



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2025,  
Volumen 9, Número 1.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v9i1](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1)

**PROGRAMA EN HABILIDADES SOCIALES PARA  
MEJORAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR EN  
ALUMNOS DE 1RO DE SECUNDARIA**

**SOCIAL SKILLS PROGRAM TO IMPROVE SCHOOL  
COEXISTENCE**

**Fanny Castillo Quijada**  
Investigadora independiente



## Programa en habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar en alumnos de 1ro de secundaria

Fanny Castillo Quijada<sup>1</sup>

[Fanny.fnf@gmail.com](mailto:Fanny.fnf@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0009-8106-9344>

Investigadora independiente

México

### RESUMEN

Actualmente se ha observado que el entrenamiento en habilidades sociales (EHS) es una técnica muy utilizada, debido a que da solución a diferentes trastornos y/o problemáticas que se presentan en los adolescentes, por ejemplo: la depresión, el manejo del estrés, la ansiedad, los problemas de convivencia escolar, la inseguridad, violencia escolar, etc. El objetivo de esta investigación es implementar y evaluar el efecto de un programa de EHS en alumnos de 1er grado de la secundaria 193 “Julián Carrillo”, con la finalidad de ayudar a los estudiantes a mejorar sus habilidades sociales (HS) y convivencia escolar. Esta investigación es de tipo descriptiva, longitudinal y prospectiva con evaluaciones repetidas al inicio y al final de la intervención (pre-test y post-test), con diseño experimental, realizado con una muestra no probabilística de 30 adolescentes de 1er grado (grupo control n=14 y grupo experimental n=16). Con relación a los resultados de la investigación se identificaron diferentes aspectos relevantes que pudieron limitar el efecto de la intervención y se presentan diversas recomendaciones para futuros estudios de habilidades sociales en adolescentes. Se considera importante y necesario continuar trabajando con el EHS en adolescentes tanto en el contexto escolar como en la TCC dirigida.

**Palabras clave:** habilidades sociales, convivencia escolar, adolescencia, terapia cognitivo conductual

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [Fanny.fnf@gmail.com](mailto:Fanny.fnf@gmail.com)



## Social skills program to improve school coexistence

### ABSTRACT

Currently, it has been observed that social skills training (SST) is a widely used technique, because it provides solutions to different disorders and/or problems that occur in adolescents, for example: depression, stress management, anxiety, school coexistence problems, insecurity, school violence, etc. The objective of this research is to implement and evaluate the effect of an SST program in 1st grade students of the 193 "Julián Carrillo" secondary school, in order to help students improve their social skills (SS) and school coexistence. This research is descriptive, longitudinal and prospective with repeated evaluations at the beginning and at the end of the intervention (pre-test and post-test), with experimental design, carried out with a non-probabilistic sample of 30 1st grade adolescents (control group n=14 and experimental group n=16). Regarding the results of the research, different relevant aspects that could limit the effect of the intervention were identified and various recommendations are presented for future studies of social skills in adolescents. It is considered important and necessary to continue working with EHS in adolescents both in the school context and in targeted CBT.

**Keywords:** social skills, school coexistence, adolescence, cognitive behavioral therapy

*Artículo recibido 09 enero 2025*

*Aceptado para publicación: 13 enero 2025*



## INTRODUCCIÓN

El entrenamiento de las habilidades sociales es la técnica que más se elige hoy en día en diferentes campos, debido a que gran variedad de problemas se deben a la falta de habilidades sociales, incluso en el ámbito de la investigación las habilidades sociales se consideran un área de estudio y de análisis que tiene gran posibilidad de práctica; considerando la necesidad de tomar en cuenta la relación entre las personas con su medio ambiente, las habilidades sociales forman un lazo muy importante entre ambos (Caballo, 2007).

Surge la inquietud de implementar un programa de entrenamiento en habilidades sociales, específicamente con adolescentes, pues su forma de relacionarse puede influir de manera positiva o negativa en el desarrollo de su personalidad o bien puede traer consecuencias para sus futuras relaciones.

