



FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
HABILIDADES SOCIALES: UNA REVISIÓN TEÓRICA DEL
CONCEPTO**

Para obtener el grado académico de Bachiller en Psicología

Autora:

Rosa Bances Goicochea

Asesor:

Mg. Rony Prada Chapoñán

Línea de investigación:

Psicología y Desarrollo de Habilidades

Pimentel- Perú

2019

HABILIDADES SOCIALES: UNA REVISIÓN TEÓRICA DEL CONCEPTO

Rosa Bances Goicochea
Universidad Señor de Sipán

Resumen:

El objetivo del presente estudio fue realizar una revisión teórica sobre las habilidades sociales y su relación con otras variables. Para ello, se hizo una revisión sistemática de la bibliografía, seleccionándose artículos de alta calidad científica, incluyendo estudios de revisión, investigaciones psicométricas donde se utilizan instrumentos que miden la variable en estudio y otros reportes de investigación, publicados en revistas científicas que están indexadas en bases de datos electrónicas. Los resultados muestran que las habilidades sociales son un conjunto de capacidades que se desarrollan en el individuo desde la infancia, y que sirven para poder relacionarse con otras personas de manera adecuada. Además, son comportamientos cognitivos y emocionales que se expresan a través de un lenguaje verbal y no verbal; sin embargo, los autores no concuerdan en cuanto a una definición exacta. En cuanto a las teorías, resalta la teoría socio-histórica. Se encontró que la bibliografía referida a la investigación en nuestro país es escasa. En este sentido, se concluye que el concepto de habilidades sociales es complejo, con instrumentos de evaluación válidos y confiables, con una bibliografía escasa en trabajos académicos de este tipo en nuestro país; además, las habilidades sociales se relacionan positivamente con el bienestar psicológico, autoestima, buen humor, entre otros; mientras que deficientes habilidades sociales se relacionan con una conducta violenta, adicción a internet, drogadicción y un bajo rendimiento académico.

Palabras clave: habilidades sociales, hábitos, conductas, pensamientos y emociones.

Abstrac

The objective of the present study was to conduct a theoretical review of social skills and their relationship with other variables. For this, a systematic review of the bibliography was made, selecting articles of high scientific quality, including review studies, psychometric investigations using instruments that measure the variable under study and other research reports, published in scientific journals that are indexed in electronic databases. The results show that social skills are a set of abilities that develop in people since childhood, these skills serve to be able to relate to other people in an appropriate way. In addition, these are cognitive and emotional behaviors that are expressed through a verbal and non-verbal language. However, the authors do not agree on an exact definition. As for the theories, the socio-historical theory stands out. It was found that the bibliography referring to research in our country is scarce. In this way, the concept of social skills is complex, with valid and reliable assessment instruments, with a scarce bibliography in academic works of this type in our country. In addition, social skills are positively related to psychological well-being, self-esteem and cheerfulness; while poor social skills are related to violent behavior, internet addiction, drug addiction and poor academic performance.

Key words: Social skills, habits, behaviors, thoughts and emotions.

INDICE

RESUMEN:	2
ABSTRAC	2
INDICE	3
I. INTRODUCCIÓN.....	4
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	6
III. RESULTADOS	6
IV. DISCUSIÓN	13
V. CONCLUSIONES.....	15
VI. REFERENCIAS.....	16

I. INTRODUCCIÓN

Las Habilidades Sociales comprenden al conjunto de capacidades y destrezas que implican una conjunción del entorno socio-afectivo de una persona; capacidades que son de suma importancia para enfrentar los requerimientos del día en una forma competente, contribuyendo al desarrollo del ser humano, abarcando cinco componentes: autoestima, asertividad, toma de decisiones, empatía y manejo de emociones (Roca, 2014); siendo el objetivo general de las relaciones sociales proporcionar los mecanismos pertinentes a fin de poder hacer frente a la interacción social y situacional que se le presente de forma satisfactoria (Reyes, 2016). Debe precisarse que las habilidades sociales están presentes desde nuestra niñez, y nos acompañan en el desarrollo de nuestra vida, como lo señala Lacunza (2010) el aprendizaje y la práctica de las habilidades sociales en la infancia influye positivamente en el desarrollo de fortalezas psíquicas en los niños y guardan una sólida relación con el funcionamiento psicológico posterior. Es por eso que un niño que no logra desarrollar este tipo de habilidades, cuando se convierte en adulto presenta dificultades para socializar; además de la consecuencia de ser un niño cohibido, ausente de su entorno, generándose conflictos emocionales interiores, con lo que se demuestra que las habilidades sociales se aprenden, dependiendo de los padres qué tipos de niños están formando; variando desde un niño socialmente parco, hasta un niño socialmente habilidoso. De ahí la importancia de la promoción de la competencia social entre los miembros de la familia, por cuanto es un factor que genera calidad de vida y salud de las personas (Braz, Del Prette y Fontaine, 2013).

