



Carta al editor

Sobre la eficacia de los programas psicoeducativos para desarrollar las habilidades sociales en estudiantes de educación básica

Regarding the effectiveness of psychoeducational programs to develop social skills in basic education students

Edwin Gustavo Estrada Araoz¹, Néstor Antonio Gallegos Ramos²

Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú¹²
Universidad Andina del Cusco, Perú¹

 ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4159-934X>¹

 ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1436-9207>²

Sr. Editor:

Los estudiantes, al ingresar a la etapa escolar, incrementan su círculo social, lo cual les permite relacionarse con sus compañeros, docentes y demás miembros de la comunidad educativa. Por ello, es importante que desarrollen sus habilidades sociales para que las interacciones previamente descritas sean eficaces. De acuerdo a Caballo (2007), las habilidades sociales son aquellas conductas que manifiestan las personas frente a los demás, con las cuales expresan sus emociones, sentimientos, deseos, puntos de vista y derechos de forma pertinente a la situación, respetando y valorando el mencionado comportamiento en los demás; lo cual promueve la solución de problemas y conflictos que puedan generarse, disminuyendo la probabilidad de que vuelvan a ocurrir.

¹Correspondencia al autor:
E-mail: edwin5721@outlook.com

La importancia del desarrollo de sus habilidades sociales radica además en que es una de las condiciones para ser socialmente competente y poder afrontar los desafíos y dificultades propios de la constante interacción (Schneider et al., 2016). En ese sentido, permite disminuir la probabilidad de la aparición de la conflictividad escolar, la violencia, la agresividad entre pares, el aislamiento y la apatía (Betancourth et al., 2017).

A fin de desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes es necesario centrarnos en dos grandes vertientes: la familia y la escuela, puesto que se aprende de los que se observa, de lo que se experimenta y los refuerzos que se obtienen (Betina & Contini, 2011). Ahora bien, centrándonos en el ámbito educativo, es necesario precisar que las habilidades sociales no se adquieren si previamente no se han desarrollado acciones psicoeducativas planificadas; es decir, no se desarrollan de forma espontánea ni informal, sino que es necesario que exista una intervención deliberada, directa y sistemática (López & Guaimaro, 2014).

Por ello, en los últimos años se han desarrollado diversos programas psicoeducativos para—precisamente—entrenar y desarrollar las habilidades sociales de los estudiantes, desde la infancia hasta la adolescencia. Estos resultaron ser bastante eficaces, incluso los resultados fueron mucho mejores cuando dichos programas fueron ejecutados en estudiantes de temprana edad (January, Casey & Paulson, 2011). Los mencionados programas consistieron en un conjunto de actividades y estrategias psicoeducativas estructuradas y vivenciales que se dieron de modo análogo a las situaciones de la cotidianidad, permitiendo a los responsables de la intervención ampliar y fortalecer el repertorio de habilidades sociales en los estudiantes y debilitar o extinguir comportamientos que puedan resquebrajar las relaciones interpersonales y el clima escolar (Durlak, Weissberg & Pachan, 2010; Betina & Contini, 2011; Del Prette & Del Prette, 2013).

En este sentido, cabe mencionar que, en España, Justicia, Pichardo y Justicia (2015) aplicaron un programa psicoeducativo a los estudiantes de 3 años denominado “Aprender a Convivir” el cual enfocaba cuatro componentes: las normas y su cumplimiento; los sentimientos y las emociones; la comunicación y ayuda; y la cooperación. Posterior a la intervención, determinaron que el programa fomentó la mejora de las habilidades sociales y la disminución de problemas conductuales en los estudiantes.

En Brasil, Dias et al. (2019) describieron un programa psicoeducativo que consistía en desarrollar el repertorio de habilidades sociales de los estudiantes del tercer grado de primaria de una institución educativa pública. Dicha intervención vivencial abordó temas relacionados al

relajamiento muscular, la respiración diafragmática, el feedback constructivo, el juego de roles así como la resolución de problemas, lo cual permitió que los estudiantes elaboren las normas de convivencia para mejorar el clima de aula, pongan en práctica técnicas de relajamiento y repliquen las habilidades sociales aprendidas en diversos contextos y situaciones.