Esta investigación está dirigida a resolver la siguiente pregunta ¿Implementar un programa de entrenamiento en habilidades sociales mejorará la convivencia escolar en los alumnos de 1er grado de la secundaria diurna No. 193 “Julián Carrillo”? Debido a que, en ocasiones, los adolescentes establecen formas de comunicarse y de convivir en la escuela no muy acertadas, de tal manera que se podrían generar conductas violentas de tipo físico o verbal (Estrada et al., 2020).

Consecuentemente, el tema de las habilidades sociales influye en gran medida en la salud mental del adolescente, pues es una etapa fundamental para el aprendizaje de habilidades sociales para mantener relaciones interpersonales armónicas, resolver problemáticas que se les presenten en su relación con las personas y tomar decisiones con respecto a la gestión de sus emociones (Jaimes et al., 2019). Al respecto existen muchos factores que afectan la salud mental del adolescente, incluso, cuando más son las circunstancias de riesgo a las cuales se expone el menor, mayores son las consecuencias para la salud mental de los adolescentes. (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021)

De ahí la necesidad de estudiar las habilidades sociales y aplicar un entrenamiento que mejore la convivencia escolar, pues es un lugar donde pasan gran parte del tiempo durante la semana. La escuela es una de las fuentes principales donde el adolescente conoce, practica y regula sus habilidades sociales.

El objetivo general estuvo dirigido a Implementar y evaluar el efecto de un programa de entrenamiento en habilidades sociales para mejorar la sana convivencia escolar en alumnos de 1er grado de la escuela secundaria diurna no. 193 “Julián Carrillo”.

Además, se propusieron como objetivos específicos: evaluar las habilidades sociales y la convivencia



escolar antes de iniciar la implementación del programa (pre-test), en alumnos de un grupo control y en alumnos de un grupo experimental, comparar las habilidades sociales y la convivencia escolar, entre el grupo control y el grupo experimental al inicio de la intervención (pre-test), evaluar las habilidades sociales y la convivencia escolar al finalizar la implementación del programa (post-test), en los alumnos del grupo control y el grupo experimental, comparar las habilidades sociales y la convivencia escolar entre el grupo control y el grupo experimental al finalizar la intervención (post-test), comparar los cambios en el tiempo (de pre-test a post-test) de las habilidades sociales y la convivencia escolar, así como las diferencias entre los grupos (control vs. experimental).

Esta investigación, pretende brindar un conocimiento muy importante a los centros educativos y también a quienes elaboran talleres, cursos o programas sobre habilidades sociales, al plantear la hipótesis: Si se aplica un programa de entrenamiento en habilidades sociales entonces mejorará la convivencia escolar entre los alumnos de 1er grado de la secundaria diurna no. 193 “Julian Carrillo”. Considerando esta hipótesis, si se entrena en habilidades sociales mejorará la convivencia entre los adolescentes, efectivamente, al entrenar algunas habilidades que no han sido enseñadas o modeladas se logrará que el adolescente que está en ese proceso de desarrollo y aprendizaje integre en su repertorio de conductas hábitos que le ayuden a hacer peticiones, expresarse de manera asertiva y en general relacionarse con las demás personas.

Lo cual significa que el adulto asuma la responsabilidad de orientar y dirigir al adolescente en este proceso formativo y de crecimiento que gracias a las investigaciones y la tecnología se han logrado conocer las necesidades y situaciones de riesgo a las que se enfrenta el adolescente, de modo que el adulto de un centro educativo colabore en el desarrollo de personas mentalmente saludables (Palacios, 2019).

Esta investigación también es importante porque trata un tema no estudiado aún en México, pues existen pocas evidencias y estudios sobre las habilidades sociales y su influencia en la convivencia escolar, como es el caso de la investigación que lleva por título: El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria que se realizó en Aguascalientes, México (García & Méndez, 2017).

A su vez, la investigación servirá como fuente de información para el diseño de actividades o programas de entrenamiento en habilidades sociales.

Siendo una investigación de tipo experimental, se espera que aporte evidencia formal al tema del



entrenamiento en habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar de los adolescentes

## **METODOLOGÍA**

La investigación es de tipo experimental, descriptivo, prospectivo y longitudinal, ya que se realizó una intervención en un grupo experimental y se compararon los efectos de la intervención con un grupo control. Se realizaron evaluaciones repetidas para comparar los resultados antes y después de la intervención. En este estudio el diseño incluye la secuencia pretest/tratamiento/posttest (para el pilotaje del programa que se va aplicar).

