

CONDUCTA PROSOCIAL Y AUTOESTIMA EN LA ADOLESCENCIA

PROSOCIAL BEHAVIOR AND SELF-ESTEEM IN ADOLESCENCE

Daniela Rocío López daniela.rocio.lopez@uflouniversidad.edu.ar
Universidad de Flores, Argentina.
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9697-7357>

Noelia Silveyra d'Avila noelia.soledad.silveyra@uflouniversidad.edu.ar
Universidad de Flores, Argentina.
ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1456-8906>

Cómo citar este artículo / Citation: López, D. R., & d'Avila, N. S. (2024). Conducta prosocial y autoestima en la adolescencia. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, Vol. 9 (377). DOI: <https://doi.org/10.32351/rca.v9.377>

Copyright: © 2024 Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara. Este artículo de acceso abierto es distribuido bajo los términos de la licencia [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
Recibido: 22/10/2024. Aceptado: 15/11/2024 Publicación online: 18/11/2024

Conflicto de intereses: Ninguno que declarar.

Resumen

El presente trabajo se propone realizar un análisis mediante una revisión bibliográfica profunda, respecto a las relaciones existentes entre la conducta prosocial y la autoestima, teniendo en cuenta que ambas variables son influyentes en el periodo de la adolescencia. Los adolescentes construyen la identidad a partir de múltiples factores, entre los que se encuentran las relaciones sociales y la búsqueda de pertenencia, lo que en ocasiones puede llevar a la realización de ciertas conductas de riesgo. Paralelamente, la autoestima es una de las principales fuentes de motivación de las personas adolescentes. Los jóvenes con autoestimas bajas o mal trabajadas son propensos a presentar conductas que no son productivas en ninguna esfera social. A partir de la investigación realizada, se concluye que existe una razón positiva en su interacción, es decir, que a medida que se llevan a cabo conductas prosociales, la autoestima de quienes las realizan aumenta. Por tal motivo, se apunta a la

necesidad de promover el desarrollo conductas adaptativas en los adolescentes que aumenten su autoestima y relación saludable con el entorno.

Abstract

The present research proposes to carry out an analysis through an in-depth bibliographic review, regarding the existing relationships between prosocial behavior and self-esteem, taking into account that both variables are influential in the period of adolescence. Adolescents build identity based on multiple factors, including social relationships and the search for belonging, which can sometimes lead to certain risk behaviors. At the same time, self-esteem is one of the main sources of motivation for adolescents. Young people with low or poorly worked self-esteem are prone to presenting behaviors that are not productive in any social sphere. From the research carried out, it is concluded that there is a positive reason in their interaction, that is, that as prosocial behaviors are carried out, the self-esteem of those who perform them increases. For this reason, the need to promote the development of adaptive behaviors in adolescents that increases their self-esteem and healthy relationship with the environment is pointed out.

Palabras Claves: Conducta prosocial; Autoestima; Adolescentes

Keywords: Prosocial behavior; Self-esteem; Teenagers

Introducción

Dentro de la variedad de comportamientos prosociales que puede desarrollar una persona desde la infancia en adelante, entre ellos: compartir, ayudar y cooperar; pudiendo llegar a actos más sofisticados y complejos, como ayudar a alguien herido o incapacitado e incluso mentir para proteger los sentimientos de otra persona (Valdés Cabello et al., 2023). Motivo por el cual se cree necesario e importante su presencia en una sociedad donde convivan personas felices con un afecto sano hacia sí mismas.

A su vez, la conducta prosocial se asocia positivamente con la competencia social, contribuyendo al desarrollo de habilidades sociales de los adolescentes, incluyendo el apego y la aceptación de los compañeros. En consecuencia, la conducta prosocial podría ser clave para fomentar relaciones interpersonales positivas (Galindo-Domínguez et al., 2024).

En relación a esto, el desarrollo de la autoestima se genera tempranamente de igual manera que las conductas prosociales. La autoestima 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 (Homola y Oros, 2023).

De estos hallazgos se deriva la importancia y necesidad de analizar la autoestima para poder intervenir de cara a mejorarlos niveles de dicha variable (Hidalgo Fuentes et al., 2022).

Con el objetivo de poder determinar si la conducta prosocial se asocia a una autoestima elevada, se realiza un análisis bibliográfico sobre trabajos que abordan, el intercambio entre las mencionadas variables, desde diversas perspectivas.

