas de Bullying, desde el Modelo Integrativo focalizado en la Personalidad.”

Autora: Linda Regalado Villa.

Tutora: Mst. Eva Peña

RESUMEN

Esta investigación se centró en desarrollar un plan de entrenamiento de habilidades sociales en un grupo de adolescente víctimas de bullying y comprobar la eficacia del mismo. La población estuvo conformada por 287 estudiantes de 8°, 9° y 10° año de Educación Básica de la Unidad Educativa fiscal mixta central la Inmaculada con edades comprendidas entre los 12 y 15 años. Se utilizaron tres instrumentos de evaluación: 1) Cuestionario Insebull (Avilés & Elices, 2007), para determinar la existencia de bullying y obtener nuestro grupo de víctimas (34); 2) Cuestionario de personalidad EPQ-R (Eysenck & Eysenck, 2008) en el grupo experimental y de control de los adolescentes víctimas de bullying y 3) Cuestionario de Habilidades Sociales (Opazo, 2004), antes y después de la aplicación de los talleres de habilidades sociales (Villarreal et al., 2010). Los resultados fueron analizados estadísticamente y se desprendió lo siguiente: 1) Existió un mayor número de víctimas comparado con los resultados de los grupos de agresores y víctima – agresor, 2) En relación a los rasgos de personalidad hubo mayor tendencia al neuroticismo y bajo psicoticismo y 3) Se comprobó estadísticamente mediante el cuestionario de habilidades sociales que hubieron resultados positivos y favorables luego de la aplicación de los talleres de habilidades sociales en el grupo experimental de los adolescentes víctimas de bullying.

Palabras Claves: bullying, víctimas, habilidades sociales, personalidad.

ABSTRACT

This research is focused on developing a social skills training plan in a group of adolescent victims of bullying and on verifying its effectiveness. The population consisted of 287 students from *La Inmaculada*, a public urban Junior High School of General Basic Education (8th, 9th and 10th) whose ages ranged between 12 and 15. Three assessment instruments were applied: 1) Insebull questionnaire (Avilés & Elices, 2007) to determine the existence of bullying and the group of victims (34); 2) EPQ-R Personality Questionnaire (Eysenck & Eysenck, 2008) in the experimental and control group of adolescent victims of bullying; and 3) Social Skills Questionnaire (Opazo, 2004). These instruments were used before and after the application of the social skills workshops (Villarreal et al., 2010). The results were statistically analyzed and the data obtained led us to the following conclusions: 1) There was a greater number of victims compared with the results of the offenders and victim-offender groups; 2) In relation to personality traits there was a greater tendency to neuroticism and low psychoticism; and 3) By means of the Social Skills Questionnaire, it was statistically proven that the results among the experimental group of adolescent victims of bullying were positive and favorable after the application of the social skills workshops.

Keywords: Bullying, Victims, Social Skills, Personality.



Translated by,
Lic. Lourdes Crespo

INTRODUCCIÓN

En la actualidad la problemática del fenómeno de bullying se ha ido acrecentando dentro de las Instituciones Educativas entre grupos de pares, en algunas ocasiones los adolescentes siguen modelos observados en redes sociales o entre compañeros de su misma institución educativa. Para poder entender de una manera más clara esta problemática se iniciará con su conceptualización.

Definimos el *bullying* (Olweus, 1998) como una forma de maltrato, normalmente intencionado y perjudicial de un estudiante hacia otro compañero, generalmente más débil, al que convierte en su víctima habitual y persistente. Los bullies o agresores actúan de esa forma, movidos por un abuso de poder y un deseo de intimidar y dominar, mientras que el alumno víctima se encuentra indefenso. El *bullying* no necesariamente se expresa con agresiones físicas, sino que puede presentarse como agresión verbal (en realidad el tipo mas frecuente), y como exclusión, siendo esta forma la mas utilizada por las chicas y en general por los alumnos de los últimos cursos (Díaz – Aguado, Martínez y Martín, 2004)

En el *bullying* confluyen en un espacio común los dos polos de la violencia: los agresores o bullies y sus víctimas. El problema va más allá de los episodios concretos de agresión y victimización, en primer lugar, porque cuando un sujeto recibe las agresiones de otro de manera sistemática, generaliza la percepción hostil al conjunto del ambiente escolar, generando graves estados de ansiedad y aislamiento, además de la consiguiente pérdida del interés por aprender (Cerezo, 2002; Rigby, 2000); por otro lado, porque el agresor va afianzando su conducta antisocial, cuyas consecuencias suelen provocar la exclusión social y la predelinuencia (Olweus, 1998). Pero, además, el clima afectivo del grupo de iguales sufre una importante pérdida de actitudes prosociales, favoreciendo la falta de consideración hacia los demás (Cerezo, 2006a; Roland y Galloway, 2002).

No se considera “bullying” cuando alguien “molesta” a otro o se burla de forma amistosa o como un juego compartido, o cuando dos estudiantes de la misma fuerza discuten o pelean (Ortega & Mora, 2000)

Cuando se produce bullying dentro de las instituciones educativas tenemos varios actores entre estos tenemos a los agresores o bullies, los víctimas, los observadores y víctimas –agresores; dentro de este contexto nos vamos a focalizar en las víctimas de bullying para identificar cuáles son las características que presentan por estar dentro de este rol y las consecuencias que traen consigo.

Los sujetos víctimas, por lo general, son chicos, algo menores que los bullies, más débiles físicamente, y suelen ser el blanco de las agresiones de aquellos. Sus compañeros los perciben como débiles y cobardes. Ellos mismos se consideran tímidos, retraídos, de escasa ascendencia social y con alta tendencia al disimulo. Muestran escaso control en sus relaciones sociales. Presentan puntuaciones medio-altas en neuroticismo, en introversión y ansiedad. Perciben su ambiente familiar excesivamente protector y su actitud hacia la escuela es pasiva. (Cerezo 2001b; Ortega, 1994).

Las consecuencias del acoso escolar en las víctimas pueden llegar a ser de características psicológicas (depresión, baja autoestima, inseguridad y estrés) o físicas (dolores de cabeza, dolores de estómago) o conductuales (no dormir bien, o pérdida del control de esfínteres) (Horne et al, 2007; Correia & Dalbert, 2008).