Otro factor que debe tenerse en cuenta es la influencia negativa de la pobreza como parte del entorno que genera un impacto negativo en la conformación de capacidades sociales, esto se debe a que la falta de recursos económicos en los padres genera un estrés incrementando la posibilidad de aparición de estados emocionales negativos y enfermedades propias del incremento de la presión arterial (Lacunza, Contini y Castro, 2010). El entorno familiar también desempeña un rol importante en el desarrollo de habilidades sociales en la persona, debido a que el uso adecuado de las habilidades sociales permitirá al adolescente relacionarse socialmente de manera satisfactoria tanto con sus pares como con otros grupos generacionales, utilizando de manera apropiada las conductas asertivas, la comunicación eficaz, autoestima y toma de decisiones adecuadas y oportunas (Salas y Silva, 2011).

Más adelante, cuando el niño se convierte en adolescente tiene como desafío primordial en su entorno educativo y comunal, la aceptación social, la cual se mide en popularidad, indiferencia o el rechazo de sus iguales. Aquí es donde las habilidades sociales se constituyen como un recurso indispensable de la persona para lograr su inclusión en su grupo de referencia (Gil y León Rubio, 1998 y Contini, 2009).

Por tal motivo, es en este marco de la aceptación social, que resulta primordial conocer el papel que juega la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales, para establecer los medios de identificación de los jóvenes vulnerables al maltrato y bullying (Zavala, 2008). Cabe mencionar que la escuela es un contexto complejo que brinda al alumno la oportunidad de adquirir no sólo la parte cognoscitiva, sino también la actitud, hábitos y estilos relacionales, que pueden compensar algunos efectos dañinos del entorno social y/o familiar desfavorecido (Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún, 2012).

En cuanto a la aplicación de las habilidades sociales debe entenderse la existencia de dos componentes fundamentales que comprenden a la planificación del entrenamiento y también la aplicación práctica del diseño, los cuales se encuentran asociados al proceso de evaluación de las habilidades sociales

(Lacunza, 2012), la modernidad también trae consigo un nuevo problema que implica la aparición de dos contextos sociales separados por una nube virtual, que ha dividido al mundo en uno virtual y en otro real; esto con las consecuencias del resquebrajamiento de las relaciones sociales puesto que los menores en vez de tener contacto físico con personas de su edad se identifican con los personajes de la vida virtual (Carballo, Virtudes, Espada, Orgilés y Piqueras, 2012).

Revisados los diversos artículos, se puede afirmar que en el Perú son escasos los trabajos académicos que indagan sobre la producción científica en habilidades sociales, lo que limita el avance científico y el diseño de propuestas metodológicas y políticas que puedan contribuir en la solución de problemas referidos a la variable en estudio o a otras que guarden una relación con ella en el contexto nacional, aun cuando algunos investigadores señalan que el desarrollo de habilidades sociales favorece la salud psíquica del sujeto (Contini, 2009 y Lacunza, 2010). No se han elaborado muchos trabajos académicos que comprendan el desarrollo de las habilidades sociales en la niñez, como un mecanismo de prevención a la violencia juvenil; incluso cuando este tipo de estudios sirven de medición para obtener el grado de deficiencia académica en habilidades sociales. Esto permite tener indicadores objetivos acerca de los avances y tendencias que sigue esta área, con lo que se demuestra que la investigación es un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos que se aplican al estudio de un fenómeno o problema (Hernández, 2016), el cual en el presente caso es el de las habilidades sociales.

En las diferentes investigaciones referente a las habilidades sociales, se ha dejado establecido su importancia para que las personas puedan expresar y mantener relaciones sentimentales, amicales y sociales de una manera estable, lo que implica que la empatía es de suma importancia para el funcionamiento social (Oros, 2015). Algunos autores resaltan que una conducta que es socialmente habilidosa va a contribuir efectivamente con aspectos personales, académicos y laborales de la persona, así mismo posibilita establecer, mantener y mejorar las relaciones interpersonales saludables (Betancourth, Zambrano, Cevallos, Benavides y Villota, 2017).

Contrariamente a lo anterior, cuando aparece la agresividad en un individuo es porque existe una disfunción en las habilidades sociales, esto es lo que se viene presentando en la actualidad convirtiéndose la agresividad en un flagelo de nuestra cultura contemporánea (Contini, 2009). Lo anterior es similar a lo que expresa Roca (2014) cuando señala que los problemas de conducta que se vienen presentando en los jóvenes tienen su origen en la falta de desarrollo de las habilidades sociales en la niñez; debiendo tenerse en cuenta que en el desarrollo de estas se incluyen componentes de comunicación verbal y no verbal (Mamani, García, Calsina y Yapuchura, 2016). Así mismo, la falta de desarrollo de habilidades sociales en temprana edad, también tiene repercusión en la vida universitaria y en el desempeño académico, siendo necesario la implementación de programas de desenvolvimiento profesional a los docentes de educación universitaria encargados de Tutoría para que socialicen las habilidades sociales como instrumento de superación de los valores éticos y morales a través de procedimientos y técnicas de reforzamiento conductual en las relaciones interpersonales (González y Quispe, 2016).

Con el incremento de la violencia en el Perú, resulta necesario determinar la importancia del desarrollo de las habilidades sociales en la niñez, modificando conductas agresivas por conductas asertivas, preparando de esta manera a una futura generación de jóvenes con menos conductas antisociales.