Para realizar el estudio, se seleccionaron dos grupos (experimental y control) de máximo 20 alumnos con edad entre 11 y 13 años que estuvieran cursando primero de secundaria en la escuela secundaria pública diurna no. 193 “Julián Carrillo”. El procedimiento para elegir a la muestra de alumnos fue intencional (no probabilística), ya que el procedimiento permitió seleccionar los casos característicos de la población limitando la muestra a estos.

Como criterios de inclusión, se tomaron en cuenta alumnos que cursen el 1er grado en la secundaria diurna no. 193 “Julián Carrillo”, los criterios de exclusión fueron aquellos alumnos que tengan alguna discapacidad física o mental que impida que comprendan los contenidos o que no realicen las actividades de la intervención. Y como criterios de eliminación, fueron los alumnos que no asistieron a todas las sesiones o que se hayan incorporado a clases después de haber iniciado la intervención o que no hayan realizado las evaluaciones pre-test o post-test.

Se utilizará la **Escala de Habilidades Sociales (EHS; Gismero, 2010)** compuesta por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales, y 5 de ellos en sentido de presencia de habilidades sociales y capacidad de aserción. Las opciones de respuesta se evalúan con una escala Likert de 4 puntos (“No me identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría”, “Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra”, “Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así” y “Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”).

Para comenzar, es importante aclarar que con base en el instrumento Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero (EHS) utilizado para evaluar las habilidades sociales de los grupos experimental y control, se consideran términos equivalentes la conducta asertiva y las habilidades sociales.



Para evaluar la **convivencia escolar** se aplicará un instrumento en formato de cuestionario de Ortega y Del Rey, 2002 compuesto por 13 preguntas, de las cuales 6 están redactadas en función de evaluar el clima de convivencia escolar dirigido al alumnado, las opciones de respuesta son en escala de likert de 4 puntos (bien, normal, regular, mal), la pregunta 7 va dirigida a observar la participación de los padres de familia y la manera en que se involucran con la escuela, la pregunta es de opción y respuesta múltiple, la pregunta 8 contiene 10 aspectos a evaluar que se refieren a la exploración sobre cómo se están abordando los conflictos interpersonales y los problemas de abuso, acoso, prepotencia y maltrato escolar, con opciones de respuesta en escala likert de 4 puntos (nada, poco, regular, mucho) y para finalizar el cuestionario incluye 4 preguntas abiertas para que el estudiante haga sugerencias y exprese su sentir.

Este instrumento fue elaborado junto con otros para el uso del profesorado, se codifican y se analizan con la ayuda de Microsoft Excel o el Corel Quattro que se encuentran en el paquete de programas de Microsoft, creando una matriz.

Durante la realización de esta investigación se dio prioridad y garantizó el cuidado de la información proporcionada por terceras personas, teniendo en cuenta cada paso que forma parte de proceso, considerando la investigación y el desarrollo o etapa de las personas. El director del plantel brindó su autorización y firmó una carta informativa del proyecto para que se llevara a cabo el programa en el plantel, dentro del horario escolar y como parte de las actividades internas de la institución. De la misma manera se salvaguardo la confidencialidad de la información brindada. Se tuvo especial cuidado con los datos personales proporcionados para el análisis demográfico y los resultados obtenidos. Además, se hizo de conocimiento a cada participante de la investigación sobre cada detalle que se llevó a cabo durante el proceso, facilitando así la comprensión y compromiso de la intervención.

## **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

De forma global, ambos grupos tuvieron características sociodemográficas similares y no hubo diferencias significativas entre el grupo control y el experimental. La media de edad en ambos grupos fue 11.9 años. En el grupo experimental la mitad fueron hombres y la mitad mujeres, mientras que en el grupo control, hubo 8 hombres (57.1%) y 6 mujeres (42.9%). En el grupo control el 64.3% (n=9) vivían con su madre, un 14.3% (n=2) con su padre, el 14.3% (n=2) con ambos padres y únicamente un alumno vivía con otros familiares. Alrededor de la mitad del grupo experimental vivía con su madre (56.3%; n=9) y el resto con



ambos padres (43.8%; n=7). En ambos grupos cerca de la mitad tenía un hermano, el 21.4% (n=3) del grupo control y el 31.3% (n=5) del grupo experimental no tenía hermanos.