Cerezo (2001) encontró, en el área de personalidad de las víctimas, una puntuación alta en neuroticismo, altos niveles de ansiedad e introversión. Otro estudio menciona que las víctimas tienen baja autoestima, inseguridad, ansiedad, sensibilidad, tranquilidad y rasgos depresivos (Ortega & Mora, 2000). Cerezo (2001) menciona que las víctimas suelen tener dificultades de comunicación, se muestran tímidas, retraídas y/o aisladas del grupo, son poco asertivas, suelen tener conductas de evitación y presentan inseguridad y tendencia depresiva. Olweus, en 1998 (Avilés, 2005), menciona que en general las víctimas son menos populares y/o rechazadas y se llevan mejor con los profesores.

La víctima desarrolla miedo y rechazo al contexto en el que sufre la violencia, pérdida de confianza en sí mismo y en los demás y disminución del rendimiento escolar, disminuye la capacidad de comprensión moral y de empatía del agresor, mientras que se produce un refuerzo de un estilo violento de interacción (Universia, 2007).

Existen diferentes tipos de víctimas: La víctima típica padece miedo y como consecuencia tiene una infancia o adolescencia infeliz. Esto está asociado a baja autoestima y posible fracaso escolar. Tiene mayor tendencia a la depresión, puede fingir enfermedades e incluso provocarlas en su estado de estrés. La popularidad de la víctima entre sus compañeros está por debajo de su o sus agresores lo que le impide comunicarse y relacionarse con sus propios compañeros. También la víctima tiene responsabilidad en el fenómeno: su falta de asertividad y seguridad en sí misma ayudan a su hostigamiento. (Fernández, 1998)

Habría que enseñarle a decir «no», a expresar sus ideas y deseos, a comunicar sus sentimientos, a codificar los mensajes ajustados al contexto. Por ello, se ha tratado con prácticas en habilidades sociales trabajando la autoestima, la asertividad, la presión de grupo, etc. Sin embargo, hay que tener cuidado y abordar esa condición de indefensión sin culpabilizar al sujeto. La víctima interpreta que el problema está dentro de sí misma y, en algunos casos, que se lo merece, lo que inhibe sus posibilidades de comunicar su situación a otras personas. Además siente que comunicar le debilitaría aún más ante los ojos de sus compañeros y se desprestigiaría. Por ello, se debe ayudar a crear canales seguros de comunicación dentro de la escuela que faciliten la actuación en casos de abusos. (Fernández, 1998)

Por otro lado Stephenson y Smith (1989) también distinguen entre la víctima típica y la «víctima provocativa» que busca la atención de los espectadores y muy especialmente entre el grupo de compañeros. Esta víctima provocativa logra el antagonismo y participa activamente en las situaciones de agresiones. Es más activa, asertiva y con mejor autoestima que otro tipo de víctimas; físicamente más fuerte y con facilidad para la provocación, suele protestar con más frecuencia a sus profesores: «alguien se mete conmigo», aun siendo el elemento provocador de la agresión.

Entonces, unos de los grandes problemas que presentan tanto víctimas como abusadores son las dificultades de relación y de habilidades sociales que permitan encontrar soluciones asertivas a las situaciones de maltrato, así también que fomenten la empatía, la escucha, la correcta expresión de las emociones y la negociación, etc. Estas prácticas, como bien dice Blaya (2001) de ser implementadas, pueden cambiar la forma de vivir dentro de la escuela.

Los estudios antes mencionados indican que dentro de las características de los víctimas de bullying existen problemas psicológicos como: baja autoestima, falta de asertividad, dificultad en su comunicación, en relaciones interpersonales y también problemas físicos; de esta manera se podría indicar que las víctimas de bullying presentan déficit en sus habilidades sociales, por este motivo y por ser este contenido parte de nuestra investigación nos centraremos a describirlo. Además de esta manera también abordaremos las interrogantes de nuestra investigación: ¿Cómo influyen los rasgos de personalidad de las adolescentes víctimas de bullying en sus relaciones interpersonales?, ¿Cómo mejorarían las relaciones interpersonales de las adolescentes víctimas de bullying a través del Entrenamiento en Habilidades Sociales?

Las habilidades sociales (en adelante, HHSS) son una serie de conductas observables, pero también de pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias, y a procurar que los demás respeten nuestros derechos y no nos impidan lograr

nuestros objetivos. La persona socialmente hábil busca su propio interés, pero también tiene en cuenta los intereses y sentimientos de los demás, y cuando entran en conflicto tratan de encontrar, en lo posible, soluciones satisfactorias para ambos. (Roca, 2007)

Para Roca (2007) las HHSS son primordiales en nuestras vidas ya que:

- Las relaciones interpersonales son nuestra principal fuente de bienestar, y también pueden convertirse en la mayor causa de estrés y malestar, sobre todo si tenemos déficits de HHSS.
- Mantener relaciones satisfactorias con otras personas facilita la autoestima.
- La falta de HHSS nos lleva a sentir con frecuencia emociones negativas, como la frustración o la ira, y a sentirnos rechazados, infravalorados o desatendidos por los demás.
- Las personas con pocas HHSS son más propensas a padecer alteraciones psicológicas como la ansiedad o a depresión, así como ciertas enfermedades psicosomáticas.
- Ser socialmente hábil ayuda a incrementar nuestra calidad de vida, en la medida en que nos ayuda a sentirnos bien y a obtener lo que queremos.

El desarrollo de las habilidades sociales está teniendo una enorme relevancia en el contexto educativo, psicológico y social. Hay constatación empírica de las sólidas relaciones existentes entre la competencia social en la infancia y en la adolescencia, y el posterior funcionamiento social, académico y psicológico en la vida adulta. La competencia social tiene una gran incidencia tanto en el funcionamiento presente como en el futuro desarrollo del niño; incluso, las habilidades sociales permiten que el niño vaya asimilando los roles y las normas sociales (Michelson y otros, 1987).

La adecuada competencia social está relacionada con logros escolares y sociales superiores, y con un ajuste personal y social en la infancia y en la adolescencia. Se considera que la conducta socialmente competente durante la infancia constituye un prerrequisito para el desarrollo y elaboración del repertorio interpersonal posterior de un individuo (Kelly, 1992).

