

04

EFICACIA DE UN PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES PERUANOS

EFFICACY OF A PSYCHOEDUCATIONAL PROGRAM TO DEVELOP SOCIAL SKILLS IN PERUVIAN ADOLESCENTS

Edwin Gustavo Estrada Araoz¹

E-mail: edwin5721@outlook.com

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

Helen Juddy Mamani Uchasara¹

E-mail: reading.kvision@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1735-8570>

Maribel Mamani Roque¹

E-mail: marimar_ter@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9918-8554>

¹Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Estrada Araoz, E. G., Mamani Uchasara, H. J., & Mamani Roque, M. (2022). Eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes peruanos. *Revista Conrado*, 18(86), 32-38.

RESUMEN

El objetivo de la investigación fue determinar la eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes peruanos del quinto grado de educación secundaria. El enfoque de investigación fue cuantitativo, el diseño experimental y el tipo de diseño pre-experimental con evaluación antes y después de la aplicación del programa. Los participantes pertenecieron al quinto grado de educación secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Puerto Maldonado, quienes recibieron 16 sesiones psicoeducativas en base al Manual de Habilidades Sociales en Adolescentes Escolares diseñado por el Ministerio de Salud. Para evaluar la eficacia del programa se utilizó la Lista de Evaluación de Habilidades Sociales, la cual fue validada por criterio de expertos. De acuerdo a los resultados, se evidencian diferencias estadísticamente significativas ($p=0.00<0.05$) entre las puntuaciones de la media, antes (142.03) y después (173.66) de la intervención. Se concluyó que el programa psicoeducativo demostró ser eficaz puesto que logró desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes del quinto grado de educación secundaria.

Palabras clave:

Programa psicoeducativo, habilidades sociales, adolescencia

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the efficacy of a psychoeducational program to develop the social skills of peruvian adolescents in the fifth grade of secondary education. The research focus was quantitative, the experimental design and the type of pre-experimental design with evaluation before and after the application of the program. The participants belonged to the fifth grade of secondary education of a public educational institution in the city of Puerto Maldonado, who received 16 psychoeducational sessions based on the Manual of Social Skills in School Adolescents designed by the Ministry of Health. To evaluate the effectiveness of the program, the Social Skills Assessment List was used, which was validated by expert criteria. According to the results, there are statistically significant differences ($p = 0.00 < 0.05$) between the mean scores, before (142.03) and after (173.66) of the intervention. It was concluded that the psychoeducational program proved to be effective since it managed to develop the social skills of adolescents in the fifth grade of secondary education.

Keywords:

Psychoeducational program, social skills, adolescence

INTRODUCCIÓN

Las personas tienen la cualidad de ser sociales por naturaleza, por ello establecen relaciones con otras, siendo necesario que posean un adecuado desarrollo de sus habilidades sociales para que dicha interacción sea satisfactoria (Holst, et al., 2017). En ese sentido, las habilidades sociales se pueden considerar como una variable cuyo desarrollo es muy importante en el desenvolvimiento de las personas ya que influye en diferentes ámbitos tales como el personal, familiar, académico y laboral.

Las habilidades sociales son definidas por Caballo (1998) como aquellas conductas que muestran las personas ante las demás, expresando sus sentimientos, emociones, deseos, percepciones o derechos acorde a las circunstancias, valorando y respetando dichas conductas en los otros, por lo tanto, les permite interrelacionarse y convivir forma satisfactoria y eficaz. Al respecto, (Mangrulkar, et al. 2001) sostienen que las habilidades sociales también permiten que ellos tengan la capacidad para desarrollarse y afronten eficazmente los desafíos que la vida les plantea. Asimismo, promueve la competitividad que se necesita para transitar hacia la madurez, fomentan el manejo de emociones y la toma de decisiones en situaciones de presión por parte de sus compañeros. Por otra parte, su enseñanza y fomento han logrado mejorar los procesos de socialización y comunicación.

Sin embargo, la realidad en el Perú es preocupante, puesto que diversos estudios realizados en adolescentes del nivel de educación secundaria han determinado que los estudiantes, en su mayoría, presentan niveles moderados o parcialmente adecuados de desarrollo de sus habilidades sociales (Estrada, Mamani, & Gallegos, 2020; Estrada, et al., 2021; Madueño, Lévano, & Salazar, (2020)). Ello indicaría que presentan deficiencias en su desarrollo por lo que requieren consolidarlas e incrementarlas para que las relaciones interpersonales y la convivencia escolar generen condiciones positivas para el logro de aprendizajes.