En México, Almaraz, Coeto y Camacho (2019) también aplicaron un programa psicoeducativo en estudiantes de 9 y 10 años de una institución educativa pública, basado principalmente en temas como la asertividad, la inteligencia emocional, la escucha activa, la negociación, la comunicación y la autoestima. Al concluir la intervención, los estudiantes mejoraron su asertividad, autoestima e integración y disminuyeron sus conductas agresivas y discriminativas hacia sus pares.

En el Perú se han desarrollado diversos programas psicoeducativos en estudiantes de educación primaria (Estrada, Mamani & Gallegos, 2020a) y educación secundaria (Choque & Chirinos, 2009; Rosales et al., 2020; Estrada, Mamani & Gallegos, 2020b) basados en las orientaciones del Ministerio de Salud y lograron demostrar su eficacia en la mejora de las habilidades sociales así como en el desarrollo de sus dimensiones (comunicación, autoestima, asertividad y toma de decisiones).

En virtud a lo expuesto, una de las manera más efectivas de desarrollar las habilidades sociales es a través programas y estrategias psicoeducativas, siendo las edades más tempranas las más ideales para empezar dichas intervenciones. Ello permitirá que los estudiantes estén preparados para convivir dentro del marco del respeto, expresar sus sentimientos de manera adecuada, participar en actividades de equipo y valorar las diferencias de los demás.

Referencias

- Almaraz, D., Coeto, G. & Camacho, E. (2019). Habilidades sociales en niños de primaria. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 10 (19), 191-206.
https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v10i19.706

- Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V. & Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Psicoespacios*, 11 (18), 133-147. <https://doi.org/10.25057/21452776.898>
- Betina, A. & Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12 (23), 159-182. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/72163>
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. (7ª ed.). Madrid: Siglo XXI de España Editores.
- Choque, R., & Chirinos, J. (2009). Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica, Perú. *Revista de Salud Pública*, 11 (2), 169-181. <https://doi.org/10.1590/S0124-00642009000200002>
- Del Prette, A. y Del Prette, Z. (2013). Programas eficaces de entrenamiento en habilidades sociales basados en métodos vivenciales. *Apuntes de Psicología*, 31, 67-76. <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/300>
- Días, A., Vidal, J., Schott, F., Pereira, T. & Lemos, S. (2019). Treinamento de habilidades sociais no contexto escolar -um relato de experiência. *Revista de Psicologia da IMED*, 11 (2), 166-179. <http://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i2.2850>
- Durlak, J., Weissberg, R. & Pachan, M. (2010). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 45, 294-309. <https://doi.org/10.1007/s10464-010-9300-6>
- Estrada, E., Mamani, H. & Gallegos, N. (2020a). Estrategias psicoeducativas para el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes peruanos de educación primaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39 (6), 709-713. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4404736>
- Estrada, E., Mamani, H. & Gallegos, N. (2020b). Estrategias psicoeducativas para el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de educación secundaria. *Revista San Gregorio*, 1 (39), 116-129. <http://dx.doi.org/10.36097/rsan.v1i39.1374>
- January, A., Casey, R. & Paulson, D. (2011). A meta-analysis of classroom-wide interventions to build social skills: Do they work? *School Psychology Review*, 40 (2), 242-256. <https://doi.org/10.1080/02796015.2011.12087715>

- Justicia, A., Pichardo, C., & Justicia, F. (2015). Efecto del programa Aprender a Convivir en la competencia social y en los problemas de conducta del alumnado de 3 años. *Anales de Psicología*, 31 (3), 825-836. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.185621>
- López, G. & Guaimaro, Y. (2014). Desarrollando las habilidades sociales desde la escuela como impulso de una cultura de paz. *Journal de Ciencias Sociales*, (2), 60-73. <https://doi.org/10.18682/jcs.v0i2.255>
- Rosales, R., Guizado, F., Salvatierra, A., Juño, K. & Mescua, A. (2020). Programa de desarrollo personal para el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria. *PsiqueMag*, 9 (1), 102-117. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i1.2497>
- Schneider, J., Limberger, J. & Andretta, I. (2016). Habilidades sociales y drogas: Revisión sistemática de la producción científica nacional e internacional. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34 (2), 339-350. <https://doi.org/10.12804/apl34.2.2016.08>