Existen investigaciones relacionados con las habilidades sociales y bullying entre estas tenemos, una investigación de tipo no – experimental realizada por Wurst (2007), en un colegio de Lima-Perú con 671 estudiantes de nivel secundario, quedando una muestra total de 663 cuyas edades fluctúan entre los 11 y 17 años, donde se identificó los roles de intimidación de los adolescentes y se midió su relación con la autoestima y las habilidades sociales tanto en agresores como en las víctimas. Se aplicó un conjunto de tres pruebas: el *Cuestionario sobre Intimidación y Maltrato entre Iguales* de Ortega (versión modificada), el *Inventario de Autoestima* de Coopersmith y la

Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Se encontró una asociación moderada entre el rol de agresor y el rol de víctima de intimidación escolar, en el área de Autoestima Social. Se halló diferencias entre el rol de agresor y el rol de víctima de intimidación, en las áreas de: Autoestima General, Autoestima Social y Primeras Habilidades Sociales. Las víctimas obtuvieron los puntajes más bajos en las áreas de Autoestima General, Autoestima Social, Autoestima Hogareña y Primeras Habilidades Sociales, mientras que los agresores alcanzaron puntajes bajos en el área de Autoestima Hogareña. Se concluyó que las únicas áreas que permitieron establecer una mejor predicción del rol de agresor y el rol de víctima de intimidación fueron la Autoestima Social y la Autoestima Escolar.

Dentro de esta investigación podemos confirmar con los autores mencionados anteriormente que en las víctimas de bullying existe dificultad en las áreas de autoestimas y primeras habilidades sociales por los puntajes bajos que presenta en esta investigación realizada por Wurst (2007).

Otra investigación es la realizada por Yolanda Ferreira y Paula Muñoz Reyes Benítez, con el Programa de Intervención en Habilidades Sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying. Esta investigación fue realizada con estudiantes de 5° de primaria de un colegio particular de la zona sur de la ciudad de La Paz Bolivia. Los participantes cuentan con una edad entre 10 a 12 años. Para dicha investigación se tomaron en cuenta dos cursos del mismo nivel; donde un curso fue grupo control, y el otro curso fue grupo experimental. La presente investigación contó con una variable independiente (VI) y otra dependiente (VD). La VI es el Programa de intervención en el aprendizaje de habilidades sociales. Dicho programa fue dirigido a los estudiantes (acosados, acosadores y espectadores). Se entiende por habilidades sociales según el modelo cognitivo descrito por Abarca & Hidalgo, 2000, como las habilidades que sirven para organizar cogniciones y conductas en un curso integrado de acción dirigido hacia metas interpersonales o sociales que sean culturalmente aceptadas. Para poder desarrollar dichas habilidades, es necesario, el autodominio; que consiste en el poder manejar los sentimientos para que sean adecuados. La empatía; que es la capacidad de reconocer las emociones en los demás y la asertividad: que básicamente se refiere a la capacidad de expresar lo que se piensa, lo que se siente y las creencias, en forma adecuada al medio, en ausencia de ansiedad (Abarca & Hidalgo, 2000).

Así también se llegó a la conclusión de que mediante el diseño de un Programa de intervención en el aprendizaje de habilidades sociales, si se pueden solucionar los conflictos en el aula y disminuir el Bullying o acoso escolar; entonces, a partir de dicha afirmación se podría manifestar que esta investigación logró realizar la mayoría de los objetivos planteados donde se comprueba la eficacia del programa. (Ferreira & Muñoz, 2011)

La esencia del tratamiento en Habilidades Sociales consiste en aumentar la conducta adaptativa y prosocial, enseñando al sujeto las habilidades necesarias para una interacción social exitosa (Kelly, 1982), con el fin de conseguir la satisfacción interpersonal (Brown y Brown, 1980).

Es realmente importante que los adolescentes se tornen más habilidosos a la hora de comenzar y mantener conversaciones interesantes, porque, a esta edad, las amistades se centran más en “hablar” que en “jugar” (Smollar y Youniss, 1982; Gottman y Parker, 1986).

Ladd (1981), Bierman y Furman (1984), Elliot, Huizinga y Ageton (1985), Newcomb y Bentler (1989), hablan de ganancias tras el tratamiento en Habilidades Sociales en la aceptación de los pares. Nosotros observamos una mejora en la adaptación a compañeros, en alumnos de un 50 % (57.14 %) de los cursos participantes. Bierman y Furman (1984), Sacks y Gaylord-Ross (1989), Hansen y otros (1990), Trianes (2000), afirman que la intervención mediada por los pares (aunque prácticamente no es utilizada) es prometedora en el tratamiento de Habilidades Sociales en adolescentes.

El concepto de habilidad social tiene como común denominador la conducta interactiva. Nos referimos a dicho concepto como la capacidad que toda persona posee en el momento de percibir, entender, descifrar y responder a estímulos sociales en general, y muy especialmente a aquellos que provienen de la interacción con los demás (Blanco, 1981).

Uno de los objetivos de toda relación de ayuda es capacitar a los individuos que participan en programas de entrenamiento para utilización de recursos personales. En el caso del trabajo con grupos de adolescentes, debemos de facilitar que crezcan y desarrollen sus capacidades, en la medida de que disponen de recursos personales y sociales que les permitan satisfacer sus necesidades y así puedan enfrentarse a las dificultades y obstáculos cotidianos. Cuando no existen estos recursos, o bien no se utilizan de forma adecuada surgen problemas en el proceso de socialización (Costa y López, 1991).

Con las investigaciones antes mencionadas y los autores citados podemos darnos cuenta de la importancia que existe en el entrenamiento de habilidades sociales en los adolescentes y como este ayuda a las víctimas de bullying.

Dentro de nuestra investigación también abordaremos los rasgos de personalidad en las víctimas de bullying, citaremos una investigación relacionado con los rasgos de personalidad de: Fuensanta Cerezo Ramírez (2001) resume una investigación que permite comprobar algunas variables de personalidad y socialización asociadas a cada una de las partes de la dinámica *bullying*: agresores y víctimas. Sobre una muestra de 315 escolares de 10 a 15 años, se detectaron 36 alumnos *bullies* y

17 víctimas mediante el cuestionario Bull (Cerezo y Esteban, 1994), estos sujetos completaron el cuestionario de personalidad EPQ-J Eysenck, el de Autoestima de Rosenberg (Adap. Cerezo, 1996) y la Batería de socialización BAS-3 de Silva y Martorell. Los resultados revelaron diferencias significativas: altas puntuaciones en Psicoticismo, Sinceridad y Liderazgo en los *bullies*, y Autocontrol y Ansiedad/ Timidez en los *víctimas*, y destaca el Psicoticismo como dimensión discriminante entre ambos grupos. En las variables de personalidad medidas a través del EPQ-J, la variable Neuroticismo no muestra diferencias significativas entre los grupos de sujetos agresores y los sujetos víctimas. Entre *bullies* y víctimas existen diferencias significativas en la variable Extraversión, siendo mayor la puntuación en los *bullies* (45.94) que en los *víctimas* (35.06). Las diferencias entre las medias alcanzadas en la variable Psicoticismo resulta significativa igualmente los *bullies* con una puntuación media de 56.36 y los *víctimas* de 31.59.