Conducta Prosocial

Las conductas prosociales se refieren a las acciones que las personas llevan a cabo voluntariamente para mejorar el bienestar de los demás, y, por lo tanto, contribuyen al desarrollo de relaciones interpersonales saludables (Galindo-Domínguez et al., 2024).

En un estudio realizado por Montes-Solís et al. (2023), se toma a la conducta prosocial como factor protector para el adolescente ante el consumo de alcohol. Los autores sostienen: “la conducta prosocial, que corresponde a un comportamiento voluntario destinado a beneficiar a otros, sin esperar nada a cambio” (p. 371). Se ha documentado que esta conducta aumenta la probabilidad de generar solidaridad recíproca en las relaciones interpersonales o sociales, sustentando la identidad, creatividad e iniciativa de las personas involucradas (Montes-Solís et al., 2023).

Asimismo, Valdés Cabello et al. (2023) coincide con este último y menciona que la conducta prosocial se refiere a una variedad de comportamientos que incluyen interacciones positivas entre las personas.

De la misma manera, la conducta prosocial, está relacionada a diversas variables psicológicas, tales como la empatía, el juicio moral, la regulación y estabilidad emocional, el altruismo y las conductas de ayuda (Montes-Solís et al., 2023).

En otra línea de pensamiento algunos autores sostienen que los sujetos actúan de forma prosocial porque, aunque no aparezca en lo manifiesto, obtienen algún beneficio personal, es una expresión más de intereses subjetivos (Urquiza y Casullo, 2006). Dentro de un estudio descriptivo-exploratorio, cuya unidad de análisis está conformada por estudiantes adolescentes, Urquiza y Casullo (2006) han sostenido que el

razonamiento prosocial no garantiza por sí mismo un comportamiento desinteresado. El comportamiento altruista es una manifestación de la existencia de estrategias eficaces para la supervivencia de cada especie, del clan o grupo cultural de pertenencia. Los sujetos se comportan de manera prosocial con las personas con las que se vinculan de manera estable y permanente (Urquiza y Casullo, 2006).

Sin embargo, la ayuda y la cooperación poseen un interés especial, dado que se ha observado que, para ayudar a alguien con un problema, el ayudante debe entender el objetivo no logrado por el otro y poseer la motivación altruista para actuar en nombre del otro. Este tipo de comportamientos prosociales sería el núcleo de las acciones altruistas y de cooperación humanas (Valdés Cabello et al., 2023).

Algunos de estos comportamientos se consideran altruistas cuando se hacen con la intención de ayudar a otro sin esperar ningún tipo de beneficio personal. Toda conducta altruista es prosocial, no así a la inversa (Urquiza y Casullo, 2006).

Desde una mirada integradora, Inglés Saura et al. (2012) expresan que la conducta prosocial ha sido definida como un conjunto de conductas voluntarias dirigidas a establecer relaciones positivas, empáticas, cooperativas y socialmente responsables con el fin de beneficiar a otros si bien estas conductas no necesariamente están determinadas por una motivación altruista.

Autoestima

Existen diversas perspectivas que intentan entender la autoestima; no obstante, todas conducen al autoaprecio de los seres humanos. (Silva-Escorcía y Mejía-Pérez, 2025).

En primer lugar, Montes-Solís et al. (2023), definen a la autoestima como la capacidad o actitud interna con la que se relaciona un individuo con el mismo. Es considerada como una habilidad social, que incluye pensamientos y/o sentimientos que se tienen acerca del propio valor; implica autoaceptación, aprecio de la vida, de la manera de ser, de las manifestaciones corporales, mentales y espirituales que conforman al individuo (Montes-Solís et al., 2023).

En la misma línea, Silva-Escorcía y Mejía-Pérez (2015) agregan que la autoestima es la capacidad o actitud interna con que un individuo se relaciona consigo mismo y lo que hace que se perciba dentro del mundo, de una forma positiva, o bien con una orientación negativa.

Respecto a las definiciones y especificando sobre su impacto en la adolescencia, Homola y Oros (2023) 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 (Homola y Oros, 2023).