Los resultados de comparación entre grupos en la evaluación pre-test mostraron diferencias significativas en tres dimensiones en las que el grupo control mostró mayores puntuaciones que el grupo experimental, lo cual, indica que el grupo control tenía mejores habilidades que el grupo experimental al inicio de la intervención en las siguientes dimensiones: autoexpresión en relaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, decir no y cortar interacciones. En la evaluación post-test, únicamente hubo diferencias significativas en la dimensión de autoexpresión en relaciones sociales, siendo el grupo control el que mantuvo mayores puntuaciones que el grupo experimental y por tanto, mejores habilidades sociales en esta dimensión al finalizar la intervención.

Los resultados de comparación entre grupos en la evaluación pre-test mostraron diferencias significativas en el respeto por las normas, ya que en el grupo control el 35.7% consideran que no se respetan las normas, mientras que el grupo experimental la mitad del grupo opina que ocurre de manera regular.

La siguiente diferencia significativa se puede observar en el apartado que habla de las veces que se repiten los insultos entre alumnos. Al respecto se nota en ambos grupos tanto control como experimental que en el pre-test mostraron un porcentaje de 42.9% que no se insultan para nada en el grupo control y un 35.7% que se insultan de manera regular a mucho con un 31.3% en el grupo experimental y al aplicar el pos-test se mantuvo el porcentaje en el grupo experimental a 50% de manera regular relacionado con el aspecto de los insultos. Específicamente con respecto a algunos elementos que conforman la sana convivencia escolar se puede decir que en el pre-test se identifica que en el grupo control no existen enfrentamientos, malas palabras, insultos o peleas entre compañeros, mientras que en el grupo experimental respondieron que no se presentan enfrentamientos verbales entre compañeros, existen pocas peleas físicas y las malas palabras o insultos ocurrían de manera regular.

En la evaluación post-test, no hubo ninguna diferencia significativa entre los grupos en los diferentes componentes de la convivencia escolar. En los elementos que forman parte de la sana convivencia escolar se puede notar que nuevamente en el grupo control existen en menor medida enfrentamientos entre los alumnos y/o docentes, insultos, pleitos, pero hubo un ligero incremento en el uso de las malas palabras. Respecto al grupo experimental de manera similar no se observan enfrentamientos o pleitos entre los





alumnos, no obstante, hubo disminución en el respeto por las normas de regular con 50% a poco con 56.3% y los insultos entre compañeros disminuyeron de regular 37.5% y mucho 31.3% a regular con un 50%.

Los resultados mostraron cambios significativos en el tiempo en las dimensiones de habilidades sociales de expresión de enfado o disconformidad, así como en la dimensión decir no y cortar interacciones. En ambas dimensiones hubo una disminución en los puntajes de pre-test a post-test pero no hubo diferencias entre los grupos en estos cambios, lo que indica que la intervención no tuvo efecto, ya que ambos grupos disminuyeron sus puntajes de forma similar. En el resto de las habilidades sociales no hubo cambios significativos en el tiempo ni diferencias entre los grupos.

## DISCUSIÓN

Esta tesis tuvo como finalidad implementar un programa en habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar en alumnos de 1er grado de secundaria. Se pretendió analizar si el programa tuvo efectos en la mejoría de las habilidades sociales de los alumnos del grupo experimental en comparación con el grupo control. Además, se evaluaron las habilidades sociales en el grupo control y el grupo experimental al inicio y al término de la implementación del programa. A continuación, se discuten los principales hallazgos de este estudio.

La hipótesis de esta investigación fue la siguiente: **Si** se aplica un programa en habilidades sociales **entonces** mejorará la convivencia escolar entre los alumnos de 1er grado de la secundaria diurna no. 193 “Julián Carrillo”. De los resultados obtenidos en esta investigación, se puede deducir que el programa no tuvo efectos en la convivencia escolar de los alumnos, debido a que se evidenció desde la evaluación pre-test que el grupo control tenía mejores habilidades que el grupo experimental en las siguientes dimensiones: autoexpresión en relaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, decir no y cortar interacciones. Con respecto a la mejora de la convivencia escolar se identificó que en algunos elementos que la conforman, tales como enfrentamientos, malas palabras, insultos o peleas entre compañeros, de los cuales, el grupo control no presentaba ninguno de estos elementos y el grupo experimental poca presencia en la convivencia escolar diaria. En el post test el grupo experimental mostró incremento de poco a regular, lo que significa que en lugar de disminuir aumentó con el tiempo.