En nuestra investigación se aplicó a los adolescentes víctimas de bullying el cuestionario de personalidad EPQ-R de Eysenck, quien define a la personalidad como: Una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente. El carácter denota el sistema más o menos estable y duradero de conducta conativa (voluntad) de una persona; el temperamento, su sistema más o menos estable y duradero de la conducta afectiva (emoción); el intelecto, su sistema más o menos estable y duradero de conducta cognitiva (inteligencia); el físico, su sistema más o menos estable y duradero de la configuración corporal y de la dotación neuroendocrina. (Eysenck y Eysenck, 1985).

El cuestionario de personalidad EPQ-R mide tres dimensiones básicas de la personalidad E (extraversión), N (neuroticismo) y P (psicoticismo). Dentro de los resultados de nuestra investigación existe tendencia al neuroticismo. Ahora describiremos brevemente los rasgos que forman parte de esta dimensión: ansioso, deprimido, sentimientos de culpa, baja autoestima, tenso, irracional, tímido, triste y emotivo.

Eysenck (1990a) considera que la actividad del cerebro visceral (o sistema límbico), el cual está compuesto por estructuras como el área septal, hipocampo, amígdala, cíngulo e hipotálamo, es la responsable de la dimensión N. Es decir que el diferente grado de actividad del sistema que tradicionalmente ha sido considerado como el responsable neuroanatómico de las emociones, determina el que las personas sean más o menos emotivas.

Es muy importante también conocer el concepto de personalidad desde el punto de vista de la Psicoterapia Integrativa focaliza en la personalidad. La personalidad es considerada como una estructura interna formada por factores biológicos, psicológicos y sociales que se encuentran en

continua interacción; esta interacción hace que cada ser humano desarrolle distintas maneras de pensar, percibir, actuar e interrelacionarse con los demás. De esta manera cada persona adquiere rasgos propios que le diferencia de las demás personas. Cada persona es única. La personalidad se encuentra en continuo cambio y movimiento, no puede permanecer estática ni fija. (Balarezo, 2010)

Balarezo (2010) dentro de la tipología de la personalidad toma como ejes básicos del comportamiento humano la cognición, la afectividad, la conducta y las relaciones interpersonales. Dado que estos componentes son generales para todos los sujetos, dichas características están presentes en todas las personalidades, remarcando el hecho de que el predominio de una condición, no marca una perspectiva excluyente de los otros factores. Pero la apreciación biopsicosocial del modelo, presente en el análisis del origen de estos procesos, señala a su vez, requisitos de primacía en cada sujeto, sea por predominio o déficit, permitiendo establecer grupos generales de afinidad en su expresión. (Balarezo, 2010)

Por las características que presenta nuestro grupo de estudio y los resultados del test EPQ-R nuestros adolescentes se encajarían en el grupo con características de déficit relacional donde se encuentran los Esquizoides, Dependientes, Evitativas y Trastorno esquizotípico de la personalidad. En este grupo se observa una tendencia a la intimidad personal y al retraimiento social con dificultad de expresión afectiva externa. La conducta suele ser mediada y escasa. La cognición se desvincula del otro y se retrae hacia sí mismo. Los esquizoides denotan interés en el contacto, los dependiente requieren del otro, los evitativos no logran sentirse cómodos en su participación social y los esquizotípicas se apartan de los demás mediante sus extravagancias. Además presentan predominio en la estructura introvertida, inhibiciones mayores en sus regiones frontales, déficits neurológicos de los sistemas límbico y reticular. (Balarezo, 2010)

Por todas las características descritas anteriormente que posee nuestro grupo de estudio y los estudios citados anteriormente, y tomando en cuenta la importancia de las habilidades sociales en los adolescentes ahora se describirá los resultados obtenidos con nuestro grupo y la aplicación de los talleres en el entrenamiento de habilidades sociales.

Método

El presente estudio es experimental, longitudinal y prospectivo; con una muestra de 287 estudiantes de 8°, 9° y 10° año de Educación Básica de la Unidad Educativa fiscal mixta central la Inmaculada, sus edades están comprendidas entre los 12 y 15 años. Mediante el Cuestionario Insebull (Avilés & Elices, 2007), se pudo determinar que existen 34 víctimas de bullying y 22 agresores, como nuestro grupo de estudio son los víctimas de bullying se les aplicó el Cuestionario de personalidad EPQ-R (Eysenck & Eysenck, 2008) para determinar sus características de personalidad y luego a este

mismo grupo de víctimas se les aplicó la encuesta del Instituto Chileno de Psicoterapia Integrativa (Opazo, 2004) al inicio y al final de la investigación para evaluar sus habilidades sociales.

Procedimiento

Primero se procedió aplicar el Cuestionario Insebull (Avilés & Elices, 2007) a toda la muestra, donde se determinó a grupos de: víctimas, agresores y víctimas-agresores de bullying, además se evalúa las siguientes variables: Intimidación, Victimización, Solución Moral, Red Social, Falta de Integración social, Constatación del maltrato, Identificación participantes en el bullying y Vulnerabilidad escolar ante el abuso. Luego el grupo de víctimas que eran 34 se redujo a 32 porque dos adolescentes no quisieron aplicarse los siguientes cuestionarios, entonces a la muestra que quedó de 32 víctimas se le aplicó el Cuestionario de Personalidad EPQ-R (Eysenck & Eysenck, 2008), que mide las siguientes escalas: Extraversión (E), Neuroticismo (N) y Psicoticismo (P). A este mismo grupo se le aplicó la encuesta de Habilidades Sociales (Opazo, 2004) que contiene 14 ítems cada uno estructurado con la escala de Lykert del 1 al 5, donde 1 es el valor mínimo y 5 es el valor máximo; cada ítem describen aspectos positivos en relación a las habilidades sociales. La calificación se determinó de la siguiente manera: baja de 14 a 26, media baja de 27 a 38, media de 39 a 46, media alta de 47 a 57 y alta de 58 a 70.