“Ahora bien, las habilidades sociales no pueden ser adquiridas en el caso de que no se hayan realizado acciones educativas planificadas, es decir, no se desarrollan de manera informal, es necesario una intervención directa, deliberada y sistemática” (López, & Guaimaro, 2014). “En ese sentido, para que los niños y adolescentes puedan desarrollar sus habilidades sociales es necesario centrarse principalmente en dos grandes vertientes: la familia y la escuela ya que ellos aprenden de los que observan, de lo que experimentan a través de sus propias acciones y del refuerzo que obtienen a través de las relaciones interpersonales” (Betina, & Contini, 2011), siendo en esos

dos lugares donde los estudiantes pasan el mayor tiempo del día.

En las instituciones educativas el desarrollo de las habilidades sociales viene a ser una necesidad puesto que permitirá que los estudiantes se relacionen principalmente con sus compañeros y docentes, contribuyendo además en su desarrollo integral. El contar con un repertorio de habilidades sociales les permitirá comprender a los demás y podrán controlar sus emociones y sentimientos y tomar decisiones en situaciones de presión por parte de sus compañeros, contribuyendo de esta manera al fortalecimiento de las relaciones interpersonales y demandas que la vida les plantee. Sartori, & López (2016).

Asimismo, “el desarrollo de habilidades sociales durante la época escolar contribuye también a disminuir otras situaciones presentes en las aulas, tales como los problemas de relación con los compañeros, el aislamiento, la falta de solidaridad, agresividad y peleas” (Betancourth, et al., 2017, p.137). Como se sabe, cuando el niño crece, extiende sus lazos afectivos fuera del hogar. En el contexto educativo mantiene constantes interacciones y comunicación con sus amigos, profesores, padres de familia y apoderados, así como con sus compañeros. En ese sentido, la formación y el desarrollo de habilidades sociales se vuelve una necesidad para que desarrollen las habilidades necesarias a fin de que las interacciones con los demás tengan resultados favorables, contribuyendo también con su desarrollo integral (Holst, et al., 2017).

Teniendo en cuenta lo manifestado, alguien que ha desarrollado adecuadamente sus habilidades sociales han tenido como modelo a un referente, quien lo apoyará a optimizar su desenvolvimiento. Por lo expuesto, la enseñanza de las habilidades sociales es una labor de las instituciones educativas y de las familias en donde el estudiante se desenvuelve Cuesta, Prieto, & Gil (2016).

Al respecto, Ballester, & Gil (2002) afirma que las habilidades sociales son aprendidas y obedecen a los factores que se mencionan a continuación:

- Una persona que le sirva como guía y le permita aprender de qué manera se resuelve un conflicto a través del diálogo.
- Saber valorar de constantemente los aspectos favorables del comportamiento de las personas.
- Fomentar el pensamiento divergente, que permita buscar diversas alternativas de solución a los problemas que se les presente.
- Simular situaciones donde se pongan en juego las habilidades sociales para que cuando ocurra realmente puedan llevarla a cabo de manera pertinente.

Por otro lado, el Currículo Nacional de Educación Básica, Perú. Ministerio de Educación (2016) promueve el desarrollo, entre otras, de la competencia “Convive y participa democráticamente la cual tiene como fin que “el estudiante actúe en la sociedad relacionándose con los demás de manera justa y equitativa, reconociendo que todas las personas tienen los mismos derechos y deberes”. (p.104). Por último, en el presente año el Ministerio de Educación estableció las orientaciones para llevar a cabo el año escolar 2020 y determinó como uno de los compromisos la “Gestión de la convivencia escolar”. Este compromiso tiene como finalidad fomentar el desarrollo de interacciones favorables entre los actores educativos (estudiantes, docentes, directivos, padres de familia y sociedad) para lograr un ejercicio de la ciudadanía que les permita a los estudiantes en el futuro ser ciudadanos respetuosos de la ley y eviten recurrir a acciones de violencia.