El hecho de que la implementación del programa no presentara un impacto significativo en la convivencia escolar de los alumnos se debe a diferentes situaciones, la evaluación pretest se realizó en el mes de octubre,



un mes posterior al inicio del ciclo escolar, esta situación influye debido a que durante el primer trimestre de clases los alumnos empiezan a romper el hielo y no muestran conductas disruptivas, sobre todo porque tienen poca familiaridad con la dinámica de la escuela por ser alumnos de primer ingreso. Otro aspecto que repercute es la edad de los participantes, las características sociodemográficas muestran que los participantes se encontraban en una media de edad en ambos grupos control y experimental de 11.9 años. Lo cual, significa que los participantes no sólo se encontraban en un proceso de adaptación al centro escolar, sino también a la etapa de desarrollo que están atravesando. Es decir, que los niños hasta los 11 años e iniciados los 12 de acuerdo con Piaget aún se encuentran en la etapa de las operaciones concretas, pues ya pueden realizar deducciones de situaciones de su vida cotidiana de cuestiones reales, ya presentan un razonamiento lógico e involucran diferentes aspectos de la situación, no obstante, ese pensamiento sólo ocurre en el aquí y el ahora, dicho de otro modo, aún no llegan a un pensamiento abstracto como imaginar el futuro, analizar el pasado o realizar hipótesis (Papalia et al., 2012). De tal manera que se observó posterior a la investigación que en el transcurso del ciclo escolar los participantes fueron madurando y transitando de la etapa de las operaciones concretas a un pensamiento hipotético deductivo. Al respecto, su vocabulario se fue modificando con el paso del tiempo y fueron aprendiendo diferentes formas de relacionarse las cuales incluyen el uso de las malas palabras o los insultos en sus relaciones, incluso el entendimiento y uso del sarcasmo.

Cabe señalar que influyen otros aspectos como las diferencias entre el desarrollo y proceso entre uno y otro, pues no van todos al mismo ritmo ya que también influyen otros factores que actúan directamente en el proceso de desarrollo de los adolescentes, tal es el caso de los aprendizajes que inculcan las personas que conviven a diario con ellos, así como las formas en que les hablan o se dirigen a ellos sus padres, tutores o las personas con las que conviven a diario (Iglesia et al., 2020).

Otra razón por la cual la implementación del programa en Habilidades Sociales no tuvo un impacto significativo en los alumnos de 1er grado de la secundaria 193, puede ser el que las actividades de cada sesión no involucran constantes entrenamientos o práctica de las habilidades sociales que se pretendían desarrollar. Tomando en cuenta resultados previos en los que se ha mostrado que los programas eficaces en el entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales (Prette y Prette, 2013), se recomienda que futuras aplicaciones de este programa en adolescentes de secundaria, integren más



actividades prácticas, de entrenamiento, juegos de roles, técnicas de modelado, ensayos conductuales y reforzamiento para lograr un mayor interés y mejorar la eficacia.

Cabe mencionar que únicamente se encontró un estudio similar en México enfocado en el entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria en Aguascalientes (García y Méndez, 2017). En este estudio concluyen que los niños lograron implementar las habilidades que se les enseñaron, incluso se evidenció en un mejor comportamiento, pero no se lograron evidencias significativas debido a que los niños únicamente mostraban esas habilidades en determinados momentos y no en todas las áreas de su vida.

Los resultados que se han obtenido difieren de algunos programas para el desarrollo o EHS, tal es el caso de Estrada et al. (2020) quienes realizaron una investigación pre-experimental con 25 estudiantes sobre estrategias psicoeducativas para el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de educación secundaria, con el objetivo de determinar el impacto de la aplicación de estrategias psicoeducativas para desarrollar las habilidades sociales de los estudiantes del quinto grado de educación secundaria, de una institución educativa rural de Madre de Dios, Perú; se concluyó que las estrategias psicoeducativas aplicadas tienen un impacto favorable en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de educación secundaria, debido a que sus estrategias psicoeducativas se dirigieron a la comunicación, la autoestima, el control de la ira, la práctica de valores y la toma de decisiones.