En este sentido, el objetivo de este trabajo se centró en la atención sobre los estudios que analizan la variable: habilidades sociales. Se ha encontrado material de trabajo de una antigüedad no mayor de 10

años, tanto nacional como extranjero, permitiendo observar a través de los trabajos de investigación, que en nuestro país se está retomando la importancia de las habilidades sociales, comprendiéndose el estudio de la investigación en dos niveles; en el desarrollo de estas habilidades en la niñez, y como consecuencia de esto en la etapa de la adultez.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

Diseño

El presente trabajo corresponde a una investigación teórica aplicada a la psicología (Ato, López, y Benavente, 2013), por cuanto se incluirá los avances realizados por otros investigadores referente a las habilidades sociales.

Procedimiento

Se revisaron artículos comprendidos entre los años 2009 al 2019. Se utilizaron los siguientes descriptores: habilidades sociales, en idioma español e inglés. Para la revisión de la literatura, en la recopilación de información se incluyeron libros y artículos científicos relacionados a la investigación, en bases especializadas (Scielo, Medline, Dialnet y Psychology Collection) y el motor de búsqueda Google Académico. Posteriormente se procedió a la lectura y sistematización de la información, se crearon las categorías de análisis que permitieron abordar y profundizar en factores asociados al tema de interés.

III. RESULTADOS

Las habilidades sociales tienen una gran importancia en el ser humano puesto que comprende a una serie de conductas, pensamientos y emociones que permiten un mantenimiento óptimo de nuestras relaciones interpersonales; cuando una persona es socialmente hábil no solamente busca satisfacer sus requerimientos e intereses sino también los de los demás, buscando siempre encontrar soluciones a los conflictos que pudieran presentarse. Pero también debemos de absolver el cuestionamiento del porqué de la importancia de las habilidades sociales; demostrando su prioridad por cuanto: son la principal fuente de bienestar. Cuando existe una menor cantidad de interacción existe un mayor riesgo de padecer alteraciones psicológicas (ansiedad, depresión, psicósomáticas). Incrementa la calidad de vida. La falta de habilidades sociales conlleva a la frustración, inhibición, ira obteniendo una sensación de rechazo. Y finalmente, permite el desarrollo de la autoestima (Roca, 2014).

Después de realizar la búsqueda de información científica sobre las habilidades sociales hemos encontrado algunas definiciones de autores contemporáneos, lo que hace interesante y novedoso el presente trabajo, sin alejarse de las connotaciones originarias del concepto, y con diferentes criterios para establecer el concepto de definición. En la Tabla 1 se ha incluido a las más utilizadas por los investigadores, ordenándose de una manera cronológica de menor a mayor orden de actualidad. Encontrándose los siguientes puntos coincidentes: primero, las habilidades sociales son un conjunto de

capacidades y destrezas que se desarrollan en el individuo; segundo, sirven para poder relacionarse con otras personas de forma adecuada; tercero, son comportamientos cognitivos y emocionales; y cuarto, se expresan a través de un lenguaje verbal y no verbal.

Tabla 1
Definiciones de habilidades sociales

Autor (es)	Año	Definición
Kelly	1992	Conductas aprendidas que ponen en juego las personas en la interacción con los demás para obtener o mantener un reforzamiento del ambiente.
Caballo	1993	Conjunto de conductas que hacen posible el desarrollo del individuo en un contexto interpersonal expresando sentimientos, actitudes, opiniones o derechos de una manera adecuada a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza posibles problemas en el futuro.
Monjas	2000	Conductas que son necesarias para interactuar y relacionarse satisfactoriamente con los demás.
Muñoz, Crespi y Anghes	2011	Atienden a la capacidad de relacionarse adecuadamente con los demás, de manera que un individuo sea aceptado y valorado socialmente. Son comportamientos aprendidos, no son un rasgo de la personalidad. Son comportamientos observables tanto emocional como cognitivamente a través de la conducta verbal y no verbal. Se dan siempre en relación a otro individuo
Dongil y Cano	2014	Conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas
Roca	2014	Conjunto de hábitos en nuestras conductas, pensamientos y emociones que nos permite comunicarnos con los demás en forma eficaz.
Ontoria	2018	Se encuentra ubicado dentro de la inteligencia interpersonal, y sería la competencia más difícil de conseguir ya que para desarrollarla el individuo necesita relacionarse con otro y es necesaria la adquisición de otras competencias que han de desarrollarse previamente.

También se cuenta con antecedentes teóricos que han permitido ir enriqueciendo el desarrollo conceptual de las habilidades sociales, lo cual se detalla en la Tabla 2, en un primer momento encontramos a Thorndike (1929), quien formula la Teoría de Inteligencia social, donde hace referencia a la habilidad del individuo que utiliza para comprender a otros y que a la vez le permita tener un comportamiento adecuado frente a ellos, lo cual le permitirá obtener el éxito deseado. Por su parte Vigotsky (1978) al

desarrollar su Teoría Socio-Histórica expresa que todas las habilidades de un sujeto se originan del contexto social, desde el punto de vista psicológico indica que el desarrollo infantil aparece dos veces, primero entre personas y luego en el interior del individuo. Gardner (1994), es el creador de la Teoría Inteligencias Múltiples y propone una serie de inteligencias entre las cuales se encuentra la inteligencia intrapersonal, que implica la imagen de uno mismo, y la inteligencia interpersonal que implica la capacidad de comprender a las demás personas, éstas últimas contienen a las habilidades sociales, por lo que podríamos decir que según este autor, ser hábil socialmente también es ser inteligente. Lo cual conlleva a su vez a tener la capacidad de liderar, establecer relaciones sentimentales, generar amistades para resolver conflictos y realizar un correcto análisis del entorno social.