Por lo expuesto, el objetivo del presente estudio fue determinar la eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes del quinto grado de educación básica regular.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo ya que se recolectaron datos para su análisis y posterior contraste de hipótesis, mediante la medición numérica y el uso de la estadística, el diseño fue experimental porque hubo una manipulación deliberada de la variable habilidades sociales mediante un programa psicoeducativo y tuvo un tipo de diseño pre experimental porque se trabajó con un solo grupo al cual se le aplicó un pretest y un Postest. Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014)

La muestra fue conformada por 32 estudiantes, tanto varones como mujeres, del quinto grado de educación secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Puerto Maldonado, Perú, dicha cantidad fue determinada mediante un muestreo no probabilístico intencional. Como criterios de inclusión se consideró a los estudiantes que tuvieron el consentimiento informado de sus padres y que no presentaban limitaciones físicas o psicológicas que restrinjan su participación en la investigación, mientras que como criterios de exclusión se consideró a los estudiantes que no participaron en la mayoría de sesiones aplicadas.

La técnica utilizada para recolectar los datos fue la encuesta y el instrumento fue la Lista de Evaluación de Habilidades Sociales, elaborado por el Perú. Ministerio de Salud (2005). Presenta 42 reactivos de tipo Likert (nunca, raras veces, a veces, a menudo y siempre) y evalúa 4 dimensiones: asertividad (ítems del 1 al 12), comunicación

(ítems del 13 al 21), autoestima (ítems del 22 al 33) y toma de decisiones (ítems del 34 al 42).

Para conocer sus propiedades psicométricas del cuestionario se realizó el proceso de validación y confiabilidad. La validación de contenido fue realizada mediante de la técnica de juicio de expertos, para ello se acudió a 3 reconocidos especialistas en psicología quienes luego de evaluar al instrumento determinaron que tiene muy buena validez (V de Aiken= 0,944). Por otro lado, la confiabilidad fue determinada mediante una prueba piloto realizada a 20 estudiantes donde se obtuvo un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,923 lo cual significa que el instrumento presenta una muy alta confiabilidad.

La investigación se realizó en 3 etapas: en la primera se procedió a gestionar los permisos respectivos a la institución educativa y solicitar el consentimiento informado a los padres de familia. Una vez obtenidos los respectivos permisos se procedió a aplicar el pretest, donde se obtuvo información sociodemográfica como el sexo y la edad de los estudiantes y se evaluó el nivel de desarrollo de sus habilidades sociales. La segunda etapa estuvo enmarcada por la aplicación del programa psicoeducativo en base a al Manual de Habilidades Sociales en Adolescentes Escolares diseñado por el Perú. Ministerio de Salud (2005). El mencionado programa fue aplicado integralmente durante 4 meses (julio, agosto, septiembre y octubre) en los cuales se ejecutaron en total 16 sesiones de 45 minutos aproximadamente cada una. Los tópicos abordados fueron: “Aprendiendo a comunicarnos”, “Fortaleciendo nuestra autoestima”, “Controlando la ira”, “Practicando valores” y “Tomando decisiones adecuadas”. Finalmente, en la tercera etapa se aplicó el postest con el objetivo de determinar la efectividad del programa psicoeducativo aplicado.

El análisis estadístico se realizó utilizando software SPSS versión 22. Para realizar el análisis descriptivo se usaron las tablas de frecuencias porcentaje mientras que para la prueba de hipótesis se recurrió a la prueba paramétrica de t de Student, ya que los datos obtenidos mediante el estadístico Shapiro-Wilk ($N < 30$) demostraron que no seguían una distribución normal. Por último, se consideró a los valores menores o iguales a 0,05 como significativos.

Con relación a las consideraciones éticas, el desarrollo del programa y la aplicación del instrumento estuvo avalado por el comité de ética de la institución educativa donde se realizó el programa psicoeducativo. Por otra parte, se contó con el consentimiento informado de los padres de familia y la aceptación de los estudiantes participantes de la intervención.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la tabla 1 se puede ver la distribución de la muestra de acuerdo las variables sociodemográficas. Se observa que participaron más varones (59,4%) que mujeres (40,6%), y con relación a las edades, hubo una mayor participación de adolescentes de 16 años (62,5%), de 15 años (21,9%) y de 17 años (15,6%).