Después de forma aleatoria se dividió al grupo de víctimas (32) en dos grupos: experimental con 16 estudiantes y de control al igual con 16 estudiantes, quienes mantenían los mismos criterios de inclusión: alumnos que estén matriculados en octavo, noveno y décimo año de educación general básica, no presentar alteraciones mentales diagnosticadas, alumnos que manifiesten aceptación a colaborar en el proyecto y que sean adolescentes víctimas de bullying. Y los criterios de exclusión: adolescentes que ejercen bullying, espectador de bullying y víctima – agresor. Además adolescentes que no quieran ser partícipes y padres que no firmen el consentimiento informado.

Con el grupo experimental (16 estudiantes) se elaboró un consentimiento informado que se envió a los representantes de este grupo, en el que se les explicó la finalidad e importancia de este proyecto y mediante la firma de ellos aceptaban que sus hijos participen dentro del mismo. Hubo la negativa de un representante para que la estudiante participe dentro de los talleres por lo que el grupo experimental quedó formado por 15 estudiantes. Luego de obtener la aprobación de los padres de los estudiantes se procedió a realizar 4 talleres para el Entrenamiento en habilidades Sociales (Villarreal et al., 2010), con una duración de dos horas cada uno y se realizó uno por semana. En la tabla 1 se describirá el desarrollo de los talleres.

Taller para Entrenamiento de Habilidades Sociales

Nombre del Taller	Objetivo general	Objetivos específicos
Fortalecimiento del Autoestima	Conocer la importancia que tiene la autoestima en los adolescentes.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Promover la adquisición de habilidades de autoestima que le permitan afrontar los diversos retos en todos los ámbitos en el que se desenvuelve el adolescente. 2. Practicar estas habilidades con el fin de incorporarlas a su vida cotidiana.
Aprendiendo a comunicarnos de forma asertiva.	Conocer la importancia que tiene la conducta asertiva en las relaciones que tenemos con los demás.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adquirir competencia en las habilidades de asertividad que son importantes en la relación con los demás. 2. Conocer los tres tipos de respuesta: pasiva-agresiva y asertiva. 3. Aprender a vencer la timidez. 4. Perfeccionar la habilidad asertiva de decir no.
Manejo del estrés	Inducir el conocimiento de la adquisición de habilidades sociales en la vida cotidiana.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las partes del cuerpo en donde se presenta la tensión y los acontecimientos que lo provocan, así como conocer sus consecuencias 2. Entrenar a los adolescentes en las técnicas de relajación para que aprendan a manejar y/o disminuir la tensión que les producen algunos de los eventos cotidianos de su vida.
Resolución de Conflictos.	Conocer qué es un conflicto y la importancia la toma de decisiones efectivas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enseñar a los adolescentes la adquisición de habilidades de resolución de problemas que le permitan afrontar los diversos retos en todos los ámbitos en el cual se desenvuelve el adolescente. 2. Practicar estas habilidades con la finalidad de incorporarlas a su vida cotidiana.

Tabla 1. Descripción del taller de habilidades sociales (Villarreal et al., 2010), aplicado al grupo experimental.

Una vez culminado los talleres se aplicó al grupo experimental y de control la encuesta de Habilidades Sociales (Opazo, 2004), para comprobar los resultados.

Resultados

Para poder determinar dentro de nuestra población a los adolescentes víctimas de bullying se aplicó el Autoinforme del Cuestionario Insebull (Avilés & Elices, 2007) y para realizar su corrección se procesaron los datos en la plantilla de corrección de la hoja de cálculo de Excel del paquete informático Microsoft Office 2010. Para determinar la personalidad de los víctimas de bullying se utilizó el cuestionario de personalidad EPQ-R (Eysenck & Eysenck, 2008) y sus datos fueron procesados en la plantilla de corrección de la hoja de cálculo de Excel del paquete de Microsoft Office 2010, finalmente para procesar el cuestionario de Habilidades Sociales (Opazo, 2004) se utilizó el paquete estadístico SPSS.18.0.

Para identificar a los agresores, víctimas y víctimas-agresores se consideró puntuaciones totales de 110 en adelante, en el gráfico 1 se representan los resultados porcentuales globales de los adolescentes de 8°, 9° y 10° de básica:

Gráfico 1

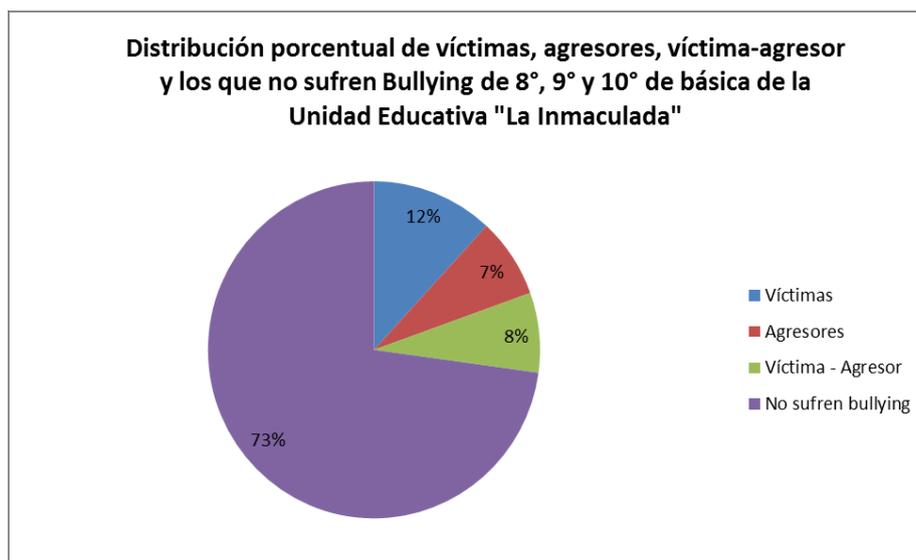


Gráfico1. Distribución porcentual de víctimas, agresores, víctima-agresor y no sufren bullying.

En el gráfico 1 podemos observar que del total de la muestra que eran 287 adolescentes el 12% son víctimas de bullying, el 7% son agresores, el 8% son víctima-agresor y el 73% no sufren de bullying. En este caso se observa que dentro de los actores del bullying la población más alta que se determino es de víctimas que de agresores y de víctima-agresor más que de agresores.

En relación a los resultados del Cuestionario de Personalidad EPQ-R (Eysenck & Eysenck, 2008) fue aplicado solo a los adolescentes víctimas de bullying que fueron 32. A continuación en la tabla 2 se muestran los resultados de esta aplicación.