Por su parte, Wong, Day, Maxwell y Meara (1995) hacen referencia a las variables cognitivas de las habilidades sociales, identificando 3 aspectos cognitivos: conocimiento social (conocimiento de las reglas de cortesía); percepción social (habilidad para comprender el estado emocional de los demás); y por último, el insight social (habilidad para comprender las conductas observadas en un contexto social).

Tabla 2
Teorías de las habilidades sociales

Autor (es)	Año	Teoría	Descripción
Thordinke	1929	Inteligencia Social	Considera que las personas tienen una habilidad para comprender a otros y para comportarse con sensatez en las relaciones con los demás.
Vigotsky	1978	Socio-Histórica	Concibe que todas las habilidades de un sujeto se originan en el contexto social
Gardner	1994	Inteligencias Múltiples	Hace una propuesta de una serie de inteligencias entre las que se encuentra la interpersonal, en la cual va a incluir dos aspectos: la inteligencia intrapersonal y la inteligencia intrapersonal.
Wong, Day, Maxwell y Meara	1995	Variables Cognitivas	Implica la posibilidad de tomar perspectiva de los hechos, comprender a la gente, conocer reglas sociales y apertura hacia los demás.

Referente a los instrumentos que miden la variable en estudio, entre las escalas más utilizadas y conforme se señala en la Tabla 3 encontramos en primer lugar a la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (1980) que proporciona información precisa y específica acerca del nivel de habilidades sociales en individuos a partir de los 12 años; Caballo y Ortega (1989) resaltan con su Escala Multidimensional de Expresión Social-C, que se encarga de evaluar una serie de pensamientos relacionados con diferentes dimensiones de las habilidades sociales; así mismo se considera la Escala de Habilidades Sociales creada por Lacunza et al. (2009) para evaluar niños preescolares de 3 a 5 años en situación de pobreza, donde son los padres o cuidadores los que responden a las preguntas; figura de igual manera Gismero (2010) con su Escala de Habilidades Sociales (EHS), que evalúa las habilidades sociales y las capacidades de aserción de adolescentes y adultos en distintos contextos; luego tenemos a la Escala

de Evaluación de Habilidades Sociales para Adolescentes (EEHA) creada por Ríos (2014), la cual evalúa las habilidades sociales en adolescentes para detectar algún déficit o carencia que impida el establecimiento de relaciones armónicas, saludables y productivas en distintos ámbitos de su actuar. Por último, se ha incluido el Instrumento de Habilidades Sociales construido por Reyes (2016) cuyo fin es evaluar las habilidades sociales vinculadas al desarrollo de la actividad docente desde la percepción de estudiantes universitarios. Cabe señalar que todos los instrumentos cuentan con adecuados criterios de validez y confiabilidad, siendo instrumentos de gran importancia en la medición de las habilidades sociales.

Tabla 3
Instrumentos de evaluación

Autor (es)	Año	Instrumento	Dimensiones	Objetivo de medición
Goldstein	1980	Lista de Chequeo de Habilidades Sociales	<ul style="list-style-type: none"> -Primeras habilidades sociales. -Habilidades sociales avanzadas. -Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. -Habilidades alternativas a la agresión. -Habilidades para hacer frente al estrés. -Habilidades de planificación. 	Proporcionar información precisa del nivel de habilidades sociales en base a tres objetivos: determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales, identificar cómo las usa y evaluar en qué tipo de situaciones son competentes o deficientes en el empleo de las mismas.
Caballo y Ortega	1989	Escala Multidimensional de Expresión Social-C	<ul style="list-style-type: none"> -Temor a la expresión en público y a enfrentarse con superiores. -Temor a la desaprobación de los demás al expresar sentimientos negativos y al rechazar peticiones -Hacer peticiones. -Hacer y recibir cumplidos. -Preocupación por la expresión de sentimientos positivos y la iniciación de interacciones con el sexo opuesto. -Temor a la evaluación negativa por parte de los demás al expresar conductas 	Evaluar una serie de pensamientos relacionados con diferentes dimensiones de las habilidades sociales.