Tabla 1. Distribución de la muestra de acuerdo al sexo y la edad.

| Variables | | n=32 | % |
|-----------|-----------|------|------|
| Sexo | Masculino | 19 | 59,4 |
| | Femenino | 13 | 40,6 |
| Edad | 15 años | 7 | 21,9 |
| | 16 años | 20 | 62,5 |
| | 17 años | 5 | 15,6 |

En la tabla 2 se contrastó el nivel de desarrollo de las habilidades sociales antes y después de la aplicación del programa psicoeducativo. Se observa que antes de la aplicación el 56,3% de los adolescentes presentaban un nivel medio de desarrollo de sus habilidades sociales, el 25% un nivel bajo y el 6% un nivel alto. Sin embargo, los resultados del postest revelan que luego de la aplicación el 62,5% tenía un alto nivel de desarrollo de sus habilidades sociales, el 25% un nivel medio y el 12,5% un nivel bajo. De acuerdo a estos hallazgos hubo un incremento en el nivel de desarrollo de las habilidades sociales de los adolescentes.

Tabla 2. Frecuencias del nivel de desarrollo de habilidades sociales según niveles.

| | Bajo | | Medio | | Alto | |
|---------|------|------|-------|------|------|------|
| | f | % | f | % | f | % |
| Pretest | 8 | 25,0 | 18 | 56,3 | 6 | 18,7 |
| Postest | 4 | 12,5 | 8 | 25,0 | 20 | 62,5 |

En la tabla 3 se puede observar que los resultados del pretest de cada una de las dimensiones. Antes del programa, el 40,6% de los estudiantes presentaba un nivel de asertividad medio, el 37,5% presentaba un nivel bajo y el 21,9% tenía un nivel alto. Con relación a la dimensión comunicación, el 46,9% tenía un nivel bajo, el 34,3% presentaba un nivel medio y el 18,8% tenía un nivel alto. Respecto a la dimensión autoestima, el 56,2% presentaba un nivel medio, el 31,3% tenía un nivel bajo y el 12,5% manifestaban un alto nivel. Finalmente, en cuanto a la toma de decisiones, el 56,2% tenía un nivel regular, el 25% presentaba un nivel bajo y el 18,8% evidenciaba un alto nivel de desarrollo.

Tabla 3. Nivel de desarrollo de las dimensiones de las habilidades sociales antes del programa.

| Nivel | Asertividad | | Comunicación | | Autoestima | | Toma de decisiones | |
|-------|-------------|-------|--------------|-------|------------|-------|--------------------|-------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Bajo | 12 | 37,5 | 15 | 46,9 | 10 | 31,3 | 8 | 25,0 |
| Medio | 13 | 40,6 | 11 | 34,3 | 18 | 56,2 | 18 | 56,2 |
| Alto | 7 | 21,9 | 6 | 18,8 | 4 | 12,5 | 6 | 18,8 |
| Total | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 |

En la tabla 4 se puede observar que los resultados del postest de cada una de las dimensiones. Después del programa, el 56,2% de los estudiantes presentaba un alto nivel de desarrollo de sus habilidades sociales, el 37,5% tenía un nivel medio y el 6,3% un nivel bajo. Con relación a la dimensión comunicación, el 50% tenía un nivel medio, el 46,9% presentaba un nivel alto y el 3,1% mostraba un nivel bajo. Respecto a la dimensión autoestima, el 59,3% tenía un nivel medio, el 31,3% evidenciaba un nivel alto y el 9,4% tenía un nivel bajo. Finalmente, en cuanto a la dimensión toma de decisiones, el 53,1% de los estudiantes tenía un nivel alto y el 46,9% presentaba un nivel medio.

Tabla 4. Nivel de desarrollo de las dimensiones de las habilidades sociales después del programa.

| Nivel | Asertividad | | Comunicación | | Autoestima | | Toma de decisiones | |
|-------|-------------|-------|--------------|-------|------------|-------|--------------------|-------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Bajo | 2 | 6,3 | 1 | 3,1 | 3 | 9,4 | 0 | 0,0 |
| Medio | 12 | 37,5 | 16 | 50,0 | 19 | 59,3 | 15 | 46,9 |
| Alto | 18 | 56,2 | 15 | 46,9 | 10 | 31,3 | 17 | 53,1 |
| Total | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 | 32 | 100,0 |

En la tabla 5 se contrastan las medias de las puntuaciones generales de la variable habilidades sociales. Es así que en el pretest la media era de 142,03 y en el postest era de 173,66 lo cual corrobora el incremento que hubo a partir de la aplicación del programa psicoeducativo.