Media y Desviación estándar de los rasgos de personalidad

Dimensiones de personalidad	N	\bar{x}	D.S
Extroversión	32	10,44	2,86
Neuroticismo	32	12,31	4,53
Psicoticismo	32	6,34	2,73
Deseabilidad social	32	12,34	3,46

Tabla 2. Rasgos de personalidad de adolescentes víctimas de bullying

Para realizar los resultados del taller de habilidades sociales en el grupo experimental se aplicó la prueba de Wilcoxon donde están reflejados los resultados del cuestionario de habilidades sociales que se aplicó antes y después del taller. En la Tabla 3 se ven reflejados sus resultados.

Resultados del taller de habilidades sociales del grupo experimental

	Fácilmente habla de si mismo - Fácilmente habla de si mismo		
	Le es fácil contar anécdotas y chistes - Le es fácil contar anécdotas y chistes		
	Tiene gracia y es entretenido - Tiene gracia y es entretenido		
	Habitualmente se muestra optimista - Habitualmente se muestra optimista		
	Escucha con interés y atención a los demás - Escucha con interés y atención a los demás		
	Es tolerante frente a valores y conductas - Es tolerante frente a valores y conductas		
	Se expresa de forma clara y fluida - Se expresa de forma clara y fluida		
	Es cálido y afectuoso - Es cálido y afectuoso		
	Se da bien cuenta de lo que sienten las personas - Se da bien cuenta de lo que sienten las personas		
	Es capaz de hacer sentir a la otra persona que Ud. le está comprendiendo - Es capaz de hacer sentir a la otra persona que Ud. le está comprendiendo		
	Se maneja bien en diferentes temas - Se maneja bien en diferentes temas		
	Le es difícil iniciar conversaciones - Le es difícil iniciar conversaciones		
	En general le resulta fácil hablar cuando está en grupo - En general le resulta fácil hablar cuando está en grupo		
	Su rostro y sus gestos son muy expresivos de las emociones que está sintiendo - Su rostro y sus gestos son muy expresivos de las emociones que está sintiendo		
Z		-	-
		3,336 ^b	1,207 ^b
		3,354 ^b	3,407 ^b
		3,352 ^b	3,531 ^b
		3,207 ^b	3,223 ^b
		3,283 ^b	2,572 ^b
		3,063 ^b	2,497 ^b
		2,842 ^b	3,114 ^b
Sig.			
asintótica		,001	,001
(bilateral)		,227	,001
		,001	,001
		,001	,000
		,001	,001
		,001	,001
		,010	,002
		,013	,013
		,004	,002

Tabla3. Resultados del taller de habilidades sociales.

Como se puede evidenciar casi en todas las preguntas del cuestionario de habilidades sociales existió significancia a excepción de las siguientes preguntas: 2) con un resultado de ,227 (Le es fácil contar anécdotas y chistes), 10) con un resultado de ,010 (Es capaz de hacer sentir a la otra persona que Ud. le está comprendiendo) y 12) con un resultado de ,013 (Le es difícil iniciar conversaciones).

Luego de exponer los resultados anteriores del grupo experimental se evidencia que luego de la aplicación de los talleres de habilidades sociales existió una modificación favorable en los resultados del cuestionario de habilidades sociales, ya que estos puntajes se elevaron.

Para realizar los resultados del grupo de control se aplicó la prueba de Wilcoxon donde están reflejadas las dos aplicaciones del cuestionario de habilidades sociales. En la Tabla 4 se ven reflejados sus resultados.

Resultados del grupo de control del cuestionario de habilidades sociales.

Facilmente habla de si mismo - Facilmente habla de si mismo	-1,633 ^b	
Le es fácil contar anécdotas y chistes - Le es fácil contar anécdotas y chistes	-1,667 ^b	
Tiene gracia y es entretenido - Tiene gracia y es entretenido	-2,236 ^b	
Habitualmente se muestra optimista - Habitualmente se muestra optimista	-1,903 ^b	
Escucha con interés y atención a los demás - Escucha con interés y atención a los demás	-2,530 ^b	
Es tolerante frente a valores y conductas - Es tolerante frente a valores y conductas	-,791 ^b	
Se expresa de forma clara y fluida - Se expresa de forma clara y fluida	-1,897 ^b	
Es cálido y afectuoso - Es cálido y afectuoso	-1,134 ^b	
Se da bien cuenta de lo que sienten las personas - Se da bien cuenta de lo que sienten las personas	-1,342 ^b	
Es capaz de hacer sentir a la otra persona que Ud. le está comprendiendo - Es capaz de hacer sentir a la otra persona que Ud. le está comprendiendo	-,378 ^b	
Se maneja bien en diferentes temas - Se maneja bien en diferentes temas	-1,414 ^b	
Le es difícil iniciar conversaciones - Le es difícil iniciar conversaciones	-1,000 ^b	
En general le resulta fácil hablar cuando está en grupo - En general le resulta fácil hablar cuando está en grupo	-2,310 ^b	
Su rostro y sus gestos son muy expresivos de las emociones que está sintiendo - Su rostro y sus gestos son muy expresivos de las emociones que está sintiendo	-1,342 ^b	
Z		
Sig. asintótica (bilateral)	,102	,180
	,096	,705
	,025	,157
	,057	,317
	,011	,021
	,429	,180
	,058	
	,257	

Tabla 4. Resultado de la aplicación del cuestionario de habilidades sociales en el grupo de control

Como se puede evidenciar en todas las preguntas no existen significancia en los resultados del test aplicado al inicio y posteriormente, además cabe recordar que a este grupo no se le aplicó el taller de habilidades sociales.

Luego de analizar los datos del grupo de control se evidencia que no existe significancia en sus resultados, además en este grupo no fue aplicado el taller de habilidades sociales es por eso que la primera aplicación del cuestionario de habilidades sociales con la segunda aplicación no existen diferencias significativas.

En el gráfico dos se puede evidenciar los resultados de la comparación de las medias tanto del grupo experimental como el de control, en la aplicación de pre-test y post-test.

Gráfico 2.