			<p>negativas.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Temor a la conducta negativa por parte de los demás en la expresión de conductas positivas. -Preocupación por la reacción de los demás en la expresión de sentimientos. -Preocupación por la impresión causada en los demás. -Temor a expresar sentimientos positivos. -Defensa de los derechos. -Asunción de posibles carencias propias. 	
Lacunza, Castro y Contini	2009	Escala de Habilidades Sociales	Habilidades Sociales	<p>Evaluar las habilidades sociales en niños preescolares de 3 a 5 años en situación de pobreza, a través de preguntas dirigidas a los padres o cuidadores de los niños.</p>
Gismero	2010	Escala de Habilidades Sociales (EHS)	<ul style="list-style-type: none"> -Autoexpresión de situaciones sociales. -Defensa de los propios derechos como consumidor. -Expresión de enfado o disconformidad. -Decir no y cortar interacciones. -Hacer peticiones. -Hacer interacciones positivas con el sexo opuesto. 	<p>Es un instrumento que evalúa las habilidades sociales y las capacidades de aserción en distintos contextos dirigido para adolescentes y adultos.</p>
Ríos	2014	Escala de Evaluación de Habilidades Sociales para Adolescentes (EEHA)	<ul style="list-style-type: none"> -Factor 1. Habilidades Iniciales Básicas -Factor 2. Habilidades sociales para la comunicación. -Factor 3. Habilidades Sociales para el manejo de los sentimientos (HSS). -Factor 4. Habilidades alternativas a la agresión. -Factor 5. Habilidades para afrontar el estrés. -Factor 6. Habilidades de 	<p>Evaluar las habilidades sociales en adolescentes para detectar algún déficit o carencia que impida el establecimiento de relaciones armónicas, saludables y productivas en distintos ámbitos de su actuar.</p>

			planeación y toma de decisiones.	
Reyes	2016	Instrumento de Habilidades Sociales	-Comunicación asertiva -Liderazgo -Resolución de conflictos -Planificación	Evaluar las habilidades sociales vinculadas al desarrollo de la actividad docente desde la percepción de estudiantes universitarios.

En la Tabla 4 se incluyen resultados obtenidos en estudios de habilidades sociales, pudiendo observar que en nuestro país existe una escasa bibliografía referida a las habilidades sociales; siendo lo opuesto a nivel internacional, esto también refleja la problemática de la producción científica en las universidades peruanas, quizás por la falta de patrocinadores, o por la rigurosidad de las revistas científicas. Para este trabajo se utilizó el motor de búsqueda Google Académico y las plataformas: Scielo, Medline, Dialnet y Psychology Collection. Lo más resaltante que podemos inferir de las investigaciones sobre habilidades sociales es que donde se aplican programas, hay efectos positivos en los participantes, promoviendo en ellos comportamientos sociales saludables y facilitando su adaptación social (Lacunza, 2012 y Pereira-Guizzo, Prette, Prette y Leme, 2018).

Tabla 4
Investigaciones sobre prevalencia

Autor (es)	Año	Tema de investigación	Resultados
Lacunza	2012	Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica.	Se encontró que los diseños mostraban cambios en las habilidades sociales de los participantes, particularmente en aquellos con déficits sociales. Como conclusión, se indica el aporte de estas experiencias empíricas en el desarrollo de comportamientos sociales saludables.
Braz, Del Prette y Fontaine	2013	Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares	Ambos estudios aportan evidencia a favor de la transmisión intergeneracional de algunas clases de habilidades sociales, así como de la convergencia en las evaluaciones de la calidad de la relación por parte de los miembros de las diadas, demostrando que las habilidades sociales de los adolescentes de las escuelas públicas están más influenciadas por los padres que el de los adolescentes de las escuelas privadas.
Contini	2015	Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual	De entre las teorías se destaca la que conceptualiza a la agresividad como una disfunción de las habilidades sociales. Se deja planteada la posibilidad de integración de

			modelos que permitan obtener una perspectiva multidimensional sobre la agresividad como flagelo en alza en la cultura contemporánea.
Pereira-Guizzo, Prette, Prette y Leme	2018	Programa de habilidades sociales para adolescentes en preparación para el trabajo	La intervención señaló efectos significativos en la superación de dificultades interpersonales relacionadas a las habilidades sociales de Autocontrol y Abordaje social-sexual, consideradas importantes para la adaptación social, descubrimiento de la sexualidad y convivencia en la escuela o en el trabajo.

En la tabla 5 se puede apreciar que las variables con las que se correlacionan las habilidades sociales desarrolladas son: bienestar psicológico, autoestima, buen humor, entre otros.

Por otro lado, la falta de habilidades sociales se asocia con una conducta violenta, adicción a internet, consumo de drogas y bajo rendimiento académico, lo que reafirma la importancia de desarrollar en forma adecuada esta variable en los individuos.