Tabla 5. Estadísticas de muestras emparejadas.

| | | Media | N | Desviación estándar | Media de error estándar |
|-------|---------|--------|----|---------------------|-------------------------|
| Par 1 | Pretest | 142.03 | 32 | 30.82 | 5.45 |
| | Postest | 173.66 | 32 | 22.95 | 4.06 |

En la tabla 6 se observa que el p-valor de la prueba t de Student para muestras relacionadas es inferior al nivel de significancia planteado ($p=0,000<0,05$), por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna que indica que las medias del pretest y el postest presentan una diferencia significativa. En ese sentido, se

puede afirmar que la aplicación de un programa psicoeducativo es eficaz para desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes del quinto grado de educación secundaria.

Tabla 6. Prueba t de Student para muestras relacionadas.

| Media | | Diferencias emparejadas | | | | | t | gl | p-valor |
|-------|-------------------|-------------------------|-------------------------|----------|----------|--------|-------|----|---------|
| | | DE | Media de error estándar | IC 95% | | | | | |
| | | | | Inferior | Superior | | | | |
| Par 1 | Pretest - Postest | -31,63 | 25,81 | 4,56 | -40,93 | -22,32 | -6,93 | 31 | ,000 |

En la actualidad, es visible la presencia de problemas interpersonales que presentan los estudiantes en las instituciones educativas de nuestro país, por ello se decidió desarrollar el presente programa de intervención con el objetivo de determinar la eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes del quinto grado de educación secundaria. Bajo esa premisa, se demostró que su aplicación fue eficaz puesto que hubo una mejora significativa en el desarrollo de dichas habilidades.

Este hallazgo corrobora lo reportado por Choque, & Chirinos (2009) quienes desarrollaron un programa educativo de habilidades para la vida orientado a adolescentes del tercer, cuarto y quinto grado de educación secundaria y, tal como en la presente investigación, concluyeron que el programa aplicado fue efectivo en el aprendizaje y la mejora de las habilidades para la vida, específicamente en los factores de comunicación y asertividad, sin embargo, los factores autoestima y la toma de decisiones no mostraron diferencias significativas.

Asimismo, guarda relación con Manzano (2017) aplicó un programa de intervención basado en un modelo sociocognitivo y en una metodología experimental para optimizar las competencias sociales en estudiantes de ambos sexos cuyas edades fluctuaban entre los 8 y 9 años, demostrando que hubo una mejora significativa en el desarrollo de las habilidades sociales y sus componentes: identificación de emociones y la gestión constructiva de estas, empatía, defensa de los derechos.

Del mismo modo, coincide con los hallazgos de (Rivera, et al., 2019) quienes aplicaron un programa para mejorar de los niveles de habilidades sociales en 25 estudiantes del nivel universitario y llegaron a concluir que el programa fue eficaz ya que antes de su aplicación los estudiantes presentaban deficiencias en ciertas habilidades sociales y tras la ejecución del programa, fueron adquiridas y descubiertas por los mencionados estudiantes. En ese entender, es posible enseñar las habilidades sociales a través de un proceso continuo de alfabetización de las emociones que haga posible que las personas sean socialmente competentes y tengan la facilidad de poder controlar sus emociones.

Además, otro hallazgo similar se dio en Brasil, donde (Días, et al., 2019) aplicaron estrategias psicopedagógicas de entrenamiento de habilidades sociales en niños de 7 a 9 años de edad, llegando a la conclusión de que hubo cambios positivos en el comportamiento como el establecimiento de reglas organizadas por los propios estudiantes para una buena convivencia, aprendieron técnicas de relajamiento y mejoraron el nivel de desarrollo de sus habilidades sociales mediante las actividades propuestas en el programa.

Como se puede ver, en los últimos años se han desarrollado una variedad de programas de entrenamiento de las habilidades sociales para desarrollarlos y evitar actitudes agresivas e inhibidas en los estudiantes, los cuales fueron desarrollados en grupos relativamente pequeños, sin embargo, han demostrado ser efectivos por lo que es viable su aplicación para obtener resultados alentadores. (Del Prette, & Del Prette, 2013; Betina, & Contini, 2011).