Sobre esto Hidalgo-Fuentes (2021) afirma que la autoestima, como pilar salugénico, es uno de los predictores más notorios del bienestar psicológico en los adolescentes. (Hidalgo-Fuentes, 2021)

Asimismo, Escorcía & Pérez (2015) consideran que la autoestima de las personas adolescentes es un asunto de gran importancia, primero para sí mismo, segundo para su proceso educativo y, finalmente, para la educación como tal, en tanto personas educadas serán productivas para la sociedad.

Respecto a la conceptualización, Silva-Escorcía y Mejía-Pérez (2015) destacan que sobre la autoestima descansan varios conceptos que subyacen al afecto. Conceptos que se pueden reconocer como cualidades independientes pero que en conjunto dan forma y constitución a la autoestima como un elemento integrado.

Sobre este cimiento es posible pensar que la autoestima es un estado mental. Un sentimiento o concepto valorativo de nuestro ser, el cual se va forjando poco a poco; es decir, se aprende y cambia (Silva-Escorcía y Mejía-Pérez, 2025).

En esta misma línea, Hidalgo-Fuentes (2021) observa que los jóvenes con buena autoestima presentaban menores indicadores de ansiedad social. Así, la autoestima podría tener una evidente relación con las habilidades sociales entendidas 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.

Se puede asegurar entonces, que la autoestima es la apreciación que cada persona hace de sí misma mediante un proceso valorativo-acumulativo, basado en la experiencia del día a día y enfocado a un yo holístico actual, pero, influenciado por el conjunto de estados anímicos persistentes a lo largo de períodos de tiempo relativamente continuos y duraderos (Silva-Escorcía y Mejía-Pérez, 2025).

Conducta Prosocial y Autoestima

Dentro de un estudio realizado con estudiantes españoles de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) Inglés Saura et al. (2012) confirmaron que la de conducta prosocial influye positiva y significativamente sobre las altas puntuaciones en las dimensiones

autoestima, tanto en varones y mujeres como en todos los cursos. Mediante este trabajo se demuestra que la conducta prosocial está relacionada con altas puntuaciones en diversas dimensiones del autoconcepto, incluida la autoestima (Inglés Saura et al., 2012).

Auné et al. (2014) coincide y agrega que las conductas prosociales pueden reforzar la autoestima de otros y la del que la realiza por actuar conforme a determinados valores morales.

De hecho, durante la infancia y la adolescencia temprana, la conducta prosocial se correlaciona con una serie de beneficios que deben comentarse. En primer lugar, en relación a variables personales, algunos estudios resaltan que la conducta prosocial puede considerarse un factor de protección, ayudando a desarrollar altos valores de autoestima (Galindo-Domínguez et al., 2024).

Otros investigadores han propuesto que los motivos para el comportamiento prosocial están ligados a una necesidad radical de pertenencia. Desde esta perspectiva, las acciones prosociales podrían reforzar el sentimiento de comunidad, satisfaciendo los deseos de ser valorado, necesitado y apreciado por un grupo social (Auné et al., 2014).

En este sentido, Inglés Saura et al. (2012) expone que puntuaciones altas en autoestima actuarían como un mecanismo de seguridad de los adolescentes, al permitirles orientarse hacia las necesidades de los demás sin necesidad de focalizar su atención en constantes autosatisfacciones, puesto que éstas precisamente inhibirían su comportamiento prosocial.

En otro nivel de análisis, Auné et al. (2014) incluye dentro de variables disposicionales estudiadas para explicar la conducta prosocial, a la autoestima, concluyendo que, por sí misma, no es un claro predictor de la conducta prosocial.

En contraposición, mediante análisis de regresión logística Inglés Saura et al. (2012) revelan que la conducta prosocial es un predictor positivo y estadísticamente significativo de puntuaciones altas en autoestima.

Independientemente de las diversas perspectivas en el análisis de predictibilidad, los resultados obtenidos por Inglés Saura et al. (2012) revelaron que los factores de la conducta prosocial examinados se relacionaron positiva y significativamente con la autoestima.

Conclusiones

Se evidencia a lo largo del presente trabajo, y luego del análisis de los constructos de Conducta prosocial y Autoestima, que la relación existente entre ambos es de índole positiva.

Respecto a su incidencia en la adolescencia, Silva-Escorcía y Mejía-Pérez (2015) sostienen que los individuos adolescentes, en su complicado período de inestabilidad afectivo-emocional, deben construir una autoestima alta y sólida que les permita resolver sus conflictos durante y después de esta etapa; requieren de mucho apoyo de todos a su alrededor.