Por otra parte, de los resultados obtenidos se puede destacar que en ambos grupos hubo una disminución significativa de pre-test a pos-test en la dimensión de expresión de enfado o disconformidad de habilidades sociales, así como en la dimensión decir no y cortar interacciones. Este resultado llama la atención porque en ambos grupos se presentó un cambio que no tiene que ver con la implementación del programa sino posiblemente con la dinámica de la escuela. En relación a la expresión del enfado o disconformidad que forman parte de la asertividad y la sana convivencia escolar, la escuela ha promovido estrategias para la solución no violenta de conflictos y mediando con las diferencias, peleas o discusiones a través del diálogo restaurativo. En este sentido, como dicen Lorente et al. (2021) en su investigación concluyen que los alumnos preparados para ser mediadores son los que poseen mayor número de habilidades sociales y estrategias de resolución de conflictos, esto se debe a que estos alumnos reciben una orientación específica de cómo resolver los problemas a través del diálogo y la comunicación asertiva. Esto puede ayudar a



explicar por qué las dimensiones de expresión de enfado o disconformidad de habilidades sociales disminuyeron en ambos grupos independientemente de la implementación del programa.

Los resultados no fueron lo esperado, no obstante, se observó una buena disposición, entusiasmo y entendimiento de las actividades y los temas por parte de la mayoría de los participantes del grupo experimental. Con relación a la ejecución de lo que se tenía planeado implementar, existieron algunas actividades que no se concluyeron en tiempo y forma, y tuvieron que postergarse para las siguientes sesiones. Tales sesiones fueron las que estaban planeadas para 60 minutos y generalmente se dejaba pendiente la reflexión y el análisis de las mismas, lo cual, generó olvido por parte de los participantes. Retomando lo planteado por Prette y Prette (2013) los programas en EHS con mayor eficacia son aquellos en los cuales las actividades son planificadas e implican un procedimiento y a su vez estructuran procesos de aprendizaje. Es importante que las actividades sean vivenciales y que involucren el modelado, las instrucciones, juego de roles.

Vale la pena aclarar que se ha demostrado en algunas investigaciones que un programa de EHS si favorece la convivencia entre los estudiantes, esto se puede comprobar en Cacho et al. (2019) quienes realizaron un estudio experimental acerca del desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia, con una muestra de 176 escolares de entre 13 a 16 años. Sus resultados mostraron que su intervención promovió en los estudiantes pautas y estilos de comportamientos que les permitieron enfrentar situaciones claves de la vida como comunicarse con los demás de manera asertiva, enfrentar problemas, trabajar en equipo, etc., sin ceder a la ansiedad, miedo, la violencia u otros comportamientos paralizantes e improductivos.

Por último, también se identificó que era importante invitar a participar a los padres de familia de los alumnos, pues como menciona Valerio Cespedes (2022) en su investigación, la familia influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales, pues se adquieren muchas habilidades a través del modelado e imitación a los padres; observando también que existe una mejor comprensión de las emociones y habilidad para la solución de problemas, aspectos que forman parte de las habilidades sociales, y comprobó a través de su investigación que el trabajo familiar permite su desarrollo mediante ambientes seguros, armoniosos y afectivos.

En palabras de Kohlberg (1992), para que se desarrolle el juicio moral es necesario hacer uso de



conocimientos, experiencias y aprendizajes provenientes de la familia ya que los padres o personas que conviven con el adolescente son los primeros modelos de socialización y, como consecuencia de ello, aprenderán formas de conducirse hacia las demás personas. Esto permite justificar la necesidad de hacer partícipe a los padres de familia o tutores.

En la investigación realizada no se involucró a los padres de familia de los participantes pues como se explicó en la metodología, fue parte de las actividades escolares implementadas en la asignatura de vida saludable. Para futuras intervenciones sería importante incluir a las familias para observar si su intervención ayuda a reforzar de manera positiva las conductas que se fueron entrenando a lo largo de la implementación del programa. Jeffrey Kelly (2002) menciona que las nuevas conductas se aprenden más rápido cuando son reforzadas de manera consistente, sin embargo, no siempre es así cuando se trata de la adquisición de habilidades sociales, por ejemplo, al hacer valer los derechos, no siempre es reforzada la conducta.