En ese orden de ideas, (Betancourth, et al., 2017) sostienen que un adecuado nivel de competencias sociales en los niños y jóvenes durante la época escolar influye en la disminución de situaciones cotidianas pero negativas que puedan presentarse en las instituciones educativas, por ello, el contexto escolar es potencialmente favorable para su descubrimiento y desarrollo como factor protector pues allí se establecen diversos tipos de interacciones entre los mismos (Días, et al., 2019).

La principal limitación de la investigación es que solo se trabajó con un grupo (experimental) y no se realizó la comparación con otro grupo (control) debido a la poca disponibilidad y apertura de los docentes de las otras secciones por lo que se sugiere aplicar el programa psicoeducativo bajo un tipo de diseño cuasi-experimental. Sin embargo,

la investigación es relevante pues aborda un tópico fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, así como promotor de una convivencia escolar adecuada.

CONCLUSIONES

Los hallazgos presentados han demostrado que la aplicación de un programa psicoeducativo basado en el manual de habilidades sociales en adolescentes escolares es eficaz para desarrollar en nivel de habilidades sociales en los adolescentes. En ese sentido, ellos ahora pueden expresar con mayor facilidad sus emociones, sentimientos o puntos de vista, valorando dichas acciones en los demás, lo cual les permitirá resolver y prevenir problemas interpersonales y crear una convivencia basada en el respeto.

Bajo esa premisa, se recomienda replicar el programa psicoeducativo, realizando la respectiva adaptación, con una mayor cantidad de participantes y en diferentes contextos para que los hallazgos encontrados en el presente estudio se puedan generalizar.

De igual manera, la Dirección Regional de Educación de Madre de Dios debe establecer como una política educativa regional la aplicación de programas psicoeducativos con la finalidad de desarrollar en los estudiantes, a partir de los primeros grados de estudio, sus habilidades sociales, desde las más básicas hasta las avanzadas para que puedan desenvolverse adecuadamente en la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ballester, R. & Gil, D. (2002). *Habilidades sociales*. Síntesis.
- 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. <http://hdl.handle.net/11336/72163>
- Caballo, V. (1998). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. 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). <https://doi.org/10.1590/S0124-00642009000200002>
- Cuesta, P., Prieto, A., & Gil, P. (2016). Evaluación diagnóstica en la enseñanza conjunta de habilidades sociales y motrices en Educación Infantil. *Revista Opción*, 32(7), 505-525. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/opcion/article/view/21488>
- Del Prette, A., & 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>
- Dias, 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>
- Estrada, E., Mamani, H., & Gallegos, N. (2020). 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>
- Estrada, E., Zuloaga, M., Gallegos, N. & Mamani, H. (2021). Adicción a internet y habilidades y sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 74-80. http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aa-fft/article/view/22349
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014) *Metodología de la Investigación*. (6ªed.). McGraw-Hill.
- Holst, I., Galicia, Y., Gómez, G., & Degante, A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. *VERTIENTES. Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, 20(2), 22-29. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=82569>
- López, G., & Guaimaro, Y. (2014). Desarrollando las habilidades sociales desde la escuela como impulso de una cultura de paz. *Journal De Ciencias Sociales*, 2(2), 60-73. <https://doi.org/10.18682/jcs.v0i2.255>
- Madueño, P., Lévano, J. & Salazar, A. (2020). Conductas parentales y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria del Callao. *Propósitos y Representaciones*, 8(1), e234. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.234>
- Manglukar, L., Vince, C., & Porsner, M. (2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Organización Panamericana de la Salud.

- Manzano, N. (2017). *Programa de intervención para la mejora de habilidades sociales en estudiantes de segundo ciclo de Educación Primaria*. (Tesis de posgrado). Universidad Autónoma de Madrid.
- Perú. Ministerios de Educación (2016). *Currículo Nacional de Educación Básica*. MINEDU.
- Perú. Ministerio de Salud. (2005). *Manual de Habilidades Sociales en adolescentes escolares*. MINSA.
- Rivera, J., Lay, N., Moreno, M., Pérez, A., Rocha, G., Parra, M., Duran, S., García, J., Redondo, O., & Torres, E. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 40(31), 10-24. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n31/19403110.html>
- Sartori, M., & López, M. (2016). Habilidades sociales: Su importancia en mujeres con diagnóstico de Síndrome de Turner. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1055-1067. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14212160115>