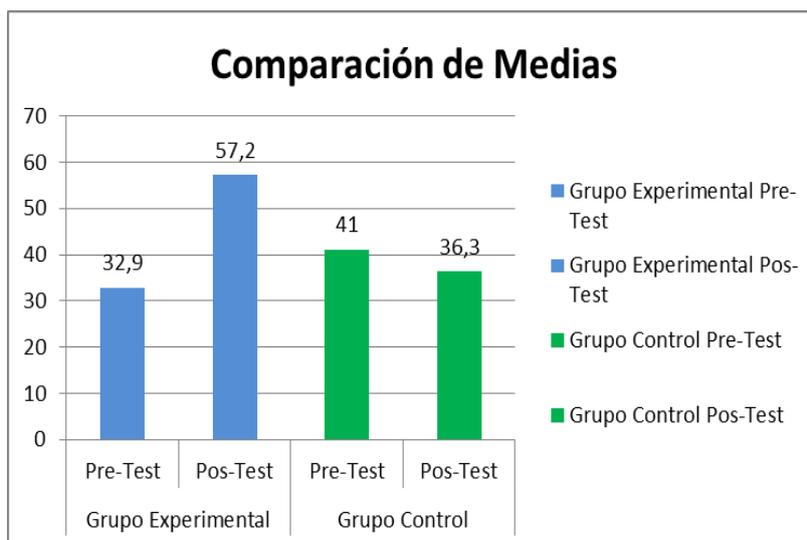


Gráfico 2. Comparación de medias del grupo experimental y de Control.

Como se puede observar en el gráfico 2 existe diferencia en las medias del grupo experimental del pre-test y post-test, lo cual indica que hubo un cambio favorable luego del aplicar el taller de habilidades sociales. Y en el grupo de control no existe en las medias una diferencia significativa en la aplicación del pre-test y post-test.

Discusión

Nuestro trabajo investigativo se basaba principalmente en elaborar un plan de entrenamiento de habilidades sociales en adolescentes víctimas de bullying, además se tomó en cuenta los objetivos planteados donde se identificó al grupo de víctimas con sus rasgos de personalidad y se evaluó la eficacia de la aplicación del taller. Al iniciar nuestra investigación se comprobó que dentro de la Institución educativa existe bullying y se obtuvieron los siguientes resultados (gráfico 1), un porcentaje alto de víctimas de bullying que fue el 12% comparado con el grupo de agresores que fue el 7% y el 8% son víctima-agresor, cabe mencionar que el resto de población evaluada (73%) no

sufren de bullying; los resultados de nuestra investigación coinciden con otras investigaciones (Cerezo, 2009; Paredes, Álvarez, Lega, & Vernon, 2011) donde también se ha detectado la presencia de bullying en los planteles educativos. Pero en la mayoría de estas investigaciones no existen intervenciones precisas para cada grupo por eso sería importante que en futuras investigaciones se haga hincapié en métodos de prevención e intervención del bullying.

En los resultados relacionados con los rasgos de personalidad de nuestros adolescentes víctimas de bullying se pudo evidenciar que existió mayor tendencia al neuroticismo con una media de 12,31 (tabla 2) que se caracterizan por ser ansiosos, introvertidos, deprimidos, con sentimientos de culpa, baja autoestima, tensos, tímidos y tristes. Nuestros resultados tienen concordancia con los de otras investigaciones (Cerezo, 2001; Cerezo, 2001b; Ortega, 1994) con iguales características psicológicas, además otras investigaciones (Horne et al, 2007; Correia & Dalbert, 2008) describen también características físicas o conductuales y con un escaso control de sus relaciones sociales.

Tomando en cuenta nuestra primera interrogante de investigación ¿Cómo influye los rasgos de personalidad de las adolescentes víctimas de bullying en sus relaciones interpersonales? no se puede responder con certeza esta interrogante porque si bien algunas investigaciones (Fernández, 1998; Cerezo, 2001; Avilés, 2005 & Universia, 2007) indican que los víctimas de bullying presentan dificultades de comunicación, son introvertidos, se aíslan del grupo, son poco asertivas, tienen conductas de evitación, son rechazados, presentan baja autoestima, pierden la confianza en sí mismo, existe poca o nula comunicación y relación con sus propios compañeros, presentan dificultad en expresar su ideas, deseos; y que por tal motivo recomiendan el trabajo con habilidades sociales, se debe tomar en cuenta que no solo se les da esta recomendación a este grupo; ya que existen investigaciones (Blaya, 2001) donde también recomiendan que las habilidades sociales sean trabajadas con el grupo de agresores. Por tal motivo no se puede comprobar que solo los rasgos de personalidad de las víctimas influyen de una manera específica en las habilidades sociales.

Basándose en los rasgos de personalidad que presentan las víctimas de bullying, en su déficit en las relaciones interpersonales, y apoyados en investigaciones realizadas (Wurst, 2007; Abarca & Hidalgo, 2000 & Villarreal et al., 2010) se aplicó el taller de habilidades sociales (tabla 1) para nuestro grupo experimental donde se pudo evidenciar estadísticamente que luego de la aplicación del taller existió un cambio significativo en nuestro grupo experimental y los resultados se elevaron en la aplicación del cuestionario de habilidades sociales. De esta manera también existen autores (Brown y Brown, 1980; Ferreira & Muñoz, 2011) que indican la importancia que posee las habilidades sociales en las víctimas de bullying afirmando que de esta manera si se pueden solucionar los conflictos en el aula, disminuir el acoso escolar, tener una interacción social exitosa

para conseguir una satisfacción personal. De esta manera podemos aseverar que se trabajó con los adolescentes víctimas de bullying en una de las partes más importantes para el desarrollo de su adolescencia, como también lo confirman algunos autores (Smollar & Youniss, 1982; Gottman & Parker, 1986; Costa & López, 1991) indicando que por la edad que tienen los adolescentes se centran más en hablar que en jugar y a medida que van creciendo aprendan a utilizar los recursos personales y sociales para poder resolver los recursos cotidianos que se presentan. Pero también se pudo evidenciar que en nuestro grupo control que no fue aplicado el taller de habilidades sociales no existió un cambio significativo en los resultados de la aplicación del cuestionario de habilidades sociales.