## **CONCLUSIONES**

De acuerdo con el objetivo se logró: implementar y evaluar el efecto de un programa en habilidades sociales para mejorar la sana convivencia en alumnos de 1er grado de la escuela secundaria diurna no. 193 “Julián Carrillo”.

Lo que no se logró comprobar fue la hipótesis de investigación a partir de los resultados obtenidos y el análisis de éstos, se concluye que la aplicación del programa de habilidades sociales no mejora significativamente la convivencia escolar ni ayuda a mostrar cambios significativos en las habilidades sociales. Sin embargo, se logró identificar tanto en el grupo control como en el grupo experimental que con o sin un EHS la forma de convivir de los adolescentes de 1er grado de la secundaria puede llegar a ser hostil con el paso del tiempo durante un ciclo escolar, incluso se observó durante la investigación que conforme se va rompiendo el hielo en un grupo de estudiantes, se va modificando la convivencia escolar y las formas de comunicarse pueden ser a través de malas palabras e insultos.

No fue posible corroborar la hipótesis de que el programa de EHS mejoraría la convivencia escolar en adolescentes de 1er grado de secundaria. Durante el desarrollo de la investigación surgieron algunas dificultades relacionadas con los tiempos para practicar las habilidades sociales, esto se debe a que algunas de las sesiones estaban planeadas para trabajarse en 60 minutos y se ajustaron al horario de las clases de la escuela secundaria de 50 minutos. Esto generó que se suspendiera la sesión y quedará la actividad de cierre



o análisis pendiente para la siguiente sesión.

Otro aspecto que se observó durante la investigación fue que la mayoría de las ocasiones participaban los mismos estudiantes en compartir sus puntos de vista o practicar los entrenamientos, por consecuente no se logró motivar a los que no querían participar. Esta situación ocasionó que no fuese trascendente la información que se les proporcionó a los participantes que no se involucraron.

Un aspecto observado al finalizar la intervención fue la siguiente: Existen una dimensión que disminuyó en ambos grupos, fue la expresión de enfado y la disconformidad, debido a que existe evidencia estadística en la tabla no. 4 de los cambios en el tiempo que presentaron ambos grupos, tanto en el grupo control como en el grupo experimental, se podría concluir que no fue consecuencia de la aplicación del programa de EHS. En virtud de lo argumentado se considera importante y necesario continuar trabajando con el EHS debido a que es una técnica utilizada en la TCC y puede aportar tanto para el trabajo en escuelas para mejorar la convivencia escolar como en terapia dirigida a adolescentes y adultos. Esto se puede corroborar con los hallazgos encontrados en la investigación de Llontop et al. (2020) quienes realizaron una investigación donde implementaron un programa de desarrollo personal para el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria, cuyos resultados demuestran que la aplicación del programa fue significativa para la optimización de las habilidades sociales.

De la misma manera los resultados de Rivera et al. (2019) demuestran que los entrenamientos en habilidades sociales generan impacto positivo en los estudiantes, pues los autores realizaron un estudio llamado Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios donde identificaron que antes del programa de EHS los estudiantes tenían carencias en diferentes habilidades y luego de la aplicación del programa se comprobó que fueron adquiridas o en otros casos descubiertas algunas habilidades sociales por los alumnos.

Con base en esos resultados, es importante identificar las limitaciones encontradas y plantear las recomendaciones para futuros estudios de las habilidades sociales en adolescentes.

### **Limitaciones y recomendaciones:**

Esta investigación presenta algunas limitaciones que no permitieron obtener los resultados deseables. La distribución de los tiempos para llevar a cabo la sesión, por tanto, se podría ajustar de manera pertinente el programa de EHS para la muestra y el escenario con el que se va a trabajar, con la finalidad de que la sesión



se agote en el tiempo destinado y no queden actividades pendientes.

La participación de los mismos integrantes del grupo donde se aplica el EHS, pues se podría generar motivación extrínseca e intrínseca en los participantes para que se arriesguen a practicar las habilidades que se les dificultan.