Tabla 5
Investigaciones en relación con otras variables

Autor (es)	Año	VARIABLES	Resultados
Torrente, Piqueras, Orgilés y Espada	2014	Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles.	Los resultados muestran que los adolescentes con puntuaciones elevadas en adicción a Internet presentan mayores niveles de ansiedad social y de dificultades en las habilidades sociales. Además, la adicción intrapersonal se asoció positiva y significativamente tanto con el grado de ansiedad social como con la falta de asertividad. Por su parte, la adicción interpersonal lo hizo en mayor medida con la ansiedad social.
Leme, Del Prette y Coimbra	2015	Habilidades Sociales, Apoyo Social y Bienestar de Adolescentes de Diferentes Configuraciones Familiares	El resultado indicó que la configuración familiar no se asocia con el bienestar psicológico de los adolescentes. Las habilidades sociales de empatía, autocontrol, civilidad, inventiva social y aproximación afectiva, así como la percepción de apoyo de amigos y familia fueron los mejores predictores del bienestar psicológico de los adolescentes. Se discuten las implicaciones de los resultados para la investigación y las intervenciones en psicología.
Amaral, Maia Pinto y Medeiros	2015	Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la	La investigación revela la importancia de las siguientes variantes de la conducta del infractor: la escolaridad del responsable, implicación con las drogas y mucha dificultad relacionada a las

		adolescencia.	subescalas autocontrol y asertividad.
González y Quispe	2016	Habilidades sociales y rendimiento Académico en estudiantes universitarios	Se estableció la necesidad para proponer programas de desenvolvimiento profesional para los docentes que permitan la sociabilización de los temas de habilidades sociales para superar positivamente los valores éticos y morales, utilizando procedimientos y técnicas de entrenamiento conductual asociadas a relaciones interpersonales.
França-Freitas, Del Prette y Del Prette	2017	Habilidades Sociales y el Bienestar Subjetivo de Niños Dotados y Talentosos	Los resultados indicaron que un elaborado repertorio de habilidades sociales se encuentra asociado a la percepción de un mayor bienestar subjetivo, e incluso pueden predecirlo, aumentando cada vez más la probabilidad de reportar las emociones afectivas, confianza en sí mismo, autoestima y buen humor, entre otros aspectos.
Schneider y Andretta	2017	Habilidades Sociales de Usuarios de Crack en Tratamiento en las Comunidades Terapéuticas: Relación con Características Sociodemográficas y de Modelo de Consumo	Se identificó la asociación entre déficits en las HS y ser más joven, pertenecer a estrato social bajo, tener padre o hermano consumidor de drogas, tener consumo de alcohol concomitante, haber asaltado o robado, haber usado tempranamente crack y haber consumido la droga a diario. Se concluye que bajas HS están asociadas a factores considerados de vulnerabilidad para el uso del crack y se destaca la importancia de intervenciones que tengan por objetivo aumentar el repertorio de las HS de tal población.

IV. DISCUSIÓN

En la presente investigación se procedió a la revisión de la literatura científica sobre la variable de las habilidades sociales, disponible en bases de datos como: Scielo, Medline, Dialnet y Psychology Collection, además de utilizar el motor de búsqueda Google Académico. Teniendo por objetivo realizar un análisis sistemático de la bibliografía encontrada.

Respecto a la conceptualización de las habilidades sociales podemos indicar que se encuentra ubicado dentro de la inteligencia interpersonal, y sería la competencia más difícil de conseguir ya que para desarrollarla el individuo necesita relacionarse con otros y es necesaria la adquisición de otras competencias que han de desarrollarse previamente (Ontoria, 2018); esto implica que sea un conjunto de hábitos en nuestras conductas, capacidades, destrezas, pensamientos y emociones que nos permite comunicarnos con los demás en forma eficaz (Roca, 2014 y Dongil y Cano, 2014). Se menciona también que son comportamientos observables tanto emocional como cognitivamente a través de la conducta verbal y no verbal (Muñoz et al., 2011).

En relación a las teorías que explican la variable, tenemos la Teoría de la Inteligencia Social, Teoría

Socio-Histórica, Teoría de Inteligencias Múltiples y Teoría de Variables Cognitivas (Cohen y Coronel, 2009); las que otorgan una explicación más integral son la Teoría Inteligencia Social, Teoría Socio-Histórica y Teoría de Inteligencias Múltiples, al reconocer en las habilidades sociales la capacidad para comprender a otros y comportarse con sensatez.

Con respecto a los instrumentos utilizados para medir las habilidades sociales se han identificado diversos instrumentos con adecuados criterios de validez y confiabilidad, los instrumentos en su mayoría son de aplicación individual y colectiva, estando dirigidos a una población adolescente y adulta, como es el caso de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (1980), la Escala Multidimensional de Expresión Social-C de Caballo y Ortega (1989), la EHS de Gismero (2010), la EEHA de Ríos (2014) y el Instrumento de Habilidades Sociales elaborado por Reyes (2016). Por otro lado, un instrumento de aplicación individual a tomar muy en cuenta es la Escala de Habilidades Sociales construida por Lacunza et al. (2009) ya que mide la variable en infantes de 3 a 5 años, periodo de edad muy importante para el desarrollo de estas habilidades, por lo que se requiere más instrumentos como este último que midan la variable en edades tempranas.

En relación a las investigaciones realizadas en los últimos 10 años, se observó un incremento en el interés de realizar investigaciones de esta índole a partir del 2012. Las intervenciones en habilidades sociales permitían cambios en las habilidades sociales de los participantes, particularmente en aquellos con déficits sociales (Lacunza, 2012), posteriormente se pudo apreciar la transmisión intergeneracional de algunas clases de habilidades sociales (Braz et al., 2013). Se conceptualiza a la agresividad como una disfunción de las habilidades sociales en la adolescencia (Contini, 2015). También se ha visto los efectos significativos en la superación de dificultades interpersonales relacionadas a las habilidades sociales de Autocontrol y Abordaje social-sexual, consideradas importantes para la adaptación social, descubrimiento de la sexualidad y convivencia en la escuela o en el trabajo (Pereira – Guizzo et al., 2018).