Finalmente es muy importante indicar la experiencia personal que se tuvo con el desarrollo de los talleres con los adolescentes víctimas de bullying del grupo experimental, es necesario recalcar que como es un grupo desconocido con el cual no se ha tenido contacto de trabajo alguno solo para la aplicación de test, se evidenció que al inicio la actitud de ellos fue un tanto de temor y resistencia por tal motivo se tuvo que realizar un conversatorio con el grupo e indicarles la importancia que ellos tenían por haber sido seleccionados de esa manera se pudo proceder aplicar el test EPQ-R y el cuestionario de habilidades sociales. Luego cuando se aplicó los talleres en los dos primeros encuentros hubo poca participación por parte de los adolescentes pero a partir del tercer taller los adolescentes voluntariamente quisieron realizar una retroalimentación de los dos talleres anteriores y existió colaboración, participación y buena predisposición de trabajo; además se pudo evidenciar que los adolescentes querían contar todas sus experiencias vividas y como ahora iban a enfrentarlas y para mí como profesional fue muy satisfactorio comprobar mediante las actividades que se realizó como podían resolver de una mejor manera los conflictos y de una forma asertiva, y entre ellos mismo se fortalecían su autoestimas. También cabe mencionar que fue evidente que el tiempo de trabajo fue corto, porque cuando existe la apertura de trabajo de los adolescentes por mi experiencia podría indicar que es necesario realizar un seguimiento y acompañamiento para fortalecer lo trabajado con ellos.

Conclusiones

En este trabajo de investigación fue importante evidenciar los rasgos de personalidad de los víctimas de bullying y aplicar el taller de entrenamiento de habilidades sociales de este grupo de adolescentes. A partir de esto se despliegan las siguientes conclusiones:

1. Se pudo verificar que dentro de la Institución Educativa “La Inmaculada” existe bullying en los adolescentes que cursan 8°, 9° y 10° año de Educación Básica.
2. Existió un mayor número de víctimas comparado con los resultados de los grupos de agresores y víctima – agresor.
3. En relación a los rasgos de personalidad hubo mayor tendencia al neuroticismo y bajo psicoticismo.
4. Se comprobó estadísticamente mediante el cuestionario de habilidades sociales que hubieron resultados positivos y favorables luego de la aplicación de los talleres de habilidades sociales en el grupo experimental de los adolescentes víctimas de bullying.

Agradecimientos

Primero quiero agradecer a Dios porque me ha permitido poder cumplir una más de mis metas propuestas, a mi padre porque siempre ha sido el pilar fundamental de mi vida, el apoyo incondicional y el impulsador de todas mis metas. A mi esposo por la paciencia y el amor brindado en este proceso. A mis tutoras Mst. Eva Peña y Mst. Martha Cobos por toda la ayuda y guía brindada en este trabajo investigativo. A los directivos de la Institución Educativa “La Inmaculada” por la apertura que nos dieron al permitirnos realizar esta investigación dentro de su Institución. A mis compañeros de proyecto por el buen trabajo en equipo que realizamos. Finalmente a los adolescentes que colaboraron de manera voluntaria y sus padres que les dieron la autorización para que estén dentro de este proceso.

Bibliografía

1. Alsinet Mora, C. (1997). Un programa para mejorar las habilidades sociales de adolescentes. *Psychosocial Intervention*, 6(2), 227-235.
2. Andrinal, J. Y., & del Campo Adrián, M. E. (2009). *Habilidades sociales frente al bullying y cualquier tipo de conflictividad en el aula*. Sanz y Torres.
3. Avilés, J. M. y Elices, J.A. (2007). INSEBULL. Instrumentos para la evaluación del bullying. Madrid: CEPE.
4. Balarezo, L. (2010). *Psicoterapia Integrativa Focalizada en la Personalidad*. Ecuador
5. Cerezo Ramírez, F. (2001). Variables de personalidad asociadas en la dinámica bullying (agresores versus víctimas) en niños y niñas de 10 a 15 años.
6. Cerezo, F. (2009). Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(3), 383-394.
7. Dueñas Buey, M., & Senra Varela, M. (2009). Habilidades sociales y acoso escolar: un estudio en centros de Enseñanza Secundaria de Madrid= Social skills and school bullying: a study in Secondary Schools in Madrid.
8. Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (2008). *Manual for the Eysenck Personality Questionnaire:(EPQ-R)*. TEA Ediciones, S. A. MADRID.
9. Fernández, I. (1998). *Prevención de la violencia y resolución de conflictos*. Madrid: Narcea.
10. Ferreira, Y., Benitez, R., & Muñoz, P. (2011). Programa de Intervención en Habilidades Sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*, 9(2), 264-283.
11. Jalón, M. J. D. A. (2005). La violencia entre iguales en la adolescencia y su prevención desde la escuela. *Psicothema*, 17(4), 549-558.
12. Kelly, R. A. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales: guía práctica para intervenciones/Jeffrey A. Kelly*.
13. Mantilla Ocampo, M. F., Meza Márquez, L. F., Salas Falla, M. C., & Padilla, M. (2012). Bullying una aproximación a la intervención y prevención de este fenómeno para promover conductas de sana convivencia en los colegios de Colombia.
14. Oliveros, M., Figueroa, L., & Mayorga, G. (2009). Intimidación en colegios estatales de secundaria del Perú. *Rev. peru. pediatr*, 62(2), 68-78.
15. Opazo, C. R. (2004). *Biblioterapia para el desarrollo asertivo*. Chile.
16. Paredes, M. T., Álvarez, M. C., Lega, L. I., & Vernon, A. (2011). Estudio exploratorio sobre el fenómeno del "Bullying" en la ciudad de Cali, Colombia. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 6(1)

17. Plata, C., Riveros, M., & Moreno, J. (2012). Autoestima y empatía en adolescentes observadores, agresores y víctimas del bullying en un colegio del municipio de Chía. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 4(2), 99-112.
18. Ramírez, F. C. (2006). Análisis comparativo de variables socioafectivas diferenciales entre los implicados en bullying. Estudio de un caso víctima-provocador. *Anuario de psicología clínica y de la salud= Annuary of Clinical and Health Psychology*, (2), 27-34.
19. Roca, E. (2007). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia.
20. Sánchez, V., Ortega, R., & Menesini, E. (2012). La competencia emocional de agresores y víctimas de bullying.
21. TRAUTMANN, A. (2008). Maltrato entre pares o" bullying": Una visión actual. *Revista chilena de pediatría*, 79(1), 13-20.
22. Villarreal González, M. E., Musitu Ochoa, G., & Sánchez Sosa, J. C. (2010). *Cómo mejorar tus habilidades sociales: programa para adolescentes: manejo del estrés, resolución de problemas, autoestima, asertividad, proyecto de vida y administración del tiempo libre*.
23. Wurst, V. L. (2007). Asociación entre el rol de agresor y el rol de víctima de intimidación escolar, con la autoestima y las habilidades sociales de adolescentes de un colegio particular mixto de Lima. *Revista Psicológica Herediana*, 2(2).