La elección de los instrumentos para medir las HS y la convivencia escolar, ya que es fundamental elegir un instrumento que evalúe la convivencia escolar, si es posible con buenas propiedades psicométricas y validada en la población y el contexto cultural en el que se vaya a intervenir.

Las limitaciones mencionadas podrían subsanarse involucrando tanto la escucha como la participación activa de todos los estudiantes en el entrenamiento para que puedan practicar las habilidades sociales. También es importante involucrar a los padres de familia con la finalidad de que colaboren reforzando de manera positiva las conductas ejecutadas que forman parte del programa de EHS.

Aplicar un entrenamiento en habilidades sociales puede mejorar la convivencia escolar y fortalecer diferentes áreas de las personas, no obstante, es necesario dar prioridad no sólo al entrenamiento sino también a la práctica para que se logre un mejor efecto a largo plazo.

Además, se recomienda planear actividades que ayuden al entrenamiento, como el uso de vivencias relacionadas con el contexto de los participantes y el uso de técnicas cognitivas y conductuales, tales como el modelado, reforzamiento y moldeamiento, el seguimiento de instrucciones, juego de roles, y el ensayo conductual. Es importante poner especial atención a los resultados de la EHS para enfatizar en las debilidades de los participantes. En el caso de los centros escolares, brindar información a los docentes para que colaboren con el conocimiento y reforzador de conductas que se trabajan en el EHS y, por último, siempre cuestionar o pedir que se repita la indicación para corroborar que se entendió la instrucción.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Caballo, V. E. (2007). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7ma ed.). Siglo XXI.

Estrada Araoz, E. G., Mamani Uchasara, H. J., Gallegos Ramos, N. A. (2020). Estrategias psicoeducativas para el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de educación secundaria. *Revista San Gregorio*, (39), 116-129.



- García Esparza, A., y Méndez Sánchez, C. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria. *REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 16 (30), 151-164. <https://doi.org/10.21703/rexe.2017301511648>
- Gismero González, M. E. (2010). *Manual EHS Escala de habilidades sociales*. TEA Ediciones.
- Iglesia, C., Jara, G., Murillo, Y., Gutiérrez, I., Ramírez, R., Díaz, A., y Madrid, I. (2020). Desarrollo intelectual en la adolescencia. *Semilla científica: Revista de investigación formativa*, (1), 17-27. <https://repositorio.umecit.edu.pa/handle/001/4274>
- Jaimes, C., Cruz, L., Vega, E., Balladares, P., & Matta, H. (2019). Habilidades sociales en estudiantes adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(1), 39-43.
- Organización mundial de la salud [OMS]. (2021, 17 de noviembre). Temas de salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ortega Ruiz, R., y Rey Alamillo, R. D. (2002). Instrumentos para valorar la convivencia escolar. *Estrategias educativas para la prevención de la violencia: mediación y diálogo*. [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/87622/instrumentos\\_valorar\\_rey.PDF?sequence=1](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/87622/instrumentos_valorar_rey.PDF?sequence=1)
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12va ed.). Mc Graw Hill.
- Prette, A. D., y Prette, Z. A. P. D. (2013). Programas eficaces de entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales. *Apuntes de Psicología*, 31 (1), 67-76. <https://hdl.handle.net/11441/85073>
- Valerio Cespedes, R. E. (2022). *La familia en el desarrollo de las habilidades sociales de los niños de 5 años de la IEI N° 658 "Fe y Alegría"-Huacho, durante el año escolar 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión] Repositorio UNJFSC. <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/6246>
- Cacho Becerra, Z. V., Silva Balarezo, M. G., y Yengle Ruíz, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Revista Scielo Transformación*, 15(2), 291-305.
- Kelly, J. (2002). *Entrenamiento de las habilidades sociales* (7ma ed.). Desclée De Brouwer.
- Kohlberg, L. (1992). *Psicología del desarrollo moral*. Bilbao: Desclée de Brouwer.





Lorente, I. S., Seijo, J. C. T., y Lorenzo-Llamas, E. M. (2021). Estudio de las estrategias de resolución de conflictos y habilidades sociales de alumnas y alumnos mediadores en educación secundaria obligatoria. *South Florida Journal of Health*, 2(1), 89-105. <https://doi.org/10.46981/sfjhv2n1-007>