Respecto a la relación con otras variables, se identifica la asociación entre déficits en las HS y ser más joven, pertenecer a estrato social bajo, tener padre o hermano consumidor de drogas, tener consumo de alcohol concomitante, haber asaltado o robado, haber usado tempranamente crack y haber consumido la droga a diario (Schneider y Andretta, 2017). Además, se encontró que un elaborado repertorio de habilidades sociales se encuentra asociado a la percepción de un mayor bienestar subjetivo, e incluso pueden predecirlo, o sea aumentando cada vez más la probabilidad de reportar las emociones afectivas, confianza en sí mismo, autoestima y buen humor, entre otros aspectos (França-Freitas, Del Prette y Del Prette, 2017).

Se estableció la necesidad para proponer programas de desenvolvimiento profesional para los docentes que permitan la sociabilización de los temas de habilidades sociales para superar positivamente los valores éticos y morales, utilizando procedimientos y técnicas de entrenamiento conductual asociadas a relaciones interpersonales (González y Quispe, 2016). La investigación también reveló la importancia de las siguientes variantes de la conducta del infractor: la escolaridad del responsable, implicación con las drogas y mucha dificultad relacionada a las subescalas autocontrol y asertividad (Amaral, Maia Pinto y Medeiros, 2015). Así mismo, se observó que la configuración familiar no se asocia con el bienestar

psicológico de los adolescentes, sino que son las habilidades sociales de empatía, autocontrol, civilidad, inventiva social y aproximación afectiva, así como la percepción de apoyo de amigos y familia los mejores predictores del bienestar psicológico (Leme, Del Prette y Coimbra, 2015). Los resultados también mostraron que los adolescentes con puntuaciones elevadas en adicción a Internet presentan mayores niveles de ansiedad social y de dificultades en las habilidades sociales (Torrente, Piqueras, Orgilés y Espada, 2014).

V. CONCLUSIONES

En la presente investigación se han considerado definiciones de autores contemporáneos lo que hace interesante y novedoso el presente trabajo, sin alejarse de las connotaciones originarias del término se encontraron los siguientes puntos coincidentes sobre el concepto de habilidades sociales: conjunto de capacidades y destrezas que se desarrollan en el individuo; sirven para relacionarse con otras personas de forma adecuada; son comportamientos cognitivos y emocionales; y, se expresan a través de un lenguaje verbal y no verbal.

Se debe indicar que las habilidades sociales cuentan con antecedentes teóricos que han permitido ir enriqueciendo el desarrollo conceptual del mismo, como Thorndike quien formula la Teoría de Inteligencia social. Vigotsky, autor de la Teoría Socio-Histórica. Gardner, creador de la Teoría Inteligencias Múltiples. Y a Wong, Day, Maxwell y Meara, autores de la Teoría de las Variables Cognitivas.

Se observa que, con relación a los instrumentos que buscan medir las habilidades sociales, existen diferentes escalas con adecuados criterios de validez y confiabilidad, las cuales están dirigidas en su mayoría a evaluar una población adolescente y adulta, como son: la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales, la Escala Multidimensional de Expresión Social-C, la EHS, la EEHA y el Instrumento de Habilidades Sociales. Así mismo se revela la necesidad de más instrumentos que midan la variable en los niños y niñas.

Se revela también, que en nuestro país existe una escasa bibliografía referida a las habilidades sociales, mientras que a nivel internacional hay más bibliografía disponible; esto también refleja la problemática de la producción científica de las universidades peruanas respecto al tema tratado. Habiéndose obtenido los artículos y demás trabajos académicos principalmente de Scielo, Medline, Dialnet, Psychology Coillection y mediante el motor de búsqueda Google Académico.

Finalmente, en cuanto a las variables con las que se asocian los déficits en habilidades sociales, encontramos a las siguientes: conducta violenta, adicción a internet, consumo de drogas y bajo rendimiento académico, lo cual debe ser tomado en cuenta para una adecuada intervención psicológica. Mientras que los buenos niveles de habilidades sociales se correlacionan con el bienestar psicológico, autoestima, buen humor, entre otros; lo cual debe ser tomado en cuenta en proyectos que busquen promover la salud mental y prevenir situaciones de riesgo.