Auné et al. (2014) suma que es así, que los efectos benéficos de la conducta prosocial no son sólo para el receptor, sino que se extienden al actor de la misma y, aún más, hacia la sociedad entera. En este sentido, la gratitud y el reconocimiento derivados de cuidar a otros, contribuyen a desarrollar sentimientos positivos acerca del sí mismo, a la aceptación por parte de los otros y el apoyo por parte de esos otros cuando se lo necesita (Auné et al., 2014).

En relación al sentimiento sobre sí mismo en el desarrollo de una conducta prosocial, Silva-Escorcía y Mejía-Pérez (2015) consideran que

lo verdaderamente importante es encontrar la forma en cómo se construyen los juicios en torno a sí mismo y su influencia en la valía que se le acredita, es decir, en la autoestima.

Por otra parte, Auné et al. (2014) considera que la edad se relaciona positivamente con la conducta prosocial durante cierto período ya que, a lo largo de la niñez, el repertorio de respuestas prosociales va aumentando progresivamente.

Es importante mencionar que la conducta prosocial se convierte en relativamente estable durante el final de la infancia y la adolescencia temprana. En la adolescencia media tiende a declinar, para incrementarse en la adolescencia tardía (Auné et al., 2014).

En base a la totalidad de información recabada, 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 (Homola y Oros, 2023).

Finalmente, los datos recolectados afirman que la presencia de conductas prosociales eleva los niveles de autoestima. Sin embargo, no se ha podido determinar si una autoestima alta se considera predictora del desarrollo de conductas prosociales.

Referencias

- Auné, S., Blum, D., Abal, F., Lozzia, G., y Attorresi, H. (2014). La conducta prosocial: estado del arte e instrumentos de evaluación. *Perspectivas en Psicología*, 2(11), 21-33. <https://doi.org/http://200.0.183.216/revista/index.php/pep/article/view/153/93>
- Galindo-Domínguez, H., de la Maza, M., y Losada, D. (2024). Impacto de una intervención basada en tertulias dialógicas y grupos interactivos para el desarrollo de la conducta prosocial en niños y adolescentes en una comunidad de aprendizaje. *Revista de Educación*, 405, 0-0.
- Hidalgo Fuentes, S., Martínez Álvarez, I., y Sospedra Baeza, M. (2022). Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis. *Revista Fuentes*, 1(24), 77-89. <https://doi.org/https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19907>
- Hidalgo-Fuentes, S. (2021). El papel de la autoestima y la soledad en el uso problemático del smartphone: diferencias de género. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 2(21), 50-60.
- Homola, S., y Oros, L. (2023). Apego, autoestima y habilidades de autoexpresión social: un modelo de encadenamiento causal en jóvenes y adolescentes. *Actualidades en Psicología*, 134(37), 85-98.
- Inglés Saura, C., Martínez González, A., García Fernández, J., Torregrosa Diez, M., y Ruíz Esteban, C. (2012). La conducta prosocial y el autoconcepto de los estudiantes españoles de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista de Psicodidáctica*, 1(17), 135-156.
- Montes-Solis, M., Rodríguez Aguilar, L., Guzmán Facundo, F., y López García, K. (2023). Autoestima, autoeficacia, conducta prosocial y el consumo de alcohol en adolescentes escolarizados. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 1(23), 349-367. <https://doi.org/http://doi:10.21134/haaj.v23i1.7993>
- Pilco, V., y Jaramillo, A. (2023). Funcionalidad familiar y su relación con la autoestima en adolescentes de la ciudad de Ambato. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 21, 110-123. <https://doi.org/https://doi.org/10.37135/chk.002.21>.
- Silva-Escorcía, I., y Mejía-Pérez, O. (2025). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Revista Electrónica Educare*, 1(19), 241-256. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15359/ree.19-1.13>
- Urquiza, V., y Casullo, M. (2006). Empatía, razonamiento moral y conducta prosocial en adolescentes. *Anuario de Investigaciones*, 13, 297-302.
- Valdés Cabello, E., Spencer-Contreras, R., y Cárcamo, R. (2023). Impacto del padre en el desarrollo de la conducta prosocial de niños y niñas durante la primera infancia: una revisión sistemática. *Terapia psicológica*, 3(41), 301-325. <https://doi.org/https://dx.doi.org>