VI. REFERENCIAS

- Amaral, M. P., Maia Pinto, F. J. y Medeiros, C. R. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 19(2), 17-38.
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1041-1042.
- Betancourth, S., Zambrano, C., Cevallos, A., Benavides, V. y Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Psicoespacios*, 11(18), 133-148.
- Braz, C., Del Prette, y Fontaine, A. (2013). Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares. *Apuntes de Psicología*, 31(1), 77-84.
- Caballo, V. (1993). Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales. *Psicología Conductual*. 1, 73-99.
- Caballo, V., y Ortega, A. (1989). La Escala Multidimensional de Expresión Social: algunas propiedades psicométricas. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 42, 215-221.
- Carballo, J., Virtudes, J., Espada, J., Orgilés, M. y Piqueras, J. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala Multidimensional de Expresión Social para la evaluación de habilidades sociales en el contexto de internet. *Psicothema*, 24 (1), 121-126.
- Cohen, I. y Coronel, C. (2009). Aportes de la teoría de las habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. *I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Congreso llevado a cabo en la Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Contini, N. (2009). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la Psicología Positiva. *Psicodebate Psicología, Cultura y Sociedad*, (9), 45-64.
- Contini, N. (2015). Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. *Psicodebate Psicología, Cultura y Sociedad*, 15(2), 31-54.
- Dongil, E. y Cano, A. (2014). Habilidades Sociales. *Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)*, 1-60.
- França-Freitas, M., Del Prette A. y Del Prette, Z. (2017). Habilidades sociais e bem-estar subjetivo de crianças dotadas e talentosas. *Psico-USF*, 22(1), 1-12.
- Gardner, H. (1994). *Estructuras de la Mente, Inteligencias Múltiples*. México: Fondo de cultura económica, S.A. de C.V.
- Gil, F. y León, R. (1998). *Habilidades Sociales. Teoría, investigación e intervención*. Madrid - España: Síntesis.
- Gismero, E. (2010). *Manual de la Escala de Habilidades Sociales* (3ª ed.). Madrid: TEA Ediciones S.A.
- Goldstein, A. (1980). *Lista de Chequeo de Habilidades Sociales (LCHS)*. Madrid: Projective Way.
- González, A. y Quispe, P. (2016). Habilidades sociales y rendimiento Académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias. *Rev. Investig. Altoandín*, 18(3), 331 - 336.
- Hernandez, R. F. (2016). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.

- Kelly, J. (1992). *Entrenamiento en habilidades sociales*. Bilbao: Descleé De Brouwer.
- Lacunza, A., Castro, A. y Contini, N. (2009). Habilidades sociales preescolares: una escala para niños de contextos de pobreza. *Revista de Psicología*, 27(1), 3-25.
- Lacunza, A., Contini, N. y Castro, A. (2010). Habilidades sociales preescolares: un estudio comparativo en un contexto de pobreza. *Revista de Psicología*, 13(1), 25-34.
- Lacunza, A. (2010). Las habilidades sociales como recursos para el desarrollo de fortalezas en la infancia. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 10(13), 213-230.
- Lacunza, A. (2012). Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 12(4), 63-84.
- Leme, V., Del Prete, Z. y Coimbra, S. (2015). Social skills, social support and well-being in adolescents of different family configurations. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 25(60), 9-17.
- Mamani, E. García, M. Calsina, W. y Yapuchura, A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno. *Comuni@cción*, 7(2), 05-14.
- Monjas, M. (2000). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE.
- Muñoz, C., Crespí, R., y Angrhes, R. (2011). *Habilidades Sociales*. Madrid España: Paraninfo.
- Ontoria, M. (2018). *Habilidades Sociales*. Madrid España: Editex.
- Oros, L. F. (2015). Niños socialmente hábiles: ¿Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas? *Interdisciplinaria*, 32(1), 109-125.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. y Oyarzún, M. (2012). Habilidades sociales y rendimiento académico: una mirada desde el género. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 21-28.
- Pereira-Guizzo, C., Prete, A., Prette, Z. y Leme, V. (2018). Programa de habilidades sociales para adolescentes en preparación para el trabajo. *Psicología Escolar y Educativa*, 22(3), 573-581.
- Reyes, M. (2016). Relación entre Habilidades Sociales y Desempeño Docente desde la percepción de estudiantes adultos de universidad privada en Lima, Perú. *RIDU - Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 17-31.
- Ríos, M. (2014). *Escala de Evaluación de Habilidades Sociales (EEHSA)*. México: Manual Moderno.
- Roca, E. (2014). *Cómo Mejorar Tus Habilidades Sociales*. Valencia - España: ACDE Ediciones.
- Salas, M. y Silva, M. (2011). Contexto Familiar Relacionado a las Habilidades Sociales de las y los Adolescentes. *Ciencia y Desarrollo*, (13), 129-133.
- Schneider, J. y Andretta, I. (2017). Habilidades Sociais de Usuários de Crack em Tratamento nas Comunidades Terapêuticas: Relação com Características Sociodemográficas e de Padrão de Consumo. *Revista Colombiana de Psicología*, 26 (1), 83-89.
- Thorndike, E. (1929). Sistemas de la psicología del siglo XX. *Ultimo Conductismo*, 264-287.
- Torrente, E., Piqueras, A., Orgilés, M., y Espada, J. (2014). Asociación de la adicción a Internet con la ansiedad social y la falta de habilidades sociales en adolescentes españoles. *Terapia psicológica*, 32(3), 175-184.
- Vigotsky, L. (1978). *Mente y sociedad*. Cambridge: Mass Universidad de Harvard.
- Wong, C., Day, J., Maxwell, S. y Meara, N. (1995). A multitrait-multimethod study of academic and social intelligence in college students. *Journal of Educational Psychology*, 87(1), 117.

Zavala, M. V. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(15), 